

**PERANCANGAN MEDIA INTEGRATIF STRES MENEGEMENT
FOR DIABETIC PATIENT**

KARYA TULIS ILMIAH



SASI AMELIA HARTANTI

NIM: P17230233050

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DII KEPERAWATAN BLITAR
2026**

**PERANCANGAN MEDIA INTEGRATIF STRES MENEGEMENT
FOR DIABETIC PATIENT**

Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan keperawatan di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

SASI AMELIA HARTANTI

NIM: P17230233050



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DII KEPERAWATAN BLITAR
2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING
Karya Tulis Ilmiah
“PERANCANGAN MEDIA INTEGRATIF STRES MENEGEMENT
FOR DIABETIC PATIENT”

Disusun oleh:
SASI AMELIA HARTANTI
NIM: P17230233050

Telah disetujui oleh Pembimbing pada tanggal:
14 April 2026

Mengetahui,

Ketua Program Studi D3 Keperawatan

Blitar



Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD., NS

NIP: 19710922 199603 2 001

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, belonging to the supervisor, is written over the signature line.

Ns. Agus Rhoirul Anam., M.Kep

NIP: 19750926 200112 1 001

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

“Perancangan Media Integratif Stres Management For Diabetic Patient”

Disusun Oleh:

SASI AMELIA HARTANTI

(P17230233050)

Telah dipertahankan dalam

Seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal:

21 April 2026

SUSUNAN TIM PENGUJI

Ketua,

NAMA : Ns. Tri Cahyo Sepdianto,

M.Kep., Sp.KMB

NIP.197609282001121002

(.....)

Anggota,

NAMA : Ns. Agus Khoirul Anam.,

M.Kep

NIP. 197509262001121001

(.....)

Malang, 21 April 2026

Ketua Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Drs. Erlina Suci Astuti, S.Kep, Ns, M.Kep

NIP: 19760810 200212 2 001

**Karya Tulis Imliah adalah hasil karya saya sendiri,
dan sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan
benar**

Nama: SASI AMELIA HARTANTI

NIM: P17230233050

Tanda Tangan:

A handwritten signature in dark ink, appearing to be 'SASI AMELIA HARTANTI', with a stylized, cursive script.

Tanggal: 21 April 2026

LEMBAR PERSEMBAHAN DAN MOTTO

Karya tulis ilmiah ini penulis persembahkan dengan penuh rasa Syukur kepada Allah SWT, orang tua tercinta yang selalu memberikan semangat serta sumber kekuatan, Bapak Ibu dosen pembimbing yang tidak lelah memberikan arahan dan ilmu, teman-teman seperjuangan yang senantiasa mendukung dalam suka dan duka, serta semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam proses penyusunan karya ini.

Motto:

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan lain).

Dan hanya kepada TUHAN mu lah engkau berharap”
(QS. Al-Insyirah, 6-8)

“Segala sesuatu yang telah diawali, maka harus diakhiri”
(RIZKI MARYANINGSIH)

“Berbagai cobaan dan hal yang buat kau ragu, jadikan percikan tuk menepa tekadmu, jalan hidupmu hanya milik mu sendiri, rasakan nikmatnya hidupmu hari ini.”
(Daniel Baskara Putra-Hindia)

“Di balik kuatnya diriku, ada doa ibu dan kasih sayang nenek yang tak terhingga.”
(Penulis)

