

**Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2:
KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH DENGAN INTERVENSI
*SELF HYPNOSIS***

¹Astrid Nur Ardida, ²Sahuri Teguh Kurniawan, S.Kep., Ns., M.Kep

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Universitas Kusuma Husada Surakarta,
Email : astridva378@gmail.com

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email: sahuriteguhkurniawan@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah penyakit kronis yang terjadi karena kombinasi kecacatan produksi insulin dan resistensi terhadap insulin atau berkurangnya sensitivitas terhadap insulin. Penatalaksanaan pada diabetes mellitus tipe 2 adalah secara farmakologis dan non farmakologis. Diabetes Mellitus Tipe 2 menyebabkan ketidakstabilan kadar glukosa darah. Penanganan dari kadar glukosa darah dapat menggunakan terapi *self hypnosis*. Terapi *self hypnosis* dilakukan sebanyak 3 sesi dalam satu minggu pada pagi hari dengan durasi 10 – 15 menit. Tujuan dari studi kasus ini yaitu untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan intervensi *self hypnosis*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Pengambilan studi kasus dilakukan pada tanggal 30 Januari 2024 – 1 Februari 2024. Subjek studi 1 orang pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan ketidakstabilan kadar glukosa darah di RSUD Gemolong Sragen. Evaluasi pengukuran dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi kadar glukosa darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi *self hypnosis*. Hasil yang didapatkan oleh penulis selama 3 hari berturut-turut didapatkan hasil yang efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah dari 230 mg/dl menjadi 120 mg/dl.

Kata Kunci: DM Tipe 2, Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah, *Self hypnosis*

ASSOCIATE'S DEGREE IN NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

Nursing Care for Type 2 Diabetes Mellitus Patients: Unstable Blood Glucose Levels through Self-Hypnosis Intervention

¹Astrid Nur Ardida, ²Sahuri Teguh Kurniawan, S.Kep., Ns., M.Kep

¹Student of Associate's Degree in Nursing Study Program

Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: astridva378@gmail.com

²Lecturer of Associate's Degree in Nursing Study Program

Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email: sahuriteguhkurniawan@gmail.com

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus is a chronic disease caused by a combination of defective insulin production and insulin resistance or reduced sensitivity to insulin. The management of Type 2 Diabetes Mellitus includes both pharmacological and non-pharmacological approaches. Type 2 Diabetes Mellitus often causes instability in blood glucose levels. Blood glucose levels can be treated with self-hypnosis therapy. Self-hypnosis therapy is performed three times a week in the morning for 10–15 minutes. This case study aimed to describe nursing care for Type 2 Diabetes Mellitus patients with unstable blood glucose levels through self-hypnosis intervention. The method used in this research is a case study with a descriptive approach. The case study was carried out from January 30 to February 1, 2024. The subject of the study is a Type 2 Diabetes Mellitus patient with unstable blood glucose levels at Gemolong Hospital in Sragen. The measurement evaluation in this study used a blood glucose level observation sheet before and after the self-hypnosis therapy. The results obtained by the authors after three consecutive days showed that the therapy was effective in reducing the blood glucose level from 230 mg/dl to 120 mg/dl.

Keywords: Type 2 DM, Unstable Blood Glucose Level, Self-Hypnosis

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kelainan metabolisme yang disebabkan kurangnya hormon insulin. Hormon insulin dihasilkan oleh sekelompok sel β di kelenjar pankreas dan sangat berperan dalam metabolisme glukosa dalam sel tubuh (Purwaningsih *et al.*, 2023). Diabetes adalah penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur glukosa darah (WHO,2023).

American Diabetes Association (ADA) telah menetapkan bahwa diabetes diindikasikan bila nilai glukosa plasma puasa (fasting plasma glucose, FGP) lebih atau sama dengan 7 mmol/L. Saat ini, jumlah penderita diabetes di AS mencapai 23,6 juta jiwa (7,8% dari sepuluh populasi). Jumlah penderita diabetes di seluruh dunia diproyeksikan akan meningkat lagi dari 171 juta pada tahun 2000 menjadi 336 juta pada tahun 2030 (Purwaningsih *et al.*, 2023). Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) menyatakan terdapat sekitar 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia yang menderita diabetes

pada tahun 2019 dengan prevalensi 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring bertambahnya umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045. Wilayah Asia Tenggara menempati peringkat ke 3 dengan prevalensi sebesar 11,3%. Diabetes menyebabkan 6,7 juta kematian atau 1 tiap 5 detik. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 19,47 juta. Jumlah penduduk Indonesia sebesar 179,72 juta, yang berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6% (Kemenkes RI, 2019).

