

**PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS MELUR PEKANBARU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**DWI KHAIRONISA
NIM.P032114401013**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
2024**

**PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS MELUR PEKANBARU**

**Karya tulis ilmiah studi kasus ini sebagai salah satu persyaratan
menyelesaikan program pendidikan Diploma III keperawatan di
Program Studi DIII Keperawatan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau**

**DWI KHAIRONISA
NIM.P032114401013**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Khaironisa
NIM : P032114401013
Prodi studi : D3 Keperawatan
Institusi : Poltekkes Kesehatan Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikirran saya sendiri. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat di buktikan Karya Tulia Ilmiah Studi kasus ini hasil jiplakan, maka saya akan bersedia menerima sanksi atas perrbuatan tesebut.

Pekanbaru, 27 Mei 2024

Pembuatan Pernyataan



Dwi Khaironisa
NIM P032114401013

Mengetahui

Pembimbing Utama

A handwritten signature in black ink, likely belonging to the main supervisor.

Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP.198702192018012001

Pembimbing Pendamping

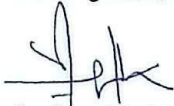
A handwritten signature in black ink, likely belonging to the assistant supervisor.

R. Sakhnan, SKM, M.Kes
NIP.196406091989031003

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Dwi Khaironisa NIM P032114401013 dengan judul
"Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes
Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Melur" telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada
seminar hasil Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes
Poltekkes Riau

Pembimbing Utama



Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP.198702192018012001

Pekanbaru, 22 Mei 2024
Pembimbing Pendamping



R. Sakhnan, SKM, M.Kes
NIP. 196406091989031003

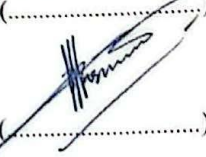
HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Dwi Khaironisa NIM P032114401013 dengan judul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Melur” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau Pada Tanggal ... dan disetujui untuk penelitian.

Tim Penguji

Penguji Ketua : Ns. Syafrisar Meri Agridubella, M.Kep. 

Penguji Anggota I : Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep. M.Kep 

Penguji Anggota III : Ns. Masnun, SST, S.Kep, M.Biomed 

Mengetahui Ketua
Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Ns. Hj Rushefina S.Pd, S.Kep., M.Kes
NIP. 196504241988032002

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Melur”. Karya Tulis Ilmiah ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir. Selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan, dukungan dan saran dari berbagai pihak terkait dengan itu izinkan penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada :

1. Ibu Rully Hevrialni, SST,M.Keb,M.H.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Ibu Ns. Hj. Rusherina, S.Pd.,S.Kep, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Ns. Idayanti, S.Pd.,S.Kep. M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau
4. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan pengarahan, masukan, saran, dan meluangkan waktu untuk bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak R. Sakhnan, SKM, M.Kes. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan pengarahan, masukan, saran, dan meluangkan waktu untuk bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep, M.Kep selaku dosen penguji I dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ibu Ns. Masnun, SST, S.Kep. selaku dosen penguji II dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.

8. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Keperawatan serta staf Poltekkes Kemenkes Riau yang telah memberikan ilmu dan mendidik penulis selama mengikuti perkuliahan.
9. Kedua orang tua tercinta papa Jhon Hendri dan mama Ermayenti yang selalu memberi cinta, semangat, dan doa yang besar untuk penulis serta motivasi yang diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan perkuliahan ini.
10. Sahabat yang paling tersayang Anggi Wulandari yang telah menemani dan memberikan saran serta bantuannya kepada penulis.
11. Serta teman-teman seperjuangan Ghina, Syafa, Mayang, Bella angkatan 2021 Diploma III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan dalam bidang keperawatan.

Pekanbaru, 19 Maret 2024

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Diabetes Mellitus	7
2.1.1 Defenisi	7
2.1.2 Etiologi	8

4.1.2 Gambaran Subjek Study Kasus	30
4.1.3 Pemaparan Fokus Studi	31
4.2 Pembahasan	33
4.3 Keterbatasan Penulis	34
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 36
5.1 Kesimpulan	36
5.2 Saran	36
5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan	37
5.2.2 Bagi Perawat dan Puskesmas Melur	37
5.2.3 Bagi Pengembangan dan Penelitian Selanjutnya	37
 DAFTAR PUSTAKA	 38
 LAMPIRAN	 39

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kadar Gula Darah Puasa dan Kadar Gula Darah Sewaktu	18
Tabel 4.1 Kadar Gula Darah Sebelum Dilakukan Relaksasi Otot Progresif Pada Subyek I Dan Subyek II	31
Tabel 4.2 Kadar Gula Darah Sesudah Dilakukan Relaksasi Otot Progresif Pada Subyek I Dan Subyek II	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.3.4 Langkah-langkah Latihan Relakssasi	21
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1, Standar Prosedur Operasional (SPO) Relaksasi Otot Progresif	39
Lampiran 2, Surat Keterangan Penelitian	42
Lampiran 3, Formulir Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah	43
Lampiran 4, Formulir Kesiediaan Pembimbing	44
Lampiran 5, Lembar Persetujuan Responden (<i>Infortmend Consent</i>)	45
Lampiran 6, Kuesioner Penelitian	46
Lampiran 7, Kegiatan Subyek I	47
Lampiran8, Kegiatan Subyek II	49