

ABSTRAK

Dwi Putro Hidayat ALFATAH (2025). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Kecemasan Di Puskesmas Ponorogo Selatan*. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Ponorogo, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing Agung Eko Hartanto, S.Kep.,Ns., M.Kep.,.

Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 merupakan penyakit kronik metabolik yang tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga psikologis, terutama memicu ansietas akibat komplikasi seperti luka kaki diabetik. Ansietas yang tidak tertangani dapat menurunkan kualitas hidup, memperburuk kontrol glikemik, dan menurunkan kepatuhan terhadap pengobatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi hipnosis lima jari sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan tingkat ansietas dan kadar gula darah pasien DM tipe 2. Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus terhadap pasien laki-laki usia 57 tahun dengan riwayat DM tipe 2 dan luka kaki diabetik yang disertai kecemasan. Intervensi hipnosis lima jari dilakukan selama tujuh hari berturut-turut, disertai edukasi 5 Pilar DM. Tingkat ansietas diukur menggunakan skala DASS subskala ansietas sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan penurunan skor ansietas dari kategori berat (skor 16) menjadi ringan (skor 8), dan penurunan kadar gula darah acak dari 356 mg/dL menjadi 147 mg/dL. Mekanisme hipnosis lima jari melibatkan aktivasi sistem saraf parasimpatis yang menghasilkan kondisi relaksasi, menurunkan hormon stres (kortisol, adrenalin), dan meningkatkan hormon endorfin, serotonin, serta dopamin. Penurunan hormon stres menghambat glukoneogenesis di hati, sehingga berdampak pada penurunan kadar glukosa darah. Intervensi ini terbukti sederhana, efektif, murah, dan dapat diterapkan secara mandiri. Hipnosis lima jari direkomendasikan sebagai bagian dari strategi asuhan keperawatan holistik untuk pasien DM tipe 2 dengan gangguan psikologis seperti ansietas.

Kata kunci: *Diabetes Mellitus tipe 2, ansietas, hipnosis lima jari, kadar gula darah, keperawatan holistik.*

ABSTRACT

Dwi Putro Hidayat ALFATAH (2025). *Nursing Care for Type 2 Diabetes Mellitus Patients with Anxiety at the South Ponorogo Health Center*. Scientific Paper, D3 Nursing Study Program, Ponorogo Regency Campus, Nursing Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Malang, Supervisor Agung Eko Hartanto, S.Kep.,Ns., M.Kep.,.

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic metabolic disease that has long-term impacts on both the physical and psychological conditions of patients. One of the common psychological issues in T2DM is anxiety, especially when complications such as diabetic foot ulcers occur. Untreated anxiety may worsen glycemic control, reduce quality of life, and lead to nonadherence to therapy. This study aimed to evaluate the effectiveness of five-finger hypnosis as a non-pharmacological intervention to reduce anxiety and blood glucose levels in a patient with T2DM. A case study approach was used involving a 57-year-old male with T2DM and diabetic foot who experienced anxiety. The intervention was conducted for seven consecutive days, consisting of five-finger hypnosis relaxation therapy and education on the 5 Pillars of DM. Results showed a reduction in anxiety levels from severe (score 16) to mild (score 8) and a decrease in random blood glucose levels from 356 mg/dL to 147 mg/dL. Physiologically, five-finger hypnosis activates the parasympathetic nervous system, reduces stress hormones (cortisol and adrenaline), and increases relaxing hormones such as endorphins, serotonin, and dopamine. Lower cortisol levels help suppress hepatic gluconeogenesis, contributing to reduced blood glucose levels. This intervention is simple, effective, and can be practiced independently. Five-finger hypnosis is recommended as part of a holistic nursing approach for T2DM patients experiencing psychological distress such as anxiety.

Keywords: *Type 2 Diabetes Mellitus, anxiety, five-finger hypnosis, blood glucose level, holistic nursing care.*