PERANCANGAN MEDIA INTEGRATIF STRES MANAJEMEN FOR DIABETIC PATIENT

Sasi Amelia Hartanti

Program Studi D3 Keperawatan Blitar Poltekkes Kemenkes Malang,

Jl. Dr. Sutomo No. 56 Bendogerit, Kec. Sananwetan, Kota Blitar

Email : sasiameliahartanti@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga aspek psikologis seperti stres yang dapat memengaruhi kadar glukosa darah. Stres yang tidak terkelola dapat meningkatkan hormon kortisol sehingga memperburuk kontrol glikemik. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk merancang media integratif stress management bagi pasien Diabetes Melitus. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) dengan model ADDIE yang meliputi tahap analisis, perancangan, pengembangan, implementasi. Subjek penelitian terdiri dari pasien diabetes, tenaga kesehatan, dan validator ahli. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan lembar ceklis penilaian kelayakan media. **Hasil Penelitian:** Hasil validasi ahli menunjukkan skor kelayakan sebesar 83,92% (kategori sangat layak), sedangkan hasil uji coba partisipan memperoleh skor sebesar 84,3% (kategori sangat layak). Media ini dinilai efektif dalam membantu pasien mengelola stres, meningkatkan kesadaran diri, serta mendukung pengendalian kadar glukosa darah. **Kesimpulan:** Media integratif stress management layak digunakan sebagai manajemen non farmakologis keperawatan untuk membantu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, stres, media integratif, manajemen stres, keperawatan

DESIGN OF INTEGRATIVE MEDIA FOR STRESS MANAGEMENT FOR DIABETIC PATIENTS

Sasi Amelia Hartanti

*D3 Nursing Study Program Blitar, Department of Nursing, Health Polytechnic
Ministry of Health Malang, Jl. dr. Sutomo No. 56, Bendogerit,
Kec. Sananwetan, Kota Blitar*

Email : sasiameliahartanti@gmail.com

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a chronic condition that affects not only physical health but also psychological aspects such as stress, which can influence blood glucose levels. Unmanaged stress can increase cortisol levels, thereby worsening glycemic control. This study aims to develop an integrative stress management program for patients with diabetes mellitus. **Purpose:** The objective of this study is to design an integrative stress management program for patients with diabetes mellitus. **Research Methods:** Research and Development (R&D) was used in this study, employing the ADDIE model, which consists of the analysis, design, development, and implementation phases. The study participants included patients with diabetes, healthcare workers, and expert validators. Data were collected through interviews and a media feasibility assessment checklist. **Research Results :** Expert validation results showed a feasibility score of 83.92% (highly feasible category), while participant trial results yielded a score of 84.3% (highly feasible category). This tool was found to be effective in helping patients manage stress, increase self-awareness, and support blood glucose control. **Conclusion:** Integrative stress management is a viable alternative nursing intervention to help reduce stress levels and improve the quality of life for patients with diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes Mellitus, stress, integrative medicine, stress management, nursi

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah berjudul “Perancangan Media Integratif Stres Management For Diabetic Patient” dengan baik. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Afnani Toyibah, A.Per.Pen., M.Pd. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns.,M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep.,PhD.,Ns, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar
4. Ns. Tri Cahyo Sepdianto, M.Kep., Sp.KMB selaku dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah
5. Ns. Agus Khoirul Anam.,M.Kep selaku dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah.
6. Orang Tua serta Keluarga yang selalu memberikan doa, semangat dan dukungan sehingga penulis dapat Menyusun laporan Karya Tulis Ilmiah.
7. Ibunda tercinta Siti Yulaikah yang selalu jadi pengemangat penulis dan menjadi sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Terimakasih untuk doa-doa yang diberikan kepada penulis, terimakasih sudah berjuang dalam segala hal untuk penulis, berkat dukungan dan doa penulis bisa sampai dititik ini. Sehat selalu Panjang umur ibukku tersayang, karena ibu harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian hidup penulis.
8. Diri saya sendiri, selaku penulis dan penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini, karena sudah mampu mempertahankan keinginan belajar

banyak hal baru.

9. Teman-teman angkatan yang secara langsung maupun tidak langsung mendukung dan membersamai penulis dalam penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Blitar, 21 April 2026



Sasi Amelia Hartanti

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
MOTTO.....	E
rror! Bookmark not defined.	
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
1. Manfaat Teoritis.....	3
2. Manfaat Praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Diabetes Milietus	6
1. Definisi Diabetes Milietus	6
2. Klasifikasi Diabetes Milietus	7
3. Faktor Resiko dan Komplikasi	10
4. Aspek Psikologis dalam Diabetes	12
B. Konsep Stres dan Manajemen Stres	15
1. Definisi Stres	15

