



**PENGELOLAAN GANGGUAN KETIDAKSTABILAN KADAR  
GLUKOSA DARAH DENGAN RELAKSASI AUTOGENIK  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2  
DI SOEROJO HOSPITAL**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**OLEH:  
ZULFATUL KIROM  
084221013**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
2025**

**PENGELOLAAN GANGGUAN KETIDAKSTABILAN KADAR  
GLUKOSA DARAH DENGAN RELAKSASI AUTOGENIK  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2  
DI SOEROJO HOSPITAL**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai  
Gelar Ahli Madya Keperawatan

**OLEH:  
ZULFATUL KIROM  
084221013**

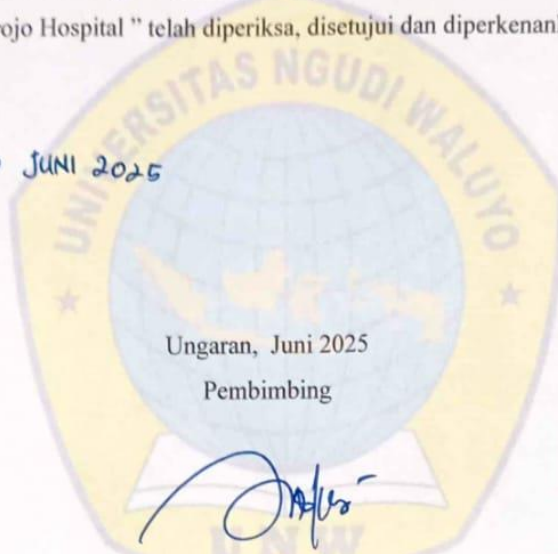
**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
2025**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Pengelolaan Gangguan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah dengan Relaksasi Autogenik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Soerojo Hospital " telah diperiksa, disetujui dan diperkenankan untuk diujikan pada:

Hari : *Senin*

Tanggal : *30 JUNI 2025*



Ungaran, Juni 2025

Pembimbing

Dewi Siyanti, S.Kep., Ns., M.Kep  
NUPTK.3949763664237002

**LEMBAR PENGESAHAN**

Karya Tulis Ilmiah Berjudul

**PENGELOLAAN GANGGUAN KETIDAKSTABILAN KADAR  
GLUKOSA DARAH DENGAN RELAKSASI AUTOGENIK  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2  
DI SOEROJO HOSPITAL**


Disusun Oleh:  
Zulfatul Kirom  
NIM 084221013

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi  
Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Jum'at


Tanggal : 4 Juli 2025


Tim Penguji

  
Dewi Siyamti, S.Kep., Ns., M.Kep  
NUPTK.3949763664237002


**Anggota Penguji 1**

**Anggota Penguji 2**

  
Ana Puji Astuti, S.Kep, Ns. M.Kes  
NUPTK.6958854655230112  
**Ketua Program Studi**

  
Maksum, S.Kep., Ns., M.Kep  
NUPTK.3453756657130103  
**Dekan Fakultas Kesehatan**

  
Ana Puji Astuti, S.Kep, Ns. M.Kes  
NUPTK.6958854655230112

  
Eko Susilo, S.Kep., Ns. M.Kep  
NUPTK.8259753654131053

## PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Zulfatul Kirom

NIM : 084221013

Program Studi/ Fakultas : DIII Keperawatan/Fakultas Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya Tulis Ilmiah berjudul "Pengelolaan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Relaksasi Autogenik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RS Soerojo Hospital" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Karya Tulis Ilmiah ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh Pembimbing dan Narasumber.
3. Karya Tulis Ilmiah ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Pembimbing



Dewi Siyamti, S.Kep., Ns., M.Kep  
NUPTK.3949763664237002

Ungaran, Juni 2025  
Yang membuat pernyataan



Zulfatul Kirom  
084221013

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN**  
**AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo:

Nama : Zulfatul Kirom  
Nomor Induk Mahasiswa : 08422103  
Program Studi : Diploma Tiga Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

Pengelolaan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Relaksasi Autogenik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RS Soerojo Hospital.

Dengan demikian saya memberikan kepada Perpustakaan Universitas Ngudi Waluyo hak untuk menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya maupun memberikan royalti kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Atas kemajuan teknologi informasi, saya tidak keberatan jika nama, tanda tangan, gambar atau *image* yang ada di dalam karya ilmiah saya terindeks oleh mesin pencari (*search engine*), misalnya *google*.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Ungaran

Pada Juni 2025



(Zulfatul Kirom)

**Universitas Ngudi Waluyo**  
**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Kesehatan**  
**Karya Tulis Ilmiah, Juni 2025**  
**Zulfatul Kirom, Dewi Siyamti**  
**084221013**

**Pengelolaan Gangguan Ketidakstabilan Kadar Gukosa Darah Dengan Relaksasi Autogenik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Soerojo Hospital**

xiv+136Halaman + 2 Bagan + 4 Tabel+11 Lampiran

**ABSTRAK**

Diabetes Mellitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat resistensi insulin atau gangguan sekresi insulin. Ketidakstabilan kadar glukosa darah dapat menimbulkan komplikasi serius jika tidak ditangani dengan tepat. Relaksasi autogenik merupakan salah satu terapi non-farmakologis yang diyakini dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah melalui pengurangan stres dan pengaturan hormon tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengelolaan ketidakstabilan kadar glukosa darah melalui relaksasi autogenik pada pasien dengan Diabetes Mellitus tipe 2. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Responden penelitian adalah satu orang pasien dengan DM tipe 2 yang dirawat di ruang Tulip 3 RS Soerojo Hospital. Implementasi relaksasi autogenik dilakukan selama tiga hari berturut-turut. Hasil menunjukkan bahwa pasien mengalami penurunan kadar glukosa darah dari 270 mg/dl pada hari pertama menjadi 201 mg/dl pada hari ketiga. Terjadi perbaikan kondisi fisik dan psikologis pasien, termasuk peningkatan mobilitas dan kualitas tidur. Teknik relaksasi autogenik terbukti membantu menstabilkan kadar glukosa darah secara aman, efektif, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien. Saran bagi responden dalam menangani masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus dapat menggunakan relaksasi autogenik.

**Kata kunci:** Diabetes Mellitus Tipe 2, ketidakstabilan glukosa darah, relaksasi autogenik

**Ngudi Waluyo University**  
**Nursing Diploma Program, Faculty of Health**  
**Scientific Writing, June 2025**  
**Zulfatul Kirom, Dewi Siyamti**  
**084221013**

**Management of Blood Glucose Level Instability Disorders with Autogenic Relaxation in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Soerojo Hospital**

xiv+136 pages+ 2 Chart + 4 tables+ 11 apendices

**ABSTRACT**

Type 2 Diabetes Mellitus is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose levels due to insulin resistance or impaired insulin secretion. Instability in blood glucose levels can lead to serious complications if not properly managed. Autogenic relaxation is one of the non-pharmacological therapies believed to help lower blood glucose levels by reducing stress and regulating the body's hormones. This study aims to describe the management of blood glucose level instability through autogenic relaxation in patients with Type 2 Diabetes Mellitus. The method used is a descriptive case study with a nursing care approach that includes assessment, nursing diagnoses, planning, implementation, and evaluation. The study respondent is one patient with Type 2 DM treated in Tulip 3 Ward of Soerojo Hospital. The autogenic relaxation implementation was conducted for three consecutive days. The results show that the patient experienced a decrease in blood glucose levels from 270 mg/dl on the first day to 201 mg/dl on the third day. There was an improvement in the patient's physical and psychological condition, including increased mobility and quality of sleep. Autogenic relaxation techniques proved to help stabilize blood glucose levels safely, effectively, and can be done independently by the patient. It is suggested that respondents in dealing with the issues of blood glucose instability in diabetes mellitus patients can use autogenic relaxation.

**Keywords:** Diabetes Mellitus Type 2, blood glucose unstable, autogenic relaxation

## **MOTTO**

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya Janji Allah itu benar.”

(QS,Ar-Rum ; 60)

“Keberhasilan bukanlah milik orang pintar, keberhasilan adalah kepunyaan mereka yang senantiasa berusaha.”

