

ABSTRAK

Pasien Diabetes Mellitus sering berasumsi bahwa penyakitnya menakutkan karena tidak bisa disembuhkan. Kurang pengetahuan merupakan salah satu penyebab pasien mengalami kecemasan, Hal ini akan menyebabkan pasien mengalami kebingungan, perasaan tidak yakin, putus asa, perasaan tertekan, dan bimbang sehingga pasien merasa berdampak negatif terhadap kelangsungan hidup dan pasien terancam baik secara fisik maupun psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan Relaksasi Autogenik Pada Penderita Diabetes Mellitus dengan Masalah keperawatan Ansietas Di Rumah Sakit Mitra Keluarga Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus melalui asuhan keperawatan pada Ny.A dan Ny.U yang mengalami Diabetes Mellitus dengan masalah keperawatan Ansietas serta melakukan pengkajian, diagnosis, rencana tindakan, tindakan keperawatan, dan evaluasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi langsung.

Hasil penelitian sebelum dilakukan intervensi pada Ny.A didapatkan bahwa klien mengatakan khawatir dan bingung tidak tau harus berbuat apa dengan kondisinya saat ini. Sedangkan pada Ny. A didapatkan bahwa klien tampak bingung, gelisah, tegang. Setelah dilakukan intervensi selama 3 hari didapatkan bahwa Ny.A mengatakan sudah tidak cemas, klien tampak rileks dan tidur nyenyak. Sedangkan pada Ny.U didapatkan bahwa klien mengatakan sudah tidak khawatir, klien tampak tenang dan tidur nyenyak.

Simpulan dari penelitian penerapan Relaksasi Autogenik menunjukkan bahwa terdapat penurunan kecemasan setelah dilakukan terapi 1x sehari dengan interval 20 menit latihan selama 3 hari perawatan. Rekomendasi penelitian ini mendukung program kesehatan memberikan alternatif non farmakologi yang dapat dilakukan dirumah setelah pasien pulang dari Rumah Sakit.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Ansietas, Relaksasi Autogenik