

**SKRIPSI**

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP  
KECEMASAN PADA PASIEN DENGAN DIABETES  
MELITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS DI KOTA PADANG  
TAHUN 2018**

**Penelitian Keperawatan Medikal Bedah**



**DELINDA WULANDARI**

**BP. 1411311003**

**HEMA MALINI, S.KP, MN, PHD**

**197602042000032001**

**EMIL HURIANI, S.KP, MN**

**197808172001122001**

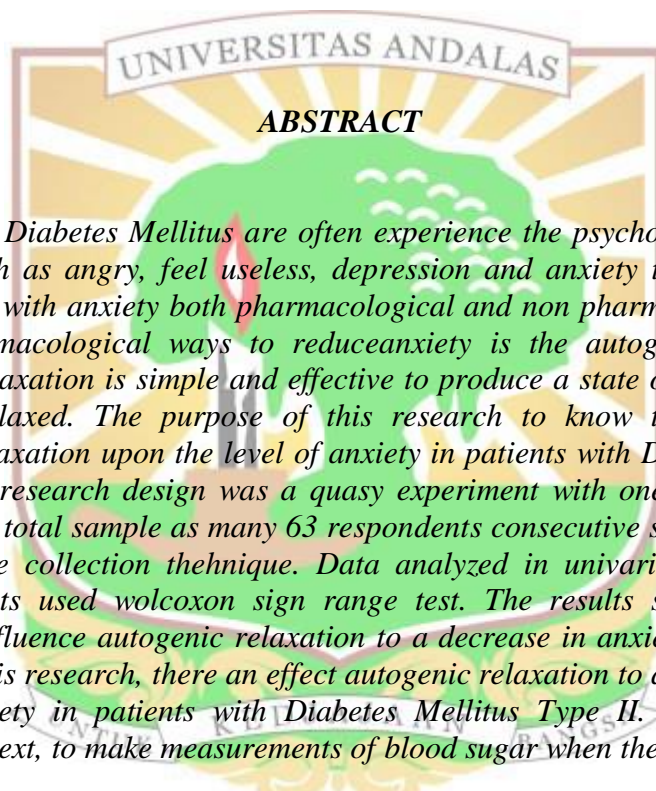
**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**2018**

**NURSING FACULTY  
ANDALAS UNIVERSITY  
SEPTEMBER, 2018**

**Name : Delinda Wulandari  
BP number : 1411311003**

**THE INFLUENCE OF RELAXATION AUTOGENIC ON THE LEVEL OF  
ANXIETY IN PASTIENTS WITH DIABETES MELLITUS TYPE II  
IN THE WORK AREA OF PUSKESMAS IN PADANG 2018**



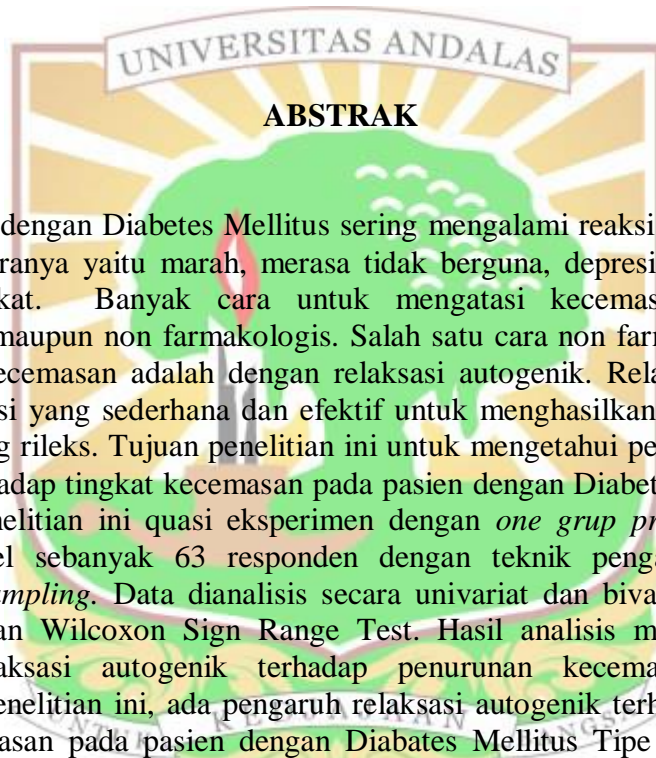
*Patients with Diabetes Mellitus are often experience the psychological negative reaction, such as angry, feel useless, depression and anxiety that rises. Many ways to cope with anxiety both pharmacological and non pharmacological. One of non pharmacological ways to reduce anxiety is the autogenic relaxation. Autogenic relaxation is simple and effective to produce a state of understanding and body relaxed. The purpose of this research to know the influence of autogenic relaxation upon the level of anxiety in patients with Diabetes Mellitus type II. This research design was a quasy experiment with one group pre and post test. The total sample as many 63 respondents consecutive sampling method of the sample collection thehnique. Data analyzed in univariat and bivariat, statistical tests used wolcoxon sign range test. The results show there is a significant influence autogenic relaxation to a decrease in anxiety ( $p=0.000$ ). A conclusion this research, there an effect autogenic relaxation to a decrease in the level of anxiety in patients with Diabetes Mellitus Type II. Suggestions for researchers next, to make measurements of blood sugar when their research.*

**Keywords : Anxiety, Diabetes Mellitus Type II, Relaxation Autogenic  
Bibliography : 46 (1959-2018)**

**FAKULTAS KEPRAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
SEPTEMBER 2018**

**Nama : Delinda Wulandari  
No Bp : 1411311003**

**PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN PADA PASIEN DENGAN DIABETES MELLITUS  
TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DI KOTA  
PADANG TAHUN 2018**



Pasien dengan Diabetes Mellitus sering mengalami reaksi psikologis yang negatif, diantaranya yaitu marah, merasa tidak berguna, depresi dan kecemasan yang meningkat. Banyak cara untuk mengatasi kecemasan baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu cara non farmakologis untuk mengurangi kecemasan adalah dengan relaksasi autogenik. Relaksasi autogenik adalah relaksasi yang sederhana dan efektif untuk menghasilkan keadaan pikiran dan tubuh yang rileks. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan pada pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe II. Desain penelitian ini quasi eksperimen dengan *one grup pre and post test*. Jumlah sampel sebanyak 63 responden dengan teknik pengambilan sampel *consecutive sampling*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat, uji statistik yang digunakan Wilcoxon Sign Range Test. Hasil analisis menunjukkan ada pengaruh relaksasi autogenik terhadap penurunan kecemasan ( $p=0,000$ ). Kesimpulan penelitian ini, ada pengaruh relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe II. Saran untuk peneliti selanjutnya, agar melakukan pengukuran gula darah pada saat melakukan penelitian.

**Kata kunci : Diabetes Mellitus Tipe II, Kecemasan, Relaksasi Autogenik**

**Daftar Pustaka : 46 (1959-2018)**