(B.J Habibie)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri”

(Hindia)

## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan kasus yang berjudul "Pengelolaan Gangguan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Relaksasi Autogenik Pada Pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di RS Soerojo Hospital." untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan Diploma Tiga Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

1. Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ana Puji Astuti, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Dewi Siyamti, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Pembimbing Utama KTI yang banyak memberi saran dan petunjuk dalam pembuatan laporan kasus ini.
5. Teruntuk kedua orangtua tersayang, support system terbaik dan panutanku Bapak Amat Muntaha, terima kasih selalu berjuang dalam mengupayakan yang terbaik untuk kehidupan penulis, berkorban keringat, tenaga, dan fikiran beliau memang tidak menemani proses penulis tetapi beliau selalu berusaha apapun untuk penulis dapat menyelesaikan diploma III Keperawatan.
6. Belahan jiwaku Ibu Rini Ambarwati, yang tidak kalah berjuangnya untuk menyelesaikan proses penulis, yang tidak pernah henti-hentinya mendoakan penulis dimanapun dan kapanpun penulis berada, dan kasih sayang yang tulus, pemberi semangat dan selalu memberikan dukungan sampai penulis menyelesaikan studinya.
7. Kakakku Ravi Indra Cahyono dan Adikku Lisda Sofiana, terima kasih telah menjadi saudara yang melengkapi hidup penulis, dan selalu mendukung dan memberikan doa kepada penulis hingga penulis menyelesaikan Tugas Akhir ini.
8. Kepada sahabat-sahabat saya terutama Dina Kusuma Wati yang selalu menemani dengan tulus penulis dari awal kuliah sampai akhir. Terimakasih selama ini saling memotivasi dan mau berjuang bersama-sama.

9. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Imam Mustaqim. Terima kasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis menyusun tugas akhir ini. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan menyakinkan penulis untuk pantang menyerah hingga penyusunan tugas akhir ini terselesaikan.
10. Kepada rekan-rekan mahasiswa seangkatan prodi Diploma III Keperawatan atas dukungan dan kerjasamanya selama menempuh pendidikan serta penyelesaian penyusunan tugas akhir ini.
11. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan sebaik dan semaksimal mungkin.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan rahmat dan berkat-Nya kepada semua yang telah membantu penulis dalam mewujudkan karya tulis ilmiah ini. Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu segala pendapat saran dan kritikan yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Mudah-mudahan penelitian dapat bermanfaat untuk penulis sendiri dan pembaca pada umumnya.

Ungaran, Juni 2025

Penulis



Zulfatul Kirom

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN</b>	
<b>AKADEMIS</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACK</b> .....	<b>viii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>ix</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penulisan .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
A. Diabetes Melitus.....	7
B. Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah .....	19
1. Pengertian.....	19
2. Etiologi .....	19
3. Tanda dan Gejala.....	21
4. Kondisi klinis terkait ketidakstabilan kadar glukosa darah.....	22
C. Relaksasi Autogenik.....	22
D. Konsep Asuhan Keperawatan .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>37</b>
A. Penelitian .....	37
B. Batasan Istilah .....	37
C. Unit Analisis.....	38
D. Waktu dan Tempat Penelitian .....	38
E. Pengumpulan data .....	39
F. Uji keabsahan data .....	40
G. Analisa data .....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>44</b>
A. Hasil .....	44
B. Pembahasan .....	56
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>72</b>
A. Simpulan.....	72
B. Saran.....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>74</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>77</b>

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway Diabetes Mellitus Tipe 2 .....	12
Bagan 4. 1 Genogram Keluarga Pasien.....	45

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Keperawatan Pada Diabetes Mellitus .....	31
Tabel 4. 1 Hasil Pemeriksaan Laboratorium Darah Tanggal 21 Mei 2025 .....	49
Tabel 4. 2 Hasil Pemeriksaan GDS.....	50
Tabel 4. 3 Terapi Obat .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Asuhan Keperawatan

Lampiran 2 SAP Penyuluhan

Lampiran 3 Media Leaflet

Lampiran 4 Permintaan Menjadi Responden

Lampiran 5 Lembar Pengesahan Asuhan Keperawatan

Lampiran 6 Studi Pendahuluan

Lampiran 7 Penelitian dan Mencari Data

Lampiran 8 Surat *Ethical Clearance*

Lampiran 9 Surat plagiarisme

Lampiran 10 Sertifikat *Toefl*

Lampiran 11 Lembar Konsultasi