Diabetes Mellitus (DM) disebabkan oleh gangguan metabolisme yang terjadi pada organ pankreas yang ditandai dengan peningkatan gula darah atau sering disebut dengan kondisi hiperglikemia yang disebabkan karena menurunnya jumlah insulin dari pankreas. Penyakit DM dapat menimbulkan berbagai komplikasi baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler (Sihotang, 2017). Diabetes Mellitus atau penyakit kencing manis merupakan penyakit menahun yang

diderita seumur hidup (Wulandari & Sitorus, 2021). Gejala klasik Diabetes seperti poliuria, polidipsia, polifagia dan penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan sebabnya (Handari, 2023).

Diabetes Mellitus dapat diberikan terapi *self hypnosis* yang merupakan terapi pemberian sugesti positif terhadap diri sendiri yang memberikan situasi nyaman dan relaks sehingga dapat memasukan sugesti karbo, apabila tubuh dalam keadaan stress maka akan terjadi peningkatan hormon adrenalin yang akhirnya dapat mengubah cadangan glikogen dalam hati menjadi glukosa, maka dapat dikurangi dengan *self hypnosis* sehingga dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus (Rahmat *et al.*, 2021). Teknik relaksasi yang terdapat pada terapi *self hypnosis* dapat membantu mengurangi stress sehingga mampu memberikan efek penurunan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus (Zulkarnain *et al.*, 2023).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek studi kasus yang digunakan adalah salah satu pasien dengan diagnosa diabetes mellitus dengan masalah ketidakstabilan

kadar glukosa darah saat perawatan, dalam kondisi sadar, memiliki fungsi komunikasi verbal yang baik, dan tidak mengalami penurunan koqnitif yang telah di uji melalui MMSE dan kriteria eklusi yaitu pasien dengan penurunan kesadaran.

Lokasi pengambilan kasus dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan di RSUD Gemolong Sragen. Waktu pengelolaan kasus dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan pada 29 Januari - 1 Februari 2024.

HASIL STUDI KASUS

Pengkajian dilakukan pada tanggal 30 Januari 2024 pukul 10.00 WIB. Didapatkan hasil Pengkajian data pasien mengatakan lemas dan lesu, pasien mengatakan mulut terasa kering, pasien mengatakan rasa haus meningkat, keadaan umum pasien baik, kesadaran pasien composmentis, TD: 130/80 mmHg, RR: 22x/menit, N: 98x/menit, S: 36.5 ° C, BB: 45 kg, TB: 150 cm, nilai kadar glukosa darah pasien 230 mg/dl dan memiliki riwayat DM sejak 7 tahun yang lalu.

Hasil dari analisa data tersebut didapatkan diagnosis keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan disfungsi pankreas dibuktikan dengan pasien mengatakan

badannya terasa lemas (D.0027) dengan data subjektif Ny.T mengatakan badannya terasa lemas, lesu, mulut terasa kering, rasa haus meningkat dan data objektif Ny.T tampak lemas, mukosa bibir terlihat kering, TD: 130/80 mmhg, S: 36.5° C, RR: 22x/menit, N: 98x/menit, SPO2: 94, GDS: 230 mg/dl.

Intervensi yang dilakukan yaitu manajemen hiperglikemia (I.03115) meliputi observasi: monitor kadar glukosa darah, monitor tanda dan gejala hiperglikemia. Terapeutik: konsultasi dengan medis jika tanda dan gejala hiperglikemia tetap ada (Intervensi *Self hypnosis*) Edukasi: ajarkan pengelolaan diabetes dengan penerapan *Self hypnosis*. Kolaborasi: kolaborasi pemberian insulin.

Implementasi keperawatan pada tanggal 30 Januari 2024 pukul 10.00 WIB didapatkan data subjektif Ny.T mengatakan masih mengkonsumsi makanan yang mengandung gula, badannya terasa lemas dan data objektif pasien tampak lemas, TD: 130/90 mmHg, RR: 24x/ menit, N: 99x/menit, S: 37.5° C, SPO2: 96. Pada pukul 10.15 WIB memonitor kadar glukosa darah sebelum tindakan *self hypnosis* dan melakukan tindakan *self hypnosis* selama kurang lebih 10-15 menit, didapatkan data subjektif

Ny.T mengatakan bersedia dicek kadar gula darah sebelum dan sesudah tindakan *self hypnosis* dan data objektif didapatkan Ny.T tampak kooperatif, dan masih terlihat lemas, hasil GDS Pre: 230 mg/dl, hasil GDS Post: 227 mg/dl.

