

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN
INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA
NY. S DAN NY. R DENGAN *DIABETIC FOOT*
ULCER DI PEJATEN BARAT II**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh:

NURRAHMAH

234291517046

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI

NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NASIONAL

JAKARTA

2025

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN
INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA
NY. S DAN NY. R DENGAN *DIABETIC FOOT
ULCER* DI PEJATEN BARAT II**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar ners



Oleh:

NURRAHMAH

234291517046

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI

NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NASIONAL

JAKARTA

2025

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PEMBERIAN INTERVENSI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA NY. S DAN NY. R DENGAN *DIABETIC FOOT ULCER* DI PEJATEN BARAT II

OLEH:

NURRAHMAH

234291517046

Telah dipertahankan di hadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan Profesi Ners

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Pada tanggal 20 Januari 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Nur Fajariyah, S.Kep., M.Kep

(.....)

Penguji 1 : Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom

(.....)

Penguji 2 : Ns. Femiyati, S.Kep

(.....)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Pemberian Intervensi Relaksasi
Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ny. S dan
Ny. R Dengan Diabetik *Foot Ulcer* Di Pejaten Barat II.

Nama Mahasiswa : Nurrahmah

NPM : 234291517046



Ns. Nur Fajariyah, S.Kep., M.Kep

HALAMAN PERSETUJUAN SESUDAH SIDANG KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Pemberian Intervensi Relaksasi
Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ny. S dan
Ny. R Dengan Diabetik *Foot Ulcer* Di Pejaten Barat II.

Nama Mahasiswa : Nurrahmah

NPM : 234291517046

Penguji 1 : **Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom** (.....)

Penguji 2 : **Ns. Nur Fajariyah, S.Kep., M.Kep** (.....)

Penguji 3 : **Ns. Femiati, S.Kep** (.....)

HALAMAN PERYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama Mahasiswa : Nurrahmah

NPM : 234291517046

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Pemberian Intervensi Relaksasi

Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ny. S dan
Ny. R Dengan *Diabetik Foot Ulcer* Di Pejaten Barat II.

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah benar hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Jakarta, 14 Desember 2024



Nurrahmah

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam dan Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat, dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Pemberian Intervensi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ny. S dan Ny. R Dengan Diabetik Foot Ulcer Di Pejaten Barat II”.

Saya menyadari bahwa penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan “Alhamdulillahirobilalamin” beserta terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Ns.Naziyah, M.Kep
3. Ibu Ns. Nur Fajariyah, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners.
4. Ibu Ns. Femiyati, S.Kep.,M.Kep, selaku penguji yang telah memberikan masukan dan arahan dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners.
5. Ibu Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom., selaku penguji yang telah memberikan masukan dan arahan dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners.

6. Seluruh dosen dan staff karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di kampus FIKES UNAS
7. Ketua RT Pejaten Barat yang telah memberikan kesempatan untuk penulis melakukan penelitian.
8. Orang tua dan keluarga saya terutama mama yang sangat saya cintai yang telah membesarkan dan mendidik saya dengan kasih sayang dan penuh dengan kesabaran sampai saat ini, serta selalu memberikan dukungan penuh yang luar biasa baik moril maupun materil, serta terimakasih atas doa-doa yang selalu dipanjatkan untuk saya dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
9. Seluruh teman-teman yang telah memberi dukungan dalam membuat Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara Teknik, format ataupun isi dari Karya Ilmiah Akhir Ners saya. Harapan saya semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 10 Desember 2024



Nurrahmah

ABSTRAK

Analisis Asuhan Keperawatan Pemberian Intervensi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Ny. S Dan Ny. R Dengan Diabetik Foot Ulcer Di Pejaten Barat II

Nurrahmah, Nur Fajariyah

Latar Belakang : Pasien ulkus diabetic biasanya terjadi reaksi cemas dan depresi karena ulkus diabetik dirasakan sebagai suatu ancaman terhadap kehidupan, sehingga menimbulkan perasaan takut, khawatir, gelisah, dan merasa tidak nyaman di berbagai situasi. Kecemasan merupakan reaksi emosional terhadap persepsi adanya bahaya yang nyata maupun yang hanya di bayangkan. Hampir semua masalah kesehatan fisik pada seseorang menjadi faktor risiko terjadinya masalah kesehatan jiwa. Seseorang dengan penyakit kronis rentan untuk mengalami masalah kesehatan jiwa, salah satunya adalah klien yang mempunyai penyakit diabetes mellitus. Badan kesehatan dunia mencatat 27% pasien yang mempunyai penyakit DM mengalami ansietas. Adapun teknik relaksasi otot progresif yang dapat digunakan untuk menenangkan pikiran, membuat rileks serta memperbaiki kualitas tidur sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan.

Tujuan : Memperoleh gambaran analisis asuhan keperawatan melalui intervensi relaksasi otot progresif dapat menurunkan kecemasan pada pasien dengan *Diabetic Foot Ulcer* di Pejaten Barat II.

Implementasi : Melakukan tindakan keperawatan selama 3 hari sebanyak 6 kali pertemuan pada pagi dan sore hari. Intervensi utama yang diberikan kepada Ny. S dan Ny. R dengan pemberian terapi relaksasi otot progresif.

Hasil : Evaluasi keperawatan pada klien Ny. S dan Ny. R dengan masalah utama ansietas berdasarkan catatan perkembangan diberikan 3 hari implementasi pada Ny. S dan Ny. R yaitu klien merasa lebih tenang perasaannya dan kualitas tidur klien juga membaik.

Kesimpulan : Terdapat persamaan hasil sesuai jurnal yang saya angkat setelah diberikan 3 kali implementasi pada Ny. S dan Ny. R yaitu klien merasa lebih tenang perasaannya dan kualitas tidur klien juga membaik.

Kata kunci : Kecemasan, relaksasi otot progresif.

ABSTRACT

Nursing Care Analysis of Providing Progressive Muscle Relaxation Interventions to Reduce Anxiety in Mrs S And Mrs R With Diabetic Foot Ulcer in

Pejaten Barat II

Nurrahmah, Nur Fajariyah

Background: Diabetic ulcer patients usually have anxious and depressive reactions because diabetic ulcers are perceived as a threat to life, resulting in feelings of fear, worry, anxiety, and discomfort in various situations. Anxiety is an emotional reaction to the perception of real or imagined danger. Almost all physical health problems in a person are risk factors for mental health problems. A person with a chronic illness is vulnerable to mental health problems, one of which is a client who has diabetes mellitus. The World Health Organization noted that 27% of patients who have DM disease experience anxiety. As for progressive muscle relaxation techniques that can be used to calm the mind, relax and improve sleep quality so that it can help reduce anxiety.

Objective: Obtaining an overview of nursing care analysis through progressive muscle relaxation interventions can reduce anxiety in patients with Diabetic Foot Ulcer in Pejaten Barat II.

Implementation: Perform nursing actions for 3 days for 6 meetings in the morning and evening. The main interventions given to Mrs. S and Mrs. R by providing progressive muscle relaxation therapy.

Results: Nursing evaluation on clients Mrs. S and Mrs. R with the main problem of anxiety based on developmental notes given 3 times the implementation on Mrs. S and Mrs. R, namely the client feels calmer in his feelings and the client's sleep quality also improves.

Conclusion: There are similarities in the results according to the journal that I raised after being given 3 times the implementation on Mrs. S and Mrs. R, namely the client feels calmer and the client's sleep quality also improves.

Keywords: Anxiety, progressive muscle relaxatio

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM SIDANG	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SESUDAH SIDANG KIAN	v
HALAMAN PERYATAAN ORISINALITAS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.3 1 Tujuan Umum.....	4
1.3 2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 1 Bagi Penulis.....	4
1.4 2 Bagi Pasien.....	5
1.4 3 Bagi Instansi Pendidikan.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2. 1.1 Definisi Cemas	6
2. 1.2 Faktor – Faktor Pemicu Cemas.....	6
2. 1.3 Tingkat Kecemasan.....	8
2.2.1 Definisi Diabetik Foot Ulcer (DFU)	9
2.2.2 Faktor Resiko Diabetik Foot Ulcer	10
2.2.3 Tanda dan Gejala DFU.....	12
2.2.4 Klasifikasi.....	12
2.2.5 Kecemasan Pada Pasien Ulkus Diabetikum	13
2.3.1 Definisi Relaksasi Otot Progresif.....	14
2.3.2 Manfaat Relaksasi Otot Progresif	14
2.3.3 Fisiologis Kontraksi dan Relaksasi Otot Progresif	14
2.3.4 Prosedur Relaksasi Otot Progresif	16
2.4.1 Pengkajian	20

2.4.2	Diagnosa Keperawatan.....	21
2.4.3	Intervensi Keperawatan.....	22
2.4.4	Implementasi Keperawatan	22
2.4.5	Evaluasi Keperawatan.....	22
BAB III		23
LAPORAN KASUS.....		23
3.1 1	Pengkajian Ny. S.....	23
3.1 2	Pengkajian Ny. R.....	25
3.2 1	Analisa Data dan Masalah Keperawatan Ny. S	27
3.2 2	Analisa Data dan Masalah Keperawatan Ny. R.....	27
3.3 1	Rencana Keperawatan/Intervensi Ny. S.....	28
3.3 2	Rencana Keperawatan/Intervensi Ny. R	28
3.4 1	Implementasi Keperawatan Ny. S.....	29
3.4 2	Implementasi keperawatan Ny. R.....	32
3.5 1	Evaluasi Keperawatan Ny. S	35
3.5 2	Evaluasi Keperawatan Ny. R.....	35
BAB IV		37
PEMBAHASAN.....		37
BAB V		42
SIMPULAN DAN SARAN		42
5.2 1	Bagi Penulis.....	42
5.2 2	Bagi Pasien.....	43
5.2 3	Bagi Institusi Pendidikan.....	43
5.2 4	Bagi Pelayanan Kesehatan	43
DAFTAR PUSTAKA		44
LAMPIRAN		47

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SOP	: Standar Prosedur Oprasional
DM	: Diabetes Militus
Ny	: Nyonya
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
ROP	: Relaksasi Otot Progresif
DFU	: Diabetik <i>Foot Ulcer</i>



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi KIAN
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian
- Lampiran 4 Asuhan Keperawatan
- Lampiran 5 Hasil Pre dan Post Kecemasan
- Lampiran 6 Bukti Foto Kegiatan
- Lampiran 7 Hasil Uji Similaritas
- Lampiran 8 Biodata Penulis

