



KARYA ILMIAH AKHIR

**TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK DAPAT PENURUNAN KADAR GULA
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RUANG WIJAYA
KUSUMA RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO LAMPUNG
TAHUN 2025: "CASE REPORT"**

Oleh:

RAHMAWATI

NIM: 2404161

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK DAPAT PENURUNAN KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RUANG WIJAYA KUSUMA
RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO LAMPUNG
TAHUN 2025: "CASE REPORT"

Karya Ilmiah Akhir

Diajukan dalam rangka pemenuhan persyaratan memperoleh gelar Ners

Oleh:

RAHMAWATI

NIM: 2404161

PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

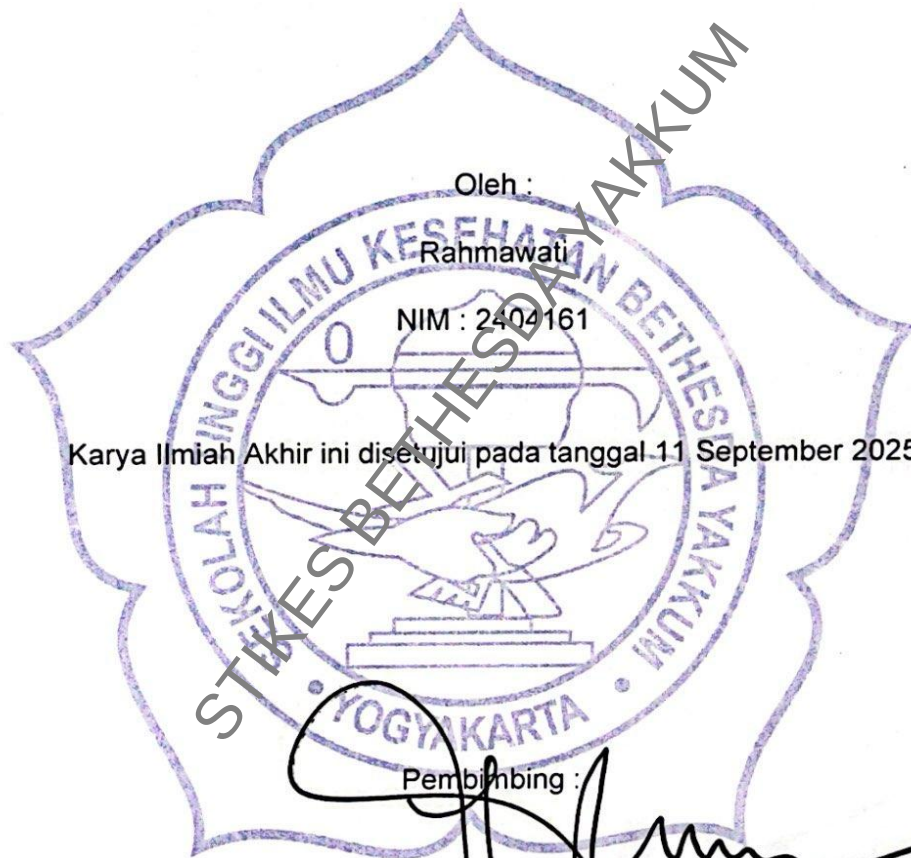
STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

KARYA ILMIAH AKHIR

TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK DAPAT PENURUNAN KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RUANG WIJAYA KUSUMA
RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO LAMPUNG
TAHUN 2025: "CASE REPORT"



Chatarina Hatri Istarini, S. Kep., Ns.,

M. Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D.NS.

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR

TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK DAPAT PENURUNAN KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RUANG WIJAYA KUSUMA
RUMAH SAKIT MARDI WALUYO METRO LAMPUNG
TAHUN 2025: "CASE REPORT"

Oleh :

Rahmawati

NIM : 2404161

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 11 September 2025

Dosen Pembimbing

Chatarina Hatri Istiajini, S. Kep., Ns.,
M. Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D.NS.

Mengesahkan

Mengetahui

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Ketua Program Studi Pendidikan



Nurlika Ika Indrayas, S. Kep., Ns.,
M. Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D.NS.

Profesi Ners

Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M. Kep.

ABSTRAK

RAHMAWATI. "Terapi Relaksasi Autogenik Dapat Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Wijaya Kusuma Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung Tahun 2025: "Case Report"."

Latar belakang: Diabetes Melitus tipe 2 merupakan golongan penyakit degenerative akibat tingginya kadar gula darah sehingga terjadi insensivitas sel pada insulin. Tingginya angka kejadian kasus Diabetes Melitus menyebabkan penderita DM perlu memahami perawatan DM agar tidak terjadi komplikasi ataupun kematian. Mencegah komplikasi pada pasien DM perlu berbagai perawatan seperti menjaga kestabilan gula darah, konsumsi obat, perubahan gaya hidup, dan pengontrolan terapeutik pada pasien DM tipe 2. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan dalam pengontrolan kadar gula darah dengan terapi Relaksasi Autogenik.

Gejala utama: lemas, sering BAK, peningkatan kadar gula darah.

Intervensi terapeutik: Menerapkan terapi relaksasi autogenik untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe 2.

Outcome: Setelah dilakukan terapi relaksasi autogenik selama 3 hari, berdasarkan observasi didapatkan hasil awal sebelum tindakan gula darah 200 mg/dL dan setelah dilakukan tindakan dihari ketiga gula darah menjadi 200 mg/dL.

Kesimpulan: Relaksasi Autogenik merupakan intervensi terapeutik yang dapat diaplikasikan pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 disebabkan sensasi tenang, ringan dan hangat yang menyebar keseluruh tubuh.

Kata Kunci: Relaksasi Autogenik, Kadar Gula Darah, Diabetes Melitus tipe 2
xiv + 43 halaman + 7 tabel + 1 grafik + 12 lampiran
Kepustakaan: 10, 2020-2024

ABSTRACT

RAHMAWATI. *"Autogenic Relaxation Therapy Can Reduce Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Melitus Patients in the Wijaya Kusuma Ward, Mardi Waluyo Hospital, Metro, Lampung, 2025: "Case Report"."*

Background: Type 2 Diabetes Melitus is a degenerative disease caused by high blood sugar levels, resulting in insulin-dependent cell insensitivity. The high incidence of Diabetes Melitus cases requires understanding DM treatment to prevent complications or death. Preventing complications in DM patients requires various treatments, such as maintaining stable blood sugar levels, taking medications, making lifestyle changes, and therapeutic monitoring in type 2 DM patients. One intervention that can be implemented to control blood sugar levels is Autogenic Relaxation Therapy.

Main symptoms: weakness, frequent urination, and increased blood sugar levels.

Therapeutic intervention: Implementing autogenic relaxation therapy to lower blood sugar levels in patients with type 2 diabetes melitus.

Outcome: After 3 days of autogenic relaxation therapy, observations showed that the initial blood sugar level before the procedure was 200 mg/dL, and after the procedure on the third day, the blood sugar level decreased to 200 mg/dL.

Conclusion: Autogenic relaxation is a therapeutic intervention that can be applied to patients with type 2 diabetes melitus due to the sensation of calm, lightness, and warmth that spreads throughout the body.

Keywords: Autogenic Relaxation, Blood Sugar Levels, Type 2 Diabetes Melitus
xiv + 43 pages + 7 tables + 1 graphic + 12 attachments
Bibliography : 10, 2020-2024

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini dengan Judul “Terapi Relaksasi Autogenik dapat Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Wijaya Kusuma Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung Tahun 2025: *“Case Report”*”. Karya Ilmiah Akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Selama proses penyusunan karya ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep. Ph.D., NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. dr. Paran Bagionoto, Sp.B., selaku Direktur Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro.
3. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MSN selaku Waket I Bidang Akademik Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Ibu Chatarina Hatri Istiarini, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D., NS selaku dosen pembimbing akademik yang membantu penulis dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir.
6. Ibu Endang Purwaningsih, S. Kep., Ns selaku Pembimbing Klinik ruang Seroja yang telah memberikan bimbingan dan saran.

7. Ibu Lanny Debby M. Allagan, S. Kep., Ns selaku Kepala Ruang Wijaya Kusuma dan Seroja.
8. Keluarga saya yang telah mendukung, memberikan doa, serta semangat selama menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.
9. Teman-teman kelompok yang praktik yang telah mendukung, serta memberikan semangat sehingga penulis mampu menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, penulis meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga karya ilmiah akhir ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Yogyakarta, .. Agustus 2025

Penulis

Rahmawati

DAFTAR ISI

	Halaman
KARYA ILMIAH AKHIR.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah	3
C. Tujuan penulisan	4
1. Tujuan umum.....	4
2. Tujuan khusus	4
BAB II TINJAUAN LITERATUR	5
A. Konsep dasar Diabetes Mellitus	5
1. Pengertian	5

B. Konsep Relaksasi Autogenik	20
1. Pengertian	20
C. Konsep Dasar Studi Kasus (case report)	23
1. Pengertian studi kasus (<i>case report</i>)	23
2. Tujuan	23
3. Ciri-ciri studi kasus	23
4. Kelebihan dan kekurangan studi kasus	23
4. Langkah-langkah dalam penyusunan studi kasus	24
5. Populasi dan sampel pada studi kasus	26
BAB III GAMBARAN KASUS	27
A. Informasi terkait pasien	28
B. Manifestasi	29
C. Perjalanan penyakit	29
D. Etiologi, faktor risiko penyakit & patofisiologi	30
E. Pemeriksaan diagnostik	30
F. Pengkajian keperawatan	32
G. Intervensi terapeutik	34
H. Tindak lanjut / <i>outcome</i>	37
BAB IV PEMBAHASAN	39
A. Pembahasan	39
B. Pasien <i>perspective</i>	47

BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	52

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kriteria Diagnosis Diabetes Melitus dan Prediabetes	7
Tabel 2 SOP Terapi Relaksasi Autogenik	22
Tabel 3 Pemeriksaan Laboratorium	30
Tabel 4 Asuhan Keperawatan	35
Tabel 5 Hasil intervensi hari pertama terapi relaksasi autogenik.....	37
Tabel 6 Hasil intervensi hari ke dua terapi relaksasi autogenik	37
Tabel 7 Hasil intervensi hari ke tiga terapi relaksasi autogenik	38

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Hasil Observasi Relaksasi Autogenik	42
--	----

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar informasi subyek

lampiran 2 lembar *informed consent*

Lampiran 3 Lembar observasi

Lampiran 4 SOP

Lampiran 5 Jurnal

Lempiran 6 Asuhan Keperawatan

Lampiran 7 Lembar bimbingan penulisan KIA

STIKES BETHESDA YAKKUM