

**EDUKASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA
PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
MELALUI MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:
ARISTA FEBRIYANTO
C2019014

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**EDUKASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA
PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
MELALUI MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:
ARISTA FEBRIYANTO
C2019014

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN KOMUNIKASI INFORMASI DAN EDUKASI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa komunikasi informasi dan edukasi dengan judul :

EDUKASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 MELALUI MEDIA VIDEO

Yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan tiruan atau publikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan dilingkungan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun perguruan tinggi dan instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulis komunikasi informasi dan edukasi ini merupakan hasil plagiat atau prnjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Juni 2023



Arista Febriyanto

C2019014

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Arista Febriyanto

NIM : C2019014

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : Edukasi Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Melalui Media Video

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non Exklusif Royalty Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalihkan media yang diformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 12 Juni 2023

Yang Menyatakan



Arista Febriyanto
C2019014

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project akhir denga judul :

**EDUKASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK
MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA
PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
MELALUI MEDIA VIDEO**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Project Akhir Program Studi
Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Mei 2023

Pembimbing

Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.J.

NIDN. 0615018601

Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatan

Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.J.

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Project akhir dengan judul :



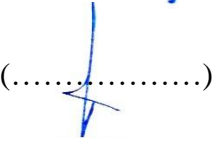
EDUKASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 MELALUI MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Project akhir ini telah diijinkan pada siding tanggal 12 Juni 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi Sarjana Keperawatan fakultas Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Juli 2023

Mengesahkan,

Penguji :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIDN. 0624087901
2. Irma Mustika Sari, S. Kep., Ns., M. Kep (.....)
NIDN. 0625048703
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.J. (.....)
NIDN. 0615018601

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M. Kep.J.

NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Alhamdulillah, segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dengan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulis Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan tugas akhir ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan selaku penguji I yang telah memberikan kesempatan dalam Menyusun laporan tuags akhir ini.
2. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan selaku pembimbing yang telah memfasilitasi dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
3. Irma Mustika Sari, S/Kep., Ns., M.kep selaku dosen penguji II yang telah membimbing, meluangkan waktu serta meberikan pengarahan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
4. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Sarjana Kperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
5. Orang tua yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.
6. Untuk diri saya sendiri yang telah berjuang melawan rasa malas, bekerja keras, dan tetap bertahan sampai sejauh ini.

7. Nanda, kontrakan *crew*, dan sahabat saya yang tidak pernah bosan memberikan semangat dan tidak bosan mendengarkan keluh kesah selama mengerjakan tugas akhir ini.
8. Dan seluruh pihak yang turut membantu yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca, sehingga laporan tugas akhir ini dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan terutama bagi penulis serta dunia keperawatan di Indonesia.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Arista Febriyanto', is written on a small, light-colored rectangular piece of paper.

Arista Febriyanto

C2019014