

**PENERAPAN MANAJEMEN DISTRESS (AFIRMASI POSITIF)  
DALAM MENURUNKAN DISTRESS PADA PENDERITA  
DIABETES MELITUS TIPE 2 DIWILAYAH KERJA  
PUSKESMAS CIHIDEUNG KOTA TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**GILANG RAMADAN  
10121044**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

**PENERAPAN MANAJEMEN DISTRESS (AFIRMASI POSITIF)  
DALAM MENURUNKAN DISTRESS PADA PENDERITA  
DIABETES MELITUS TIPE 2 DIWILAYAH KERJA  
PUSKESMAS CIHIDEUNG KOTA TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar**

**Ahli Madya Keperawatan**



**GILANG RAMADAN  
10121044**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
SEPTEMBER 2024**

Penerapan Manajemen Distress (Afirmasi Positif) Dalam Menurunkan Distress Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Cihideung Kota Tasikmalaya

Gilang Ramadan

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada

**ABSTRAK**

Diabetes melitus tipe 2 adalah jenis diabetes yang sering terjadi dan cenderung berkembang seiring berjalannya waktu. Salah satu upaya untuk mengatasi distress pada pasien DM tipe 2 adalah dengan melakukan manajemen distress (afirmasi Positif). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran penerapan afirmasi positif manajemen distress dalam menurunkan distress pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Cihideung Kota Tasikmalaya. Metodologi penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus, responden berjumlah 4 penderita diabetes melitus tipe 2 dengan kasus yang sama sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan adalah standar operasional prosedur afirmasi positif, kuisioner *diabetes distress scale* dan glukometer. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Analisis data secara deskriptif kualitatif. Hasil studi kasus menunjukkan sebelum dilakukan penerapan afirmasi positif manajemen distress pada keempat responden penderita DMT2 didapatkan hasil, kadar gula darah meningkat dan tingkat distress responden sedang. Setelah dilakukan afirmasi positif manajemen distress pada penderita DMT2 didapatkan hasil kadar gula darah menurun dan tingkat distress responden rendah.

**Kata Kunci: diabetes distress, diabetes melitus tipe 2, manajemen distress**

**ABSTRAK**

*Type 2 diabetes mellitus is a type of diabetes that occurs frequently and tends to develop over time. One effort to overcome distress in type 2 DM patients is to carry out distress management (Positive affirmations). The aim of this research is to understand the application of positive affirmations for distress management in reducing distress in people with type 2 diabetes mellitus in the Cihideung Community Health Center Working Area, Tasikmalaya City. The research methodology used was descriptive qualitative with a case study approach, the respondents were 4 sufferers of type 2 diabetes mellitus with the same cases according to the inclusion and exclusion criteria. The instruments used were standard operational procedures for positive affirmations, a diabetes distress scale questionnaire and a glucometer. The data collection techniques used were interviews and observation. Data analysis was descriptive qualitative. The results of the case study show that before applying positive affirmations for distress management to the four respondents, the results were that blood sugar levels increased and the respondents' levels of distress were moderate. After carrying out positive affirmations for distress management, the results showed that blood sugar levels had decreased and the respondent's level of distress was low.*

**Keywords: diabetes distress, type 2 diabetes mellitus, distress management**