



KARYA TULIS ILMIAH  
(STUDI KASUS)

**IMPLEMENTASI UNTUK MENURUNKAN ANSIETAS PADA  
PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN TEKNIK  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RUANG  
BOUGENVILLE RSUD Dr. H. KOESNADI  
BONDOWOSO**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam  
Menyelesaikan Program Ahli Madya Keperawatan

Oleh:

SISKA AULIA SEFANI

NIM: 2101021035

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH JEMBER  
TAHUN 2024**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI UNTUK MENURUNKAN ANSIETAS PADA  
PASIEN DIABETES MELITUS DENGAN TEKNIK  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RUANG  
BOUGENVILLE RSUD Dr. H. KOESNADI  
BONDOWOSO**

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Ahli Madya Keperawatan

Oleh:

**SISKA AULIA SEFANI**  
NIM: 2101021035

**PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
JEMBER TAHUN 2024**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia  
Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Fax 337967



Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> email : [kantorpusat@unmuhjember.ac.id](mailto:kantorpusat@unmuhjember.ac.id)

**SURAT PERNYATAAN  
KEABSAHAN KARYA ILMIAH**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siska Aulia Sefani  
NIM : 2101021035  
Tempat, tanggal lahir : Jember, 13 September 2002  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Dsn. Tampingan, Ds. Gelang, RT/RW 003/015, Kec. Sumberbaru, Kab. Jember, Jawa Timur  
Jurusan/Program Studi : D3 Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :  
Implementasi Untuk Menurunkan Ansietas Pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Teknik Relaksasi Otot Progresif Di Ruang Bougenville RSUD Dr. H. Koesnadi Bondowoso

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir karya tulis ilmiah.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 24 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,

(Siska Aulia Sefani)  
NIM. 2101021035

## MOTTO

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(Qs. Ar-Ruum 60)

“Hiduplah sampai kau paham, bahwa diam lebih baik dari pada mencari Validasi  
untuk memuaskan manusia labil yang bahkan tidak tau dia benar atau salah”

(Siska Aulia Sefani)

“Hidup penuh dengan cobaan, tapi ga semua harus dicobain”

(Nova Risma Ramadhani)



**PERNYATAAN PERSETUJUAN**

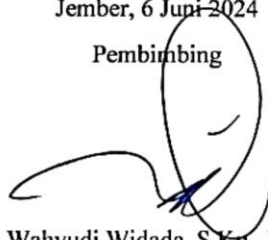
**IMPLEMENTASI UNTUK MENURUNKAN ANSIETAS PADA PASIEN  
DIABETES MELITUS DENGAN TEKNIK RELAKSASI OTOT  
PROGRESIFDI RUANG BOUGENVILLE  
RSUD Dr. H. KOESNADI  
BONDOWOSO**

Oleh:  
**SISKA AULIA SEFANI**  
NIM: 2101021035

Karya Tulis Ilmiah ini telah dieperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui  
untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah  
Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Unversitas Muhammadiyah Jember

Jember, 6 Juni 2024

Pembimbing



(Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked.)  
NPK. 196712160704448

**PENGUJI KARYA TULIS ILMIAH**

Dewan Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah Pada Program Studi D3 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 18 Juli 2024

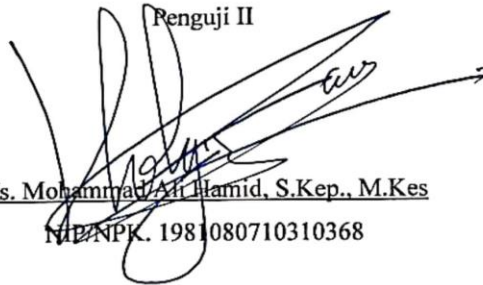
Penguji I



Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes

NIP/NPK. 197990416103053

Penguji II



Ns. Mohammad Ali Ilamid, S.Kep., M.Kes

NIP/NPK. 1981080710310368

Penguji III



Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked

NIP/NPK. 196712160704448

## LEMBAR PENETAPAN PENGUJI

**IMPLEMENTASI UNTUK MENURUNKAN ANSIETAS PADA PASIEN  
DIABETES MELITUS DENGAN TEKNIK RELAKSASI OTOT  
PROGRESIF DI RUANG BOUGENVILLE  
RSUD Dr. H. KOESNADI  
BONDOWOSO**

Oleh:

SISKA AULIA SEFANI  
NIM: 2101021035

Dewan Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi D3 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 18 Juli 2024

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.  
NIP/NPK. 197990416103053
2. Penguji II : Ns. Mohammad ali Hamid, S.Kep., M.Kes  
NIP/NPK. 1981080710310368
3. Penguji III : Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked  
NIP/NPK. 196712160704448

(.....)  
(.....)  
(.....)

CS berkolaborasi dengan ComScore

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember



(Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep, Sp.Kep.Kom)  
NPK. 1988030311703821

CS berkolaborasi dengan ComScore

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ns. Sri Wahyuni A, S.kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Mad Zaini, M.Kep., Sp. Kep.J selaku kaprodi Program Studi D3 keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked. selaku Dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Seluruh Dosen dan staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah mendidik serta membantu penulis dalam menempuh Pendidikan di jenjang Diploma, sehingga mengantarkan penulis sampai bias menyelesaikan Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Untuk cinta pertama saya sekaligus panutan dan superhero bagi saya, Ayah tercinta bapak Wagito terimakasih selalu berjuang untuk memberikan yang terbaik untuk saya doa dan dukungan beliau mengiringi penulis hingga dititik ini.



6. Pintu surgaku Ibu sumarni yang tak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta serta selalu memberikan doa di setiap waktu, semangat, motivasi, dukungan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Direktur RSUD beserta Staf Rumah sakit Daerah Dr. H. Koesnadi Bondowoso yang bersedia membantu dalam pengambilan data sampai melakukan asuhan keperawatan.
8. Teman – teman D3 Keperawatan Angkatan 2021 terimakasih telah menjadi teman yang luar biasa dalam memberikan saran, dorongan serta motivasi hingga terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini
9. Untuk para sahabat-sahabatku Nova risma, Dwi ayu, Chindy dian, Tyta amelia, Shandina, Chika, Amal Hayati Terimakasih selalu mendukungku untuk terus maju dan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
10. Terakhir terimakasih untuk diri sendiri karna sudah berjuang sampai sejauh ini dan mampu berusaha semaksimal mungkin hingga mampu melewati tantangan dan rintangan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada penulis, mendapat balasan dari Allah SWT. Besar harapan penulis agar Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat.

Jember, 02 Juli 2024

Siska Aulia Sefani

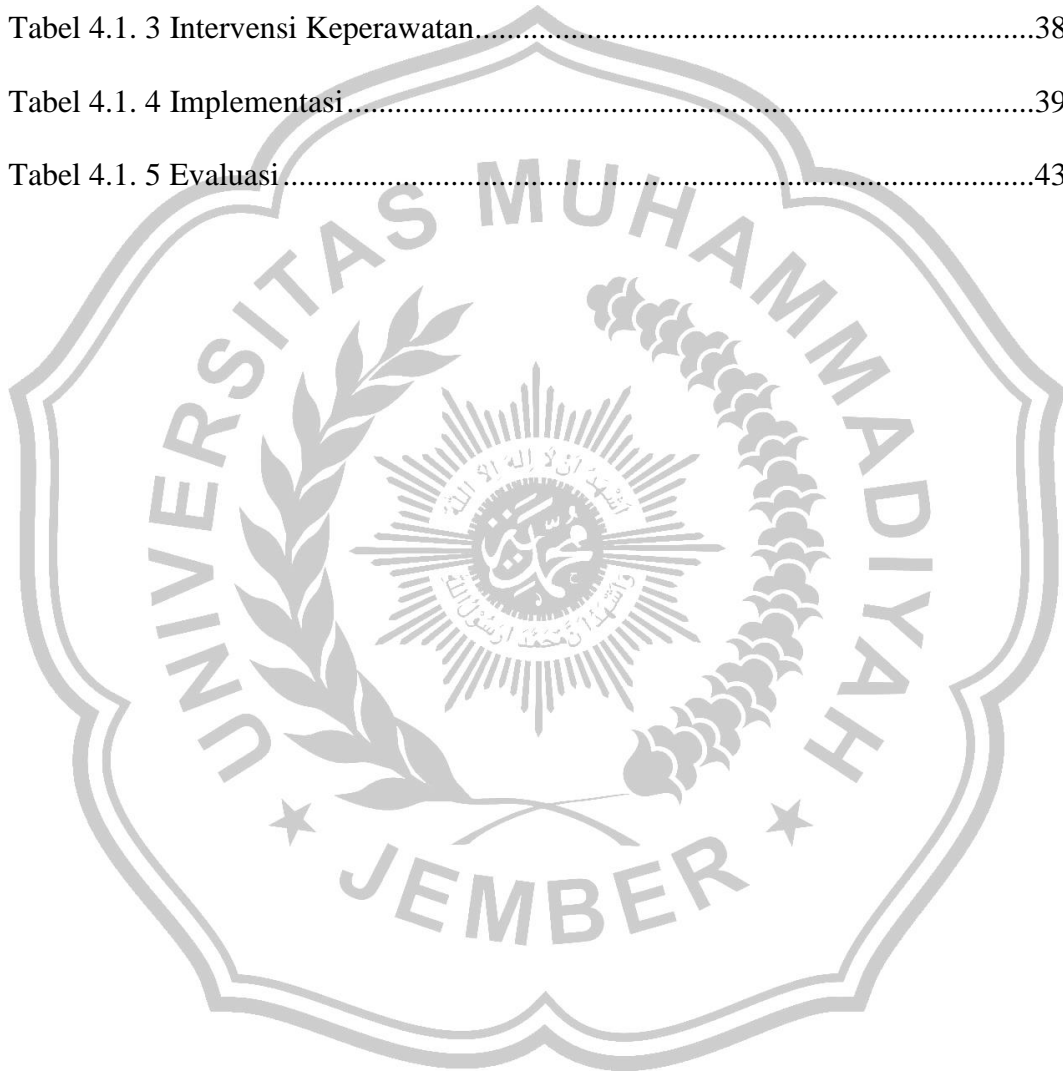
## DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
MOTTO .....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LEMBAR PENETAPAN PENGUJI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Penyakit Diabetes Melitus .....	6
2.1.1 Definisi Diabetes Melitus.....	6
2.1.2 Anatomi Fisiologi.....	7
2.1.3 Klasifikasi.....	8
2.1.4 Tanda dan Gejala Diabetes Melitus.....	11
2.1.5 Penatalaksanaan.....	12
2.1.6 Manifestasi Klinis.....	14
2.1.7 Patofisiologi.....	14
2.1.8 Pathways.....	17
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan.....	18
2.2.1 Pengkajian.....	18
2.2.2 Diagnosa Keperawatan.....	18
2.2.3 Intervensi (Perencanaan).....	18
2.2.4 Implementasi.....	19

2.2.5	Evaluasi.....	19
2.2.6	Penelitian Terkait.....	20
<b>BAB III</b>	.....	<b>23</b>
<b>METODE PENELITIAN</b>	.....	<b>23</b>
3.1	Desain Penelitian.....	23
3.2	Subyek Penelitian.....	23
3.3	Fokus penelitian.....	23
3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
3.4.1	Lokasi.....	24
3.4.2	Waktu.....	24
3.5	Definisi Operasional.....	24
3.6	Instrumen Penelitian.....	25
3.7	Pengumpulan Data.....	25
3.8	Alur Pelaksanaan Penelitian.....	26
3.9	Analisis Data dan Penyajian Data.....	26
3.10	Etik Penelitian.....	28
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	.....	<b>30</b>
4.1	Hasil Studi Kasus.....	30
4.2	Pembahasan.....	45
<b>BAB V</b>	.....	<b>49</b>
<b>PENUTUP</b>	.....	<b>49</b>
5.1	KESIMPULAN.....	49
5.2	SARAN.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	.....	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN</b>	.....	<b>54</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.2. 1 Penelitian Terkait .....	20
Tabel 3.5. 1 Definisi Operasional .....	24
Tabel 4.1. 1 Pemeriksaan Diagnostik.....	36
Tabel 4.1. 2 Analisa Data.....	37
Tabel 4.1. 3 Intervensi Keperawatan.....	38
Tabel 4.1. 4 Implementasi.....	39
Tabel 4.1. 5 Evaluasi.....	43



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. 1 Anatomi Pankreas .....	7
Gambar 2.1. 2 Pathway .....	17
Gambar 2.1. 3 Alur Pelaksanaan Penelitian.....	26



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Relaksasi Otot Progresif.....	54
Lampiran 2 Surat Keterangan Lulus Etik .....	58
Lampiran 3 Surat Permohonan Pengambilan Kasus.....	59
Lampiran 4 Surat Keterangan Pengambilan Data.....	60
Lampiran 5 Surat Rekomendasi Penelitian Dari Rumah Sakit Dr. H. Koesnadi Bondowoso .....	61
Lampiran 6 Checklist Persyaratan Penelitian .....	62
Lampiran 7 Surat Keterangan Selesai Penelitian Di RSUD Dr. H. Koesnadi Bondowoso .....	63
Lampiran 8 Lembar Konsultasi KTI.....	64
Lampiran 9 Surat Keterangan Bebas Plagiarisme.....	65

