



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI
RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS DI PUSKESMAS JELIMPO**

KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)

**Diajukan sebagai persyaratan untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

**OLEH :
NATALIA
NIM. 891243096**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK
TAHUN 2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

**Karya Ilmiah Akhir (KIA) Ini Adalah Hasil Karya Saya Sendiri
Dan Semua Sumber Baik Yang Dikutip Maupun Yang Dirujuk
Telah Saya Nyatakan Dengan Benar.**

Nama : Natalia
NIM : 891243096
Tanda Tangan :

Matrai

10000

Tanggal : 20 Agustus 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini diajukan oleh :

Nama : Natalia

NIM : 891243096

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Jelimpo

Untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

PEMBIMBING



Ns. Defa Arisandi, MSN, Ph.D
NIDN. 1123078701

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 20 Agustus 2025

LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI
RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS DI PUSKESMAS JELIMPO**

KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)

Disusun Oleh :

NATALIA

NIM. 891243096

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji

Pada tanggal 22 Agustus 2025

Penguji I

Penguji II

(Ns. Ali Akbar,M.Kep)
NIDN. 1118108602

(Ns. Mimi Amaludin,M.Kep)
NIDN. 1101059301

Penguji III

Ns. Defa Arisandi,MSN,Ph.D
NIDN. 1123078701

KIA ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk
mendapatkan gelar Ners (Ns.)

Mengetahui

Pontianak 22 Agustus 2025

Ketua
STIKes YARSI Pontianak

Ketua Program Studi
Pendidikan Profesi Ners

(Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep)
NIDN. 11123058801

(Ns. Nurpratiwi, M.Kep)
NIDN. 1110118703

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Jelimpo” dapat terselesaikan.

Selama penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak, baik moril maupun material. Perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep selaku Ketua STIKes Yarsi Pontianak
2. Ns. Nurpratiwi, M.Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Sarjana Keperawatan Stikes Yarsi Pontianak
3. dr. Julianto, ME selaku Kepala Puskesmas Jelimpo yang memberikan ijin atas studi pendahuluan
4. Ns. Defa Arisandi, MSN, Ph.D selaku Pembimbing yang memberikan masukan dan saran dalam pembuatan karya ilmiah akhir ini.
5. Suami saya Kristian, Anak-anak saya Pedrosa Krisna Yuto, Karel Krisna Yuto, dan Ivo Krisna Yuto, Serta teman-teman seangkatan yang telah membantu peneliti namun tidak dapat disebutkan namanya satu per satu.

Peneliti sangat menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih kurang sempurna. Oleh karena itu, koreksi, saran dan kritikan yang sifatnya membangun peneliti hargai demi kesempurnaan penelitian ini. Akhir kata, terima kasih atas semua bantuan yang telah diberikan.

Pontianak, 20 Agustus 2025



Natalia

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKes YARSI Pontianak, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Natalia
NIM : 891243096
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes YARSI Pontianak **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI
RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS DI PUSKESMAS JELIMPO

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Pontianak

Pada tanggal : 20 Agustus 2025

Yang menyatakan



(NATALIA)

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI
RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS DI PUSKESMAS JELIMPO**

Natalia¹⁾, Defa Arisandi²⁾,

¹Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

²Dosen STIKes YARSI Pontianak

ABSTRAK

Pendahuluan : Diabetes melitus dapat ditangani dengan terapi komplementer seperti terapi relaksasi nafas dalam. Terapi relaksasi napas dalam adalah suatu tindakan keperawatan dengan menghembuskan napas secara perlahan, selain dapat menurunkan intensitas nyeri, terapi relaksasi napas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah, sehingga juga dapat menurunkan tingkat kecemasan. **Tujuan penelitian :** Menganalisis asuhan keperawatan dengan Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada pasien diabetes Melitus di Puskesmas Jelimpo. **Metode :** menganalisis asuhan keperawatan melalui Pengkajian, Diagnosa Keperawatan, Intervensi Keperawatan, Implementasi Keperawatan dan Evaluasi Keperawatan. Pasien yang diambil pada kasus berjumlah 1 orang yang berobat di Puskesmas Jelimpo. **Hasil :** evaluasi dari tindakan keperawatan yang dilakukan selama 3 hari didapatkan hasil yaitu diagnosa 1 ketidakstabilan kadar glukosa darah teratasi, diagnosa 2 perfusi perifer tidak efektif teratasi, dan diagnosa 3 nyeri akut teratasi. **Kesimpulan :** terapi non farmakologis yaitu terapi relaksasi nafas dalam dapat membantu menurunkan kadar gula dalam darah pada pasien diabetes Melitus. Berdasarkan hasil diharapkan penderita DM Tipe II teratur melakukan kontrol ke pelayanan kesehatan mencegah kemungkinan komplikasi yang dapat terjadi, menjalankan pola hidup yang sehat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Kata Kunci : Kadar Gula Darah, Relaksasi Nafas Dalam

