

**PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN  
PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN  
DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG TERATAI 3 RSUD  
KARTINI KARANGANYAR**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners  
Pada Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**HANA AJENG WAHIDYA PARAMITA  
202314003**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**

**PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN  
PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN  
DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG TERATAI 3 RSUD  
KARTINI KARANGANYAR**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners  
Pada Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**HANA AJENG WAHIDYA PARAMITA  
202314003**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2024**



## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah akhir ners dengan judul:

### **PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG TERATAI 3 RSUD KARTINI KARANGANYAR**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan mendapatkan gelar ners pada Program Studi Ners Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Ilmiah Akhir Ners yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar ners di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan karya ilmiah akhir ners ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 26 Juni 2024

The image shows a handwritten signature in black ink over a red official stamp. The stamp contains the text 'MILITAN' and 'PEMBELI' and a unique identification number '17ALX103330600'.

Hana Ajeng Wahidya Paramita  
202314003

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hana Ajeng Wahidya Paramita

NIM : 202314003

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Skripsi Judul : Penerapan Relaksasi Otot Progresif dengan Penurunan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Ruang Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, 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.

Dibuat di :

Pada tanggal :

Yang menyatakan



(Hana Ajeng Wahidya Paramita)  
202314003

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

### **PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG TERATAI 3 RSUD KARTINI KARANGANYAR**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian akhir Karya Ilmiah Akhir Ners Program Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 28 Juni 2024

Pembimbing



Ida Nur Imamah S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NIDN.0620118704

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners



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

NIDN.0615018601

## PENGESAHAN PENGUJI



Karya Ilmiah akhir Ners dengan judul:

### **PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG TERATAI 3 RSUD KARTINI KARANGANYAR**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan untuk mendapatkan Gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas "Aisyiyah Surakarta. Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diujikan pada pada tanggal dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Ilmiah Akhir Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas "Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 5 Juli 2024

Mengesahkan,

- Penguji
1. Sugito, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIP. 198005302005011004 (  )
  2. Ida Nur Imamah, S. Kep., Ns., M. Kep.  
NIDN. 0602118704 (  )

Mengetahui  
Kaprodik Profesi Ners



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., S.Kep.I  
NIDN.0615018601

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif dengan Penurunan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Ruang Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar”.

Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns.,M.Kep,Sp.KepJ, Selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ida Nur Imamah S.Kep., Ns., M.Kep., Selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, dukungan, serta arahan dengan sabar sehingga penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
4. Eska Dwi Prajayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Selaku koordinator profesi ners yang berkenan memberikan masukan dan arahan pada Karya Ilmiah Akhir Ners.
5. Sugito ,S.Kep.,Ns.,M.Kep., Selaku pembimbing Lahan dan Penguji yang telah berkenan memberikan masukan dan arahan pada Karya Ilmiah Akhir Ners.
6. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan memberikan motivasi serta semangat dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners.
7. Septati Purwandari selaku ibu yang telah memberikan kepercayaan kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan hingga tahap ini, terimakasih atas pengorbanan yang sudah diberikan selama ini, selalu mengajarkan nilai-nilai kebaikan, serta tiada hentinya selalu mendoakan yang terbaik untuk penulis di



setiap langkah. Semoga ibu senantiasa sehat dan panjang umur.

8. Dini Ayu Pratiwi selaku kakak yang selalu memberikan dukungan, doa, dan semangat dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini agar cepat terselesaikan.
9. Sahabat baik yang senantiasa saling menguatkan dan memberikan dukungan dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
10. Dan yang terakhir pada diri saya sendiri, terima kasih telah berjuang sejauh ini dengan melawan ego serta *mood* yang tidak menentu selama penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga amal baik yang telah dilakukan mendapat imbalan yang sebaik-baiknya dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari kesempurnaan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan dikemudian hari.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, 26 Juni 2024  
Penulis,



Hana Ajeng Wahidya Paramita  
202314003