

## **ABSTRAK**

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2024

Siska Aulia Sefani

Implementasi Untuk Menurunkan Ansietas Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Teknik Relaksasi Otot Progresif Di Ruang Bougenville RSUD Dr. H. Koesnadi Bondowoso.

xiv + 52 Hal + 7 Tabel + 9 Lampiran

### **Abstrak**

Pasien Diabetes Melitus yang mengalami Ansietas merupakan masalah tambahan yang harus dihadapi, apabila tidak ditangani dapat menyebabkan komplikasi. Ansietas pada pasien Diabetes melitus dapat diatasi dengan Implementasi Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk menurunkan ansietas di ruang bougenville RSUD Dr H. Koesnadi Bondowoso. Tujuan dari studi kasus ini adalah implementasi untuk menurunkan Ansietas pada pasien diabetes melitus dengan teknik relaksasi otot progresif di ruang bougenville RSUD Dr. H. Koesnadi Bondowoso. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan bentuk studi kasus mendalam pada pasien Diabetes Melitus dengan masalah Ansietas. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, studi dokumentasi serta pemberian asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus dengan menerapkan implementasi teknik relaksasi otot progresif. Asuhan keperawatan melakukan teknik relaksasi otot progresif di implementasikan selama 3 hari pada pagi hari jam 09.00 WIB, sore hari pukul 15.00. dilakukan sejak tanggal 28 Februari 2024 sampai 1 Maret 2024. Evaluasi dilaksanakan pada hari ketiga. Hasil implementasi menunjukkan bahwa sebelum diberikan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus dengan teknik relaksasi otot progresif skor kecemasan pasien 28 dengan kecemasan berat, gula darah sewaktu 324 mg/dl. Implementasi Teknik relaksasi otot progresif dapat menurunkan ansietas pada pasien Diabetes Melitus hingga skor menjadi 14, setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam.

**Kata Kunci :** Diabetes Melitus, Ansietas, Relaksasi otot progresif

## **ABSTRACT**

UNIVERSITY MUHAMMADIYAH JEMBER  
ASSOCIATE'S DEGREE OF NURSING STUDY PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Scientific Paper, July 2024  
Siska Aulia Sefani

*Implementation to reduce anxiety in diabetes mellitus patients using progressive muscle relaxation techniques in the Bougainvillea room at RSUD Dr. H. Koesnadi Bondowoso.*

*xiv + 52 pages + 7 tables + 9 annexes*

### **Abstract**

*Diabetes mellitus sufferers who experience anxiety are an additional problem that must be faced; if not treated, it can cause complications. Anxiety in diabetes mellitus patients can be overcome by applying the Progressive Muscle Relaxation Technique to reduce anxiety in the Bougainvillea room at Dr. H. Koesnadi Bondowoso Hospital. The aim of this case study is to implement anxiety reduction in diabetes mellitus patients using progressive muscle relaxation techniques in the bougainvillea room at RSUD, Dr. H. Koesnadi Bondowoso. Diabetes Mellitus Patients who experience anxiety are an additional problem that must be faced; if not, treatment can cause complications. Anxiety in diabetes mellitus patients can be overcome by applying the Progressive Muscle Relaxation Technique to reduce anxiety in the Bougainvillea room at Dr. H. Koesnadi Bondowoso Hospital. The aim of this case study is to implement anxiety reduction in diabetes mellitus patients using progressive muscle relaxation techniques in the bougainvillea room at RSUD, Dr. H. Koesnadi Bondowoso. The method used is a descriptive case study in the form of an in-depth case study on diabetes mellitus patients with anxiety problems. Data collection was carried out by means of interviews, observations, physical examinations, documentation studies, and the provision of nursing care to patients with diabetes mellitus by applying progressive muscle relaxation techniques. Nursing care carried out progressive muscle relaxation techniques implemented for 3 days in the morning at 09.00 WIB, in the afternoon at 15.00. will be carried out from February 28, 2024 to March 1, 2024. The evaluation was carried out on the third day. The results of the implementation showed that before being given nursing care to patients with diabetes mellitus with progressive muscle relaxation techniques, the anxiety score of patients 28 with severe anxiety was 324 mg/dl. Implementation of progressive muscle relaxation techniques can reduce anxiety in diabetic mellitus patients up to a score of 14 after 3x24 hours of treatment.*

**Keywords:** *Diabetes Mellitus, Ansietas, Progressive muscle relaxation*