



**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI NAFAS DALAM DAN  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KADAR  
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Oleh :

**Lailatul Mubarakah**

**30901401818**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2018**



**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI NAFAS DALAM DAN  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KADAR  
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS**

**SKRIPSI**

Oleh :

**Lailatul Mubarakah**

**30901401818**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2018**

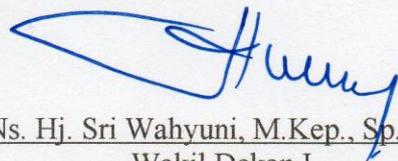
## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kombinasi Relaksasi Nafas Dalam dan Relaksasi Otot Progresif terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus”** ini disusun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Yang dibuktikan melalui uji turnitin dengan hasil 24%. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Mengetahui,

Semarang, 19 Januari 2018

Peneliti,



Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp.Kep.Mat  
Wakil Dekan I



(Lailatul Mubarakah)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul:

**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI NAFAS DALAM DAN  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KADAR GLUKOSA  
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Lailatul Mubarakah

NIM : 30901401818

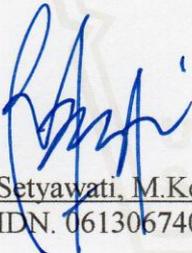
Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada :

Pembimbing I

Tanggal : 19 Januari 2018

Pembimbing II

Tanggal : 19 Januari 2018

  
Ns. Retno Setyawati, M.Kep., Sp.KMB  
NIDN. 0613067403

  
Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN  
NIDN. 0605108901

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI NAFAS DALAM DAN  
RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KADAR GLUKOSA  
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Lailatul Mubarakah

NIM : 30901401818

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 28 Januari 2018 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I

Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M.Kep  
NIDN. 0615098802



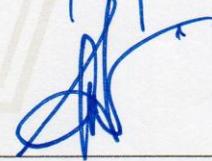
Penguji II

Ns. Retno Setyawati, M.Kep., Sp.KMB  
NIDN. 0613067403



Penguji III

Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN  
NIDN. 0605108901



Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan  
  
Sevira Andran, SKM., M.Kep  
NIDN. 0622087404

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Lailatul Mubarakah
NIM	: 30901401818
Program Studi	: SI Keperawatan
Fakultas	: Fakultas Ilmu Keperawatan
Alamat Asal	: Jalan Perbaliar Timur No.34 RT 01 RW 01 Gaji Guntur Demak
No. HP / Email	: 0895410031241 / mbilailatul@gmail.com

Dengan ini menyerahkan karya ilmiah berupa ~~Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Dicertasi~~\* dengan judul :

Pengaruh Kombinasi Relaksasi Nafas Dalam dan Relaksasi  
Otot Progresif Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien  
Diabetes Melitus

dan menyetujuinya menjadi hak milik Universitas Islam Sultan Agung serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif untuk disimpan, dialihmediakan, dikelola dalam pangkalan data, dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala bentuk tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Universitas Islam Sultan Agung.

Semarang, 4 April 2018  
Yang menyatakan,



Lailatul Mubarakah

\*Coret yang tidak perlu

## KATA PENGANTAR



*Alhamdulillah robbal'alamiin*

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan ridhoNya, sehingga penulis telah diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Kombinasi Relaksasi Nafas Dalam Dan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang telah penulis rencanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ir. H. Prabowo Setiyawan, MT., Ph.D selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, SKM., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Ns. Hj. Tutik Rahayu, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Kaprodi S1 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ns. Retno Setyawati, M.Kep., Sp.KMB selaku Pembimbing 1 yang telah sabar dan meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan ilmu serta nasehat yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ns. Ahmad Ikhlasul Amal