**ANALYSIS OF NURSING CARE WITH THE IMPLEMENTATION OF DEEP
BREATHING RELAXATION THERAPY TO REDUCE BLOOD GLUCOSE
LEVELS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS AT JELIMPO
PUBLIC HEALTH CENTER**

Natalia¹⁾, Defa Arisandi²⁾,

1. YARSI Pontianak Health College Students
2. YARSI Pontianak Health College Lecturers

ABSTRACT

Introduction: Diabetes Melitus can be treated with complementary therapies such as deep breathing relaxation therapy. Deep breathing relaxation therapy is a nursing action by exhaling slowly, in addition to reducing pain intensity, deep breathing relaxation therapy can also increase lung ventilation and increase blood oxygenation, so it can also reduce anxiety levels. **Research objectives:** Analyzing nursing care with the application of deep breathing relaxation therapy to reduce blood glukose levels in patients with diabetes mellitus at the Jelimpo Health Center. **Method:** to analyze nursing care through Assessment, Nursing Diagnosis, Nursing Intervention, Nursing Implementation and Nursing Evaluation. The patient taken in the case was 1 person who was treated at the Jelimpo Health Center. **Results:** evaluation of nursing actions carried out for 3 days obtained results, namely diagnosis 1 unstable blood glucose levels resolved, diagnosis 2 ineffective peripheral perfusion resolved, and diagnosis 1 acute pain resolved. **Conclusion:** non-pharmacological therapy, namely deep breathing relaxation therapy, can help lower blood sugar levels in patients with diabetes Melitus. Based on the results, it is expected that Type II DM sufferers will regularly carry out checks at health services to prevent possible complications that can occur, and adopt a healthy lifestyle to prevent further complications.

Keywords: Blood Sugar Levels, Deep Breathing Relaxation

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Penyakit	
1. Pengertian.....	5
2. Etiologi	5
3. Klasifikasi.....	6
4. Patofisiologi	6
5. Pathway.....	7
6. Tanda dan Gejala.....	8
7. Komplikasi	8
8. Pemeriksaan Diagnostik	9
9. Penatalaksanaan Medis.....	9
B. Konsep Asuhan Keperawatan	
1. Pengkajian.....	10
2. Diagnosa Keperawatan.....	15
3. Rencana Keperawatan.....	15
4. Implementasi Keperawatan.....	19
5. Evaluasi Keperawatan	20
C. Konsep Intervensi Inovasi Terapi Relaksasi Nafas Dalam.....	20
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	
A. Pengkajian.....	27
B. Analisa Data.....	42
C. Diagnosa Keperawatan.....	43
D. Rencana Keperawatan.....	43
E. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	46

BAB IV PEMBAHASAN

A. Analisis Proses Keperawatan dengan konsep teori dan kasus terkait....	57
B. Analisis Penerapan Intervensi Berdasarkan <i>Evidence Based Nursing Practice</i>	61
C. Alternatif Pemecahan Masalah atau solusi yang dapat dilakukan.....	62

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Rencana Keperawatan Teoritis.....	15
Tabel 3.1 Hasil Laboratorium.....	37
Tabel 3.2 Analisa Data	42
Tabel 3.3 Rencana Keperawatan	43
Tabel 3.4 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Diabetes Melitus.....	7
Gambar 2.2 Pathway Teknik Relaksasi Nafas Dalam.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat izin pengambilan data
- Lampiran 2 Surat Balasan Pengambilan Data
- Lampiran 3 Surat izin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan izin Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Konsultasi
- Lampiran 6 Artikel Jurnal
- Lampiran 7 Dokumentasi