Implementasi pada tanggal 31 Januari 2024 pukul 06.00 WIB dilakukan kolaborasi pemberian insulin, monitor tanda-tanda vital, dengan data subjektif pasien mengatakan bersedia diberikan insulin data objektif didapatkan pasien tampak kooperatif, masuk insulin novorapid 6 unit, TD: 120/80 mmHg, RR: 22x/menit, N: 98x/menit, S: 37,0° C, SPO 2: 97. Kemudian pukul 09.50 WIB memonitor tanda dan gejala hiperglikemi dengan data subjektif pasien mengatakan masih sedikit lemas dan data objektif pasien tampak berbaring di tempat tidur, kemudian pada pukul 10.00 WIB dilakukan monitor kadar glukosa darah dan dilakukan tindakan *self hypnosis* selama kurang lebih 10-15 menit. Didapatkan data subjektif pasien bersedia dilakukan pengukuran kadar gula darah sebelum dan sesudah tindakan, data objektif pasien tampak duduk dan relaks, hasil GDS Pre: 140 mg/dl, GDS Post: 136 mg/dl.

Implementasi pada tanggal 1 Februari 2024 pukul 06.00 WIB dilakukan

kolaborasi pemberian insulin, monitor tanda-tanda vital dengan data subjektif pasien mengatakan bersedia diberikan insulin dan dicek tanda-tanda vital, data objektif pasien tampak berbaring di tempat tidur, masuk insulin 6 unit, TD: 110/80 mmhg, ND: 97x/menit, RR: 24x/menit, S: 37,5 ° C. Pukul 09.50 WIB monitor tanda dan gejala hiperglikemi didapatkan data subjektif pasien mengatakan sudah tidak merasakan lemas, data objektif pasien tampak segar. Pukul 10.00 WIB melakukan monitor kadar glukosa darah dan dilanjutkan dengan tindakan *self hypnosis*, diperoleh data subjektif pasien mengatakan bersedia dilakukan pengukuran kadar gula darah sebelum dan sesudah tindakan *self hypnosis*, data objektif pasien tampak relaks dan nyaman, hasil GDS Pre: 125 mg/dl, GDS Post: 120 mg/dl. Pada pukul 10.15 WIB memberikan edukasi *self hypnosis* jika sudah di rumah, data subjektif pasien mengatakan sudah mengerti cara dan manfaat dari tindakan *self hypnosis*, data objektif pasien tampak kooperatif saat dijelaskan dan pasien sudah terlihat lebih segar.

Tabel 1 Evaluasi Tindakan

Pre-Post Terapi <i>Self Hypnosis</i>		
Tanggal	GDS Pre	GDS Post
30 Januari 2024	230 mg/dl	227 mg/dl
31 Januari 2024	140 mg/dl	136 mg/dl
1 Februari 2024	125 mg/dl	120 mg/dl

PEMBAHASAN STUDI KASUS

Pada pengkajian terdapat keluhan pasien merasa lemas dan lesu akibat ketidakstabilan kadar glukosa darah yang merupakan kondisi ketika kadar glukosa dalam darah mengalami kenaikan atau penurunan dari batas normal dan dapat mengalami hiperglikemi atau hipoglikemi (Norma Lalla & Rumatiga, 2022). Pada pengkajian terhadap pasien di dapatkan tanda pasien buang air kecil terus menerus. Poliuria muncul sebagai gejala DM karena kadar gula darah dalam tubuh relatif tinggi sehingga tubuh tidak mampu untuk mengurainya dan berusaha untuk mengeluarkannya melalui urin. Proses pengeluaran urin tersebut lebih sering terjadi pada malam hari dan urin yang dikeluarkan mengandung glukosa (Hardianto, 2021).

Berdasarkan jurnal penelitian (Zulkarnain et al., 2023) menyatakan bahwa ketidakstabilan kadar gula darah tidak di atasi akan mengakibatkan

terjadinya komplikasi pada tubuh. Maka diagnosis ketidakstabilan kadar glukosa darah segera dilakukan penyegahan dan penanganan baik secara farmakologis dan non farmakologis (*self hypnosis*).

Intervensi yang pertama identifikasi kesiapan untuk dilakukan pengelolaan diabetes dengan *self hypnosis*. Berdasarkan teori bahwa identifikasi kesiapan untuk dilakukan *self hypnosis* sangatlah penting karena untuk mengetahui kondisi pasien apakah bisa untuk dilakukan *self hypnosis* atau tidak dengan cara melakukan pengkajian MMSE (Zulkarnain *et al.*, 2023). *Self hypnosis* dilakukan 1 kali sehari setiap pagi dalam waktu 10-15 menit, salah satu upaya untuk membantu menurunkan kadar glukosa darah (Zulkarnain *et al.*, 2023).

Hasil penelitian (Zulkarnain *et al.*, 2023) menyatakan bahwa *self hypnosis* secara berkelanjutan dengan mengkondisikan tubuh agar lebih rileks sehingga mampu menekan hormon adrenalin, glucagon, serta kortikosteroid, yang pada akhirnya mampu menurunkan kadar gula dalam darah.

KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa tindakan *self hypnosis* merupakan aplikasi pemberian

terapi *non farmakologi* yang dapat membantu penurunan kadar glukosa darah setelah 4 jam di berikan terapi insulin yang dilakukan 1 kali sehari setiap pagi dalam waktu 10-15 menit, terbukti mampu menurunkan kadar glukosa darah dengan kondisi relaks, *self hypnosis* mampu menekan hormon adrenalin, glucagon, serta kortikosteroid sehingga mampu menurunkan kadar gula dalam darah (Zulkarnain *et al.*, 2023).

SARAN

1. Bagi Instuti Pelayanan Kesehatan

Dapat memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas, kepuasan pelayanan dan tindakan keperawatan dengan *self hypnosis* pada pasien diabetes mellitus.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini dapat menjadi bahan bacaan dan sumber informasi bagi mahasiswa keperawatan tentang Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Dengan Intervensi *Self hypnosis* yang dapat membantu penurun kadar glukosa darah dalam terapi non farmakologi.

3. Bagi Klien dan Keluarga

Bagi keluarga dan pasien diabetes mellitus tipe 2 dapat menambah pengetahuan tentang bagaimana cara pengelolaan diabetes mellitus untuk membantu menurunkan kadar glukosa darah.

4. Bagi Perawat

Dapat menjadi masukan untuk profesi keperawatan dalam memberikan cara pengelolaan diabetes mellitus dengan penerapan *self hypnosis*.

DAFTAR PUSTAKA

- American, & Diabetes Association. (2023). *Diabetes*. July, 1–23.
- Handari, M. (2023). *Analisis Faktor Resiko Komplikasi Diabetes Mellitus*. 11(1).
- Hardianto, D. (2021). Telaah Komprehensif Diabetes Melitus: Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, Dan Pengobatan. *Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia (JBBI)*, 7(2), 304–317. <https://doi.org/10.29122/jbbi.v7i2.4209>
- Hasibuan. (2017). Konsep Perencanaan (Intervensi) Keperawatan Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan*, 1–7.
- Konsep perencanaan (intervensi) keperawatan di rumah sakit
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemenkes RI. (2019). Buku Pintar Kader Posbindu. *Buku Pintar Kader Posbindu*, 1–65. http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pintar_Kader_POSBINDU.pdf
- Lasma, F., & Sirait, R. (2017). PENERAPAN PENGAJIAN DALAM PROSES KEPERAWATAN Latar Belakang Tujuan Metode Hasil Pembahasan. *Jurnal Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara*.
- Norma Lalla, N. S., & Rumatiga, J. (2022). Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 473–479. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.816>
- Purwaningsih, E., Ludiana, & Immawati. (2023). Penerapan Senam Kaki

- Diabetes Untuk Meningkatkan Sensitivitas Kaki Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 235–244.
- Rahmat, A. S., Nengsih, E. R., Azizi, K., & Adibah, T. (2021). Pengaruh Modified Self Hypnosis Pada Penurunan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Rs Sentra Medika Cikarang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Medika Drg. Suherman*, 1(1), 8.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016), S. D. K. I., & (SDKI), Edisi 1, Jakarta, P. I. (n.d.). *No Title*.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018), S. I. K. I., & (SIKI), Edisi 1, Jakarta, P. P. I. (2018). *No Title*.
- Wahyuni, L. (2016). *Pengaruh Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe 2*. November, 1–41.
- Wulandari, D., & Sitorus, J. (2021). Upaya Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Dm Dengan Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Jurnal Keperawatan HKBP Balige*, 2(2), 44–50.
- Zulkarnain, Z., Rayasari, F., & ... (2023). Penerapan Terapi Self Hipnosis dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, 15, 227–236. <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/802%0Ahttp://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/download/802/552>