

ABSTRAK INDONESIA

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
IKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU
KIAN, JUNI,2024

Mutik Ainurrahmi
23501055

Asuhan Keperawatan Jiwa (CMHN) Dengan Efektifitas Pemberian *Slow Deep Breathing* Untuk Mengurangi Stress Pada Penderita Diabetes Mellitus di Kelurahan Rantau Panjang Kecamatan Rumbai Barat
XI + 38 halaman + lampiran

ABSTRAK

Stress dan Diabetes Mellitus memiliki hubungan yang sangat erat, tekanan kehidupan dan gaya hidup tidak sehat sangat berpengaruh. Salah satu cara menurunkan stress pada penderita diabetes mellitus dengan cara nonfarmakologi terapi relaksasi *slow deep breathing*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat efektifitas pemberian *Slow Deep Breathing* untuk mengurangi stress pada penderita Diabetes Mellitus di kelurahan Rantau Panjang kecamatan Rumbai Barat jumlah responden 2 orang. Pemberian relaksasi *Slow Deep Breathing* selama 15 menit selama 4 hari dengan 4x pertemuan.. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner DASS 42 dibagian Stress dengan penilaian pre dan post tindakan. Selama penulis melakukan asuhan keperawatan didapatkan hasil dari pasien I terdapat perubahan skor dari 22 menjadi 14 dan pasien II dari skor 19 menjadi 9. Penulis merekomendasikan kepada tempat penelitian agar dapat menerapkan terapi relaksasi *slow deep breathing* agar dapat menurunkan tingkat stress warga

Kata kunci : Diabetes mellitus, stress, slow deep breathing

Daftar Bacaan : 23 (2017-2021)

ABSTRAK INGGRIS

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
IKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU
KIAN, JUNI,2024

Mutik Ainurrahmi
23501055

Psychiatric Nursing Care (CMHN) with the Effectiveness of *Slow Deep Breathing* to Reduce Stress in Diabetes Mellitus Kel.

XI + 38 pages + attachments

ABSTRACT

Stress and Diabetes Mellitus have a very close relationship, life pressures and unhealthy lifestyles are very influential. One way to reduce stress in people with diabetes mellitus is by nonpharmacological *slow deep breathing* relaxation therapy. The purpose of this study is to see the effectiveness of *Slow Deep Breathing* to reduce stress in patients with Diabetes Mellitus in Rantau Panajang village, West Rumbai district, the number of respondents is 2 people. Relaxation of *Slow Deep Breathing* for 15 minutes for 4 days with 4 meetings. The instrument used was the DASS 42 questionnaire in the Stress section with pre and post action assessments. During the author's nursing care, the results of patient I were changed from 22 to 14 and patient II from 19 to 9. The author recommends the research site to be able to apply *slow deep breathing relaxation therapy* in order to reduce the stress level of residents

Kata kunci : Diabetes mellitus, stress,slow deep
brething

Reading List : 23 (2017-2021)