2.	Hubungan Stress dengan Diabetes	16
3.	Manajemen Stress.....	17
4.	Tingkat Stress	17
C.	Instrumen Penerapan Media Integratif	19
1.	Biofeedback.....	19
2.	Latihan Nafas	20
3.	Meditasi (Mindfulness).....	21
4.	Visualisasi (Data Gula Darah)	21
5.	Komunikasi Interaktif.....	22
D.	Hubungan antara Media Integratif, Stress, dan Diabetes	23
E.	Konsep Alat.....	24
1.	Pengertian Media	24
2.	Tujuan Media.....	25
3.	Bahan	25
4.	Perancangan Media.....	26
5.	Desain Rancangan Media.....	26
6.	Langkah-langkah penggunaan Media	31
F.	Kerangka Konsep	34
BAB III	METODE PENELITIAN	35
A.	Desain Penelitian.....	35
B.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	36
C.	Subjek dan Objek Penelitian.....	36
D.	Prosedur Penelitian	37
1.	Tahap Analysis.....	37
2.	Tahap Design.....	38
3.	Tahap Development	38
4.	Tahap Implementation	39
5.	Tahap Evaluation	39
E.	Alur Penelitian	40
F.	Fokus Studi	41
G.	Definisi Operasional	42

H. Variabel Penelitian.....	45
I. Sub Variabel	45
J. Teknik Pengumpulan Data.....	45
K. Teknik Analisa Data.....	48
1. Analisis Data Perancangan Produk.....	48
2. Analisis Data Kelayakan Produk.....	48
L. Etika Penelitian	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian	51
B. Pembahasan.....	67
1. Analisis Produk	67
2. Perancangan Produk	70
3. Kelayakan Produk.....	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	76
A. Kesimpulan	76
1. Tahap Analisis	76
2. Proses Perancangan	77
3. Kelayakan Produk	77
B. Saran	78
1. Bagi pasien	78
2. Bagi keluarga	78
3. Bagi lahan penelitian	78
4. Bagi peneliti selanjutnya	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN	86
BIODATA.....	149

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konsep	34
Gambar 3.1	Alur Penelitian media integratif manajemen for diabetic patient ...	40
Gambar 4.1	Desain Produk Media Intergratif Stres Manajemen For Diabetic Patient	57
Gambar 4.2	Desain cover judul Media Integratif stres	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	42
Tabel 3.2 Standar Kelayakan.....	48
Tabel 4.1 Deskripsi Umum Partisipan	52
Tabel 4.2 Deskripsi Umum Ahli Media	52
Tabel 4.3 Rincian Aspek Penilaian Perancangan Produk.....	58
Tabel 4.4 Rincian Aspek Penilaian Validasi Ahli	58
Tabel 4.5 Rincian Aspek Penilaian Uji Coba Lapangan	58
Tabel 4.6 Hasil Penilaian Validasi Ahli 1	60
Tabel 4.7 Saran dan Perbaikan Validator Ahli 1	61
Tabel 4.8 Hasil Revisi dari Validator Ahli 1	62
Tabel 4.9 Hasil Penilaian Validasi Ahli 2	62
Tabel 4.10 Saran dan Perbaikan dari Validator 2.....	63
Tabel 4.11 Hasil Revisi dari Validator	64
Tabel 4.12 Hasil Penilaian Partisipan Uji Coba Lapangan	65
Tabel 4.13 Saran dan Perbaikan Partisipan Uji Coba	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.14 Hasil Revisi Partisipan Uji Coba	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent.....	86
Lampiran 2. Kisi – Kisi Alat Ukur.....	87
Lampiran 3. Lembar Panduan Wawancara Analisis Produk	89
Lampiran 4. Lembar Ceklis Perancangan Media	90
Lampiran 5. Lembar Instrumen Validasi Ahli	93
Lampiran 6. Lembar Instrumen Uji Coba Lapangan	96
Lampiran 7. Permohonan izin penelitian	99
Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	100
Lampiran 9. Desain Prototipe.....	145
Lampiran 10. Produk Akhir.....	146
Lampiran 11. Flayer Media Integratif Stres.....	145
Lampiran 12. Dokumentasi	147
Lampiran 12. Biodata.....	149