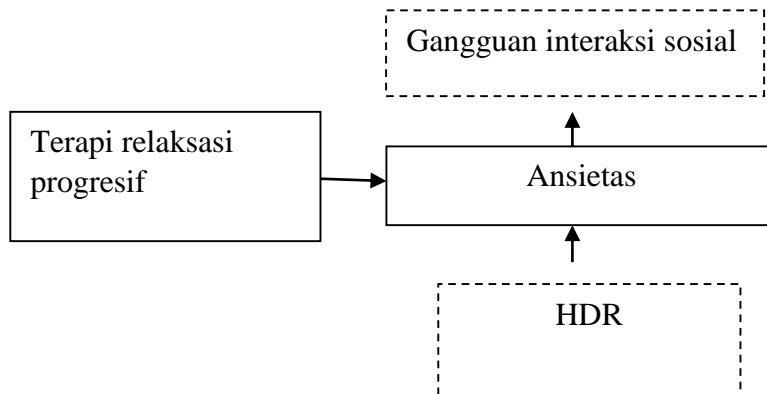



**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

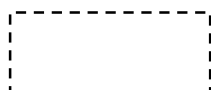
**A. Kerangka Konsep**

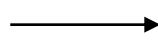


Gambar 1 Kerangka Konsep Gambaran Pemberia Terapi Relaksasi Progresif Untuk Menurunkan Ansietas

Keterangan:

 → Variabel yang diteliti

 → Variabel yang tidak diteliti

 → Hubungan variabel

Kerangka konsep adalah suatu hubungan atau suatu kaitan antara konsep satu dan konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti yang berguna untuk menjelaskan serta menghubungkan topik yang akan dibahas (Setiadi, 2013).

## **B. Variabel Penelitian Dan Devinisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011)

Dalam penelitian ini akan diteliti satu variabel yaitu Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Terapi Relaksasi Progresif Untuk Menurunkan Ansietas Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di RSUD Mangusada Badung.

### **2. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah penentuan sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur (Sugiyono, 2011). Untuk menghindari perbedaan persepsi maka perlu disusun definisi operasional yang merupakan penjelasan dari variabel sebagai berikut

Pada bagian ini berisi tentang penjelasan atau definisi yang dibuat oleh peneliti tentang fokus studi yang dirumuskan secara operasional yang digunakan pada studi kasus dan bukan merupakan definisi konseptual berdasarkan literatur. Definisi operasional merupakan aspek penelitian yang memberikan informasi kepada kita tentang bagaimana caranya mengukur variabel. Definisi operasional merupakan informasi ilmiah yang sangat membantu peneliti lain yang ingin melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang sama.

Tabel 1  
 Definisi Operasional Gambaran Asuhan Keperawatan dengan Pemberian Prosedur Terapi Relaksasi Progresif Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

No.	Variabel	Definisi Operasional
1	Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian terapi relaksasi progresif untuk menurunkan ansietas pada pasien diabetes mellitus tipe II	Asuhan keperawatan yang akan diberikan meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa keperawatan, rencana keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Relaksasi progresif adalah memusatkan suatu perhatian pada suatu aktivitas otot dengan menemukan otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksai, untuk mendapat perasaan relaksasi. Meminta pasien untuk menarik nafas dan menghembuskannya. Meminta pasien mengerutkan dahi, mengedipkan mata, membuka mulut lebar-lebar, menekan lidah pada langit-langit mulut, mengatupkan rahang kuat-kuat, bibir dimonyongkan kedepan dan tetaplah tegang selama lima detik, hembuskan nafas perlahan dan kendurkan secara perlahan, katakan dalam hati rileks dan pergi. Meminta pasien menekan kepala kebelakang, anggukkan kepala kearah dada. Meminta pasien untuk memutar kepala ke bahu kanan dan kebahu kiri. Menegangkan dan mengangkat bahu seolah ingin menyentuh telinga. Menahan lengan dan mengepalkan tangan, serta mengencangkan ditahan selama lima detik. Menarik nafas dan mengencangkan otot dada. Mengencangkan menekan keluar dan menarik kedalam selama lima detik. Meminta melengkungkan punggung serta selama lima detik. Meminta mengencangkan pinggang, menekan tumit kaki kelantai, mengencangkan otot lutut dikaki dibawah lutut, tekuk jari kaki keatas seolah-olah menyentuh lutut tahan selama lima detik. Ansietas adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya.