

**TERAPI RELAKSASI BENSON PADA KELUARGA TN.D DAN
TN.K DENGAN MASALAH UTAMA DIABETES MELITUS
TIPE II DI PUSKESMAS SINDANGJAWA
KAB. CIREBON**

KARYA TULIS ILMIAH



Oleh :

HILDA NURLAILA KUSUMAWATI

NIM. P2.06.20.2.19.014

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON**

2022

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat, hidayah, dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “TERAPI RELAKSASI BENSON PADA KELUARGA TN.D DAN TN.K DENGAN MASALAH UTAMA DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS SINDANGJAWA KAB. CIREBON”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Maka perkenankan pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono S.Kep, Ns, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Edi Ruhmadi, S.Kep, M.Kes selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Cirebon.
4. Bapak Omay Rohmana, SKep, Ns, M.Kep selaku dosen pembimbing utama atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
5. Ibu Ati Siti Rochayati, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing pendamping dan pembimbing akademik atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Bapak Eyet Hidayat, SPd, SKp, MKep, Ns, Sp.Kep.J. selaku dosen penguji.
7. Segenap dosen Progam Studi Keperawatan Cirebon yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
8. Orang tua tersayang dan kedua kakak saya yang selalu mendukung, mendoakan, serta memberi kasih sayang yang selama ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan.

Cirebon, 17 Juni 2022

Penulis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
Karya Tulis Ilmiah, Juni 2022

Terapi Relaksasi Benson Pada Keluarga Tn.D Dan Tn.K Dengan Masalah Utama
Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Sindangjawa Kab. Cirebon

Hilda Nurlaila Kusumawati ¹, Omay Rohmana ², Ati Siti Rochayati ³

ABSTRAK

Diabetes melitus adalah peningkatan kadar gula dalam darah. Penatalaksanaan diabetes melitus dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis salah satunya adalah terapi komplementer seperti terapi relaksasi benson. Terapi relaksasi benson ini dapat menghambat aktivitas simpatis sehingga mampu menurunkan konsumsi oksigen dalam tubuh yang kemudian menyebabkan otot-otot tubuh tidak tegang sehingga perasaan menjadi lebih tenang dan bahagia yang mampu memberikan dampak positif terhadap penurunan kadar gula darah. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi respon klien dengan diabetes melitus tipe 2 sebelum dan setelah dilakukan intervensi terapi relaksasi benson. Desain karya tulis ilmiah menggunakan kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Sampel sebanyak 2 orang klien diabetes melitus dengan kriteria inklusi perempuan beragama islam dan berusia 30-50 tahun, serta kriteria eksklusi tanpa komplikasi penyakit lain dengan diberikannya terapi relaksasi benson selama 7 hari dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa. Hasil studi kasus ini sebelum dan setelah dilakukan terapi selama 7 hari, kadar gula darah klien 1 mengalami penurunan dengan rata-rata 20,1 mg/dl, sedangkan kadar gula darah klien 2 mengalami penurunan dengan rata-rata 21,4 mg/dl dengan selisih penurunan 1,3 mg/dl. Dapat disimpulkan bahwa terapi relaksasi benson efektif terhadap penurunan kadar gula darah. Saran penulis untuk kedua klien agar dapat menerapkan terapi relaksasi benson secara teratur dan konsisten serta menjaga pola aktivitas seperti rajin melakukan aktivitas sederhana misalnya jalan kaki minimal selama 30 menit/hari.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Terapi Relaksasi Benson

¹ Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

², ³ Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

MINISTRY OF HEALTH REPUBLIC OF INDONESIA
HEALTH POLYTECHNIC OF TASIKMALAYA
DEPARTEMENT OF NURSING
Scientific Paper, June 2022

Benson Relaxation Therapy in Mr. D and Mr. K's Family with Type 2 Diabetes Melitus as the main problem at the Sindangjawa Health Center Cirebon Regency

Hilda Nurlaila Kusumawati ¹, Omay Rohmana ², Ati Siti Rochayati ³

ABSTRACT

Diabetes mellitus is an increase in blood sugar levels. Management of diabetes mellitus can be done by pharmacological and non-pharmacological. One of the non-pharmacological treatments is complementary therapy such as Benson's relaxation therapy. Benson relaxation therapy can inhibit sympathetic activity so as to reduce oxygen consumption in the body which then causes the muscles of the body not to tense up so that the feeling becomes calmer and happier which can have a positive impact on decreasing blood sugar levels. The purpose of this study was to identify the response of clients with type 2 diabetes mellitus before and after the Benson relaxation therapy intervention. The design of scientific papers uses a qualitative case study approach. A sample of 2 clients with diabetes mellitus with inclusion criteria of Muslim women and aged 30-50 years, as well as exclusion criteria without complications of other diseases by giving Benson relaxation therapy for 7 days carried out in the Work Area of the Sindangjawa Health Center. The results of this case study before and after therapy for 7 days, client 1's blood sugar level decreased by an average of 20.1 mg/dL, while client 2's blood sugar level decreased by an average of 21.4 mg/dL with a decrease of 1.3 mg/dL. It can be concluded that Benson's relaxation therapy is effective in reducing blood sugar levels. The author's advice for both clients is to be able to apply Benson relaxation therapy regularly and consistently and maintain activity patterns such as diligently doing simple activities such as walking for at least 30 minutes/day.

Keywords: Diabetes Mellitus, Benson Relaxation Therapy

¹ Student Departement Of Nursing Health Polytechnic Of Tasikmalaya

^{2,3} Teacher Departement Of Nursing Health Polytechnic Of Tasikmalaya

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS / KEASLIAN TULISAN ... Error! Bookmark not defined.	
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ... Error! Bookmark not defined.	
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Teoritis	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Praktik.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Dasar Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Pengertian Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Etiologi Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Klasifikasi Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Komplikasi Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.6 Penatalaksanaan Diabetes Melitus....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Pengkajian.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Diagnosa Keperawatan	Error! Bookmark not defined.

2.2.3	Rencana Asuhan Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
2.2.4	Implementasi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.5	Evaluasi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3	Konsep Intervensi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.1	Pengertian Terapi Relaksasi Benson.	Error! Bookmark not defined.
2.3.2	Manfaat Terapi Relaksasi Benson	Error! Bookmark not defined.
2.3.3	Cara Kerja Terapi Relaksasi Benson	Error! Bookmark not defined.
2.3.4	Langkah-Langkah Teknik Relaksasi Benson .	Error! Bookmark not defined.
2.4	Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH		Error! Bookmark not defined.
3.1	Desain Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
3.2	Subyek Karya Tulis Ilmiah.....	Error! Bookmark not defined.
3.3	Definisi Operasional / Batasan Istilah	Error! Bookmark not defined.
3.4	Lokasi dan Waktu.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.3	Lokasi Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
3.4.4	Waktu Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
3.5	Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
3.6	Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.6.1	Wawancara.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.2	Observasi dan pemeriksaan fisik	Error! Bookmark not defined.
3.6.3	Studi dokumentasi.....	Error! Bookmark not defined.
3.7	Instrumen Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.8	Keabsahan Data	Error! Bookmark not defined.
3.9	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.10	Etika Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.10.1	<i>Informed consent</i> (persetujuan menjadi responden)	Error! Bookmark not defined.
3.10.2	<i>Anonymity</i> (tanpa nama)	Error! Bookmark not defined.
3.10.3	<i>Confidentiality</i> (kerahasiaan)	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL KTI DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Hasil KTI.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.1	Gambaran Lokasi Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.2	Asuhan Keperawatan Kasus I.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.3	Asuhan Keperawatan Kasus II.....	Error! Bookmark not defined.

4.1.4	Distribusi Respon Kadar Gula Darah Sebelum Dilakukan Intervensi Terapi Reaksasi Benson Pada Kasus I dan II .	Error! Bookmark not defined.
4.1.5	Distribusi Respon Kadar Gula Darah Setelah Dilakukan Intervensi Terapi Reaksasi Benson Pada Kasus I dan II .	Error! Bookmark not defined.
4.1.6	Perbandingan Respon Kedua Klien ..	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
4.3	Keterbatasan KTI	Error! Bookmark not defined.
4.4	Implikasi untuk Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP		Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2	Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel	
2.1 Skala Prioritas Masalah.....	31
2.2 Intervensi Keperawatan.....	33
3.1 Definisi Operasional / Batasan Istilah	45
4.1 Distribusi Respon Kadar Gula Darah Sebelum Dilakukan Intervensi Terapi Relaksasi Benson Pada Kasus I dan II	66
4.2 Distribusi Respon Kadar Gula Darah Sebelum Dilakukan Intervensi Terapi Relaksasi Benson Pada Kasus I dan II	66
4.3 Perbandingan Respon Kedua Klien	67

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan	
2.1 Kerangka Teori.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

- 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA
- 2 Informed Consent Kasus I dan II
- 3 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Relaksasi Benson
- 4 Asuhan Keperawatan Keluarga Kasus I dan II
- 5 Satuan Acara Penyuluhan Diabetes Melitus
- 6 Data Hasil Penelitian
- 7 Lembar Konsul Bimbingan