

**PENERAPAN INTERVENSI "RELAKSASI OTOT
PROGRESIF" PADA PASIEN DIABETES MELITUS
PADA NY."S" DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
GODEAN 1**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Disusun Oleh:

Resipa

223203054

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
TAHUN 2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENERAPAN INTERVENSI "RELAKSASI OTOT PROGRESIF" PADA PASIEN DIABETES MELITUS PADA NY."S" DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GODEAN 1

Karya Ilmiah Keperawatan Ini Telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji
Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad
Yani Yogyakarta

Disusun Oleh :

Resipa

NPM : 223203054

Yogyakarta, 1 Agustus 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



Ferianto, M. Kep
NIDN.0510028502



Hari Mulyani, S. Kep, Ns
NIP.198102192005012011

HALAMAN PENGESAHAN

**PENERAPAN INTERVENSI "RELAKSASI OTOT
PROGRESIF" PADA PASIEN DIABETES MELITUS
PADA NY."S" DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
GODEAN 1**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal 03 Agustus 2023

Oleh :

Resipa

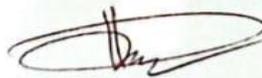
223203054

Penguji



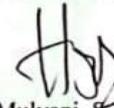
(Anastasia Suci Sukmawati, M.ng)
NIDN. 0520028202

Pembimbing I



(Ferianto, M.Kep)
NIDN. 0510028502

Pembimbing II



(Hari Mulyani, S.Kep, Ns.)
NIP.198102192005012011



Mengetahui,
Ka. Profesi Ners

(Anita Trisetyaningih, S.Kep.,Ns.,M.Kep)
NIDN:05-0501-8201

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Resipa

NPM : 223203054

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : "Penerapan Intervensi "Relaksasi Otot Progresif" Pada Pasien Diabetes Melitus Pada Ny."S" Di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I".

Menyatakan bahwa hasil Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) diatas adalah karya tulis saya sendiri dan bukan hasil dari *plagiarism*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penulis kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik dikemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai dengan ketentuan akademik.

Yogyakarta, 03 Agustus 2023



Resipa

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul **“Penerapan Intervensi ”Relaksasi Otot Progresif” Pada Pasien Diabetes Melitus Pada Ny.”S” Di Wilayah Kerja Puskesmas Godean 1”**.

Penulis menyadari bahwa laporan ini jauh dari sempurna mengingat dari keterbatasan pengalaman serta kemampuan dalam menyusun KIAN ini. Pada kesempatan ini penulis, mengucapkan terimakasih atas bimbingan serta motivasi yang telah diberikan kepada:

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Yanita Trisetiyaningsih, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ferianto, M.Kep selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukannya kepada penulis selama penyusunan karya ilmiah akhir ners ini hingga selesai.
4. Hari Mulyani, S.Kep. Ns selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukannya kepada penulis selama penyusunan karya ilmiah akhir ners ini hingga selesai.
5. Anastasia Suci Sukmawati.M.Ng selaku penguji yang telah memberikan masukan, pendapat serta saran dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners ini.
6. Seluruh dosen profesi ners yang dengan ikhlas dan sabar membagi ilmunya.
7. Kepada bapak Suranto dan ibu Nurhayati selaku orangtua penulis, yang selalu mendo’akan, membiayai, dan menyemangati penullis hingga mampu menyelesaikan penyusunan karya ilmiah akhir ners hingga selesai.

8. Responden yang telah menyetujui untuk menjadi bagian dari penyusunan karya ilmiah akhir ners ini.
9. Kepada Windi ismatul hasanah,S.Kep yang telah menyemangati sekaligus sebagai adik perempuan yang selalu mendengar keluh kesah selama penulisan karya ilmiah akhir ners ini.
10. Kepada Agung pratama putra,S.Kep, Intan tiara sukma,S.Kep dan Juraidah,S.Kep dan *someone* yang telah membantu menyemangati dalam menyelesaikan penulisan karya ilmiah ners ini.

Kritik maupun saran yang membangun dibutuhkan oleh penulis untuk memperbaiki kedepannya agar dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan.

Penulis



Resipa, S.Kep

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PENYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Judul	1
B. Latar Belakang	1
C. Tujuan Penulisan	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penulisan	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
E. Tehnik Pengumpulan Data.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI.....	8
A. Diabetes Mellitus	8
1. Pengertian Diabetes Mellitus	8
2. Etiologi	9
3. patofisiologi	10
4. gambaran Klinis	11
5. pemeriksaan Penunjang.....	13
6. penatalaksanaan.....	14
B. Relaksasi Otot Progresif	17
1. Pengertian Relaksasi Otot Progresif.....	17
2. Tujuan dan Manfaat	18
3. Indikasi dan Kontraindikasi Relaksasi Otot Progresif	19
4. Prinsip Kerja Relaksasi Otot Progresif	20
5. Prosedur Relaksasi Otot Progresif	21
C. Asuhan Keperawatan Teoritis	24
1. Pengkajian Keperawatan	24
2. Diagnosa Keperawatan.....	28
3. Intervensi Keperawatan.....	29
4. Implementasi Keperawatan.....	30
5. Evaluasi Keperawatan	31

BAB III ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA.....	32
A. Pengkajian	32
B. Analisa Data	51
C. Diagnosa Keperawatan.....	52
D. Penapisan Masalah Diagnosa	53
E. Intervensi Keperawatan.....	55
F. Implementasi Keperawatan	57
G. Evaluasi Keperawatan	57
BAB IV ANALISIS JURNAL	61
A. Cara Mencari Jurnal	61
B. Resume Jurnal	62
C. Rencana Aplikasi Jurnal pada Kasus	65
BAB V PEMBAHASAN	71
A. Gambaran Pengkajian Keperawatan	71
B. Gambaran Diagnosa Keperawatan	72
C. Gambaran Perencanaan Intervensi Keperawatan	74
D. Gambaran Implementasi Keperawatan	76
E. Gambaran Evaluasi Keperawatan	79
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	83
A. Kesimpulan	83
B. saran	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Identitas Kepala Keluarga.....	32
Tabel 3.2 Daftar Anggota Keluarga.....	34
Tabel 3.3 Family Tree Wellbeing	47
Tabel 3.4 Tingkat Kemandirian Keluarga.....	47
Tabel 3.5 Pengkajian Fisik.....	48
Tabel 3.6 Analisa Data.....	51
Tabel 3.7 Penapisan Masalah Diagnosa Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah...	53
Tabel 3.8 Penapisan Masalah Diagnosa Kesiapan Peningkatan Manajemen Kesehatan	54
Tabel 3.9 Rencana dan Intervensi Keperawatan.....	55
Tabel 3.10 Catatan Perkembangan Keperawatan Keluarga.....	57
Tabel 3.11 Lembar Bimbingan	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Denah Rumah	33
Gambar 3.2 Genogram Keluarga	34
Gambar 3.3 <i>Ecomaps</i>	37
Gambar 3.4 <i>Family Attachment</i>	44
Gambar 3.5 <i>Family Tee Wellbeing</i>	46

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	92
Lampiran 2 Kuesioner Pengkajian Katz Index	93
Lampiran 3 Kuesioner Pengkajian Risiko Jatuh HFS (<i>Hedrich Fall Scale</i>).....	94
Lampiran 4 Kuesioner Pengkajian Kualitas Tidur (PSQI)	95
Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan Asuhan Keperawatan	98
Lampiran 6 Etik Penelitian.....	100
Lampiran 7 Surat Izin Pengambilan Kasus	102
Lampiran 8 Lembar Bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners	103
Lampiran 9 Cek <i>Plagiarisme</i>	104

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA