

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN PENGUJI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Glukosa Darah.....	8
1. Definisi	8
2. Kadar Normal Glukosa Darah.....	8
3. Pemeriksaan glukosa darah	9
B. Diabetes Melitus.....	10
1. Definisi	10
2. Etiologi	10
3. Manifestasi Klinis	12
4. Penatalaksanaan.....	12
5. Komplikasi	13
C. Diabetes Melitus Tipe 2	15
1. Definisi	15
2. Tanda Gejala Diabetes Melitus Tipe 2	15
3. Faktor Resiko diabetes melitus Tipe 2	16
4. Penatalaksanaan Diabetes Melitus Tipe 2.....	20
D. Terapi Relaksasi Otot Prgresif	24
1. Definisi	24
2. Tujuan.....	24
3. Manfaat.....	25
4. Langkah Langkah Terapi Relaksasi Otot Progresif	25

BAB III.....	33
METODE PENELITIAN.....	33
A. Rancangan Penelitian.....	33
B. Subyek Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional.....	34
D. Tempat Dan Waktu Penelitian	34
E. Pengumpulan Data	34
F. Cara Pengolahan Data.....	35
G. Etika Penelitian	36
BAB IV	37
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil	37
1. Gambaran Lokasi Penerapan.....	37
2. Hasil Penerapan.....	38
B. Pembahasan.....	40
1. Hasil Pengukuran Kadar Glukosa Darah Sebelum Dilakukan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Desa Ngoresan Kecamatan Jebres Kota Surakarta.....	41
2. Hasil Pengukuran Kadar Glukosa Darah Sesudah Dilakukan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Desa Ngoresan Kecamatan Jebres Kota Surakarta.....	43
3. Perbandingan Hasil Akhir Antara 2 Responden.....	45
C. Keterbatasan Penelitian.....	46
BAB V.....	47
PENUTUP.....	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Defini operasional penerapan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan glukosa darah.	34
Tabel 4.1 Kadar Glukosa Darah Sebelum Dilakukan Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	39
Tabel 4.2 Kadar Glukosa Darah Sesudah Dilaksanakan Terapi Relaksasi Otot Progresif.....	40
Tabel 4. 3 Perbandingan akhir kadar glukosa darah antara 2 responden.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Melatih Otot Tangan.....	26
Gambar 2 Melatih Otot Bagian Belakang	27
Gambar 3 Melatih Otot Bisep	28
Gambar 4 Melatih Otot Bahu	28
Gambar 5 Melemaskan Otot Dahi, Mata, Mulut, dan Rahang.....	28
Gambar 6 Melemaskan Ketegangan Otot Rahang.....	29
Gambar 7 Memoncongkan Otot Bibir	29
Gambar 8 Merilekskan Otot Leher.....	29
Gambar 9 Melatih Otot Leher	30
Gambar 10 Melatih Otot Punggung	30
Gambar 11 Melemaskan Otot Dada	31
Gambar 12 Melatih Otot Perut	31
Gambar 13 Mengangkat Kaki	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup.....	56
Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan	57
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian	59
Lampiran 4 Informasi Dan Persetujuan (Informed Consent).....	61
Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan	63
Lampiran 6 Lembar Konsultasi.....	66
Lampiran 7 Lembar Revisi Setelah Ujian Hasil	73

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
HDL	: High-Density Lipoprotein
DM	: Diabetes Melitus
PERKENI	: Perkumpulan Endokrin Indonesia
KAD	: Ketoasidosis Diabetik
SHH	: Status Hiperglikemia Hiperosmolar
GDP	: Gula Darah Puasa
Mg	: Miligram
dL	: Desiliter

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

\geq	: Lebih besar daripada
$<$:	Kurang dari
% :	Persen
p	: Value
α	:Alpha
-	: Sampai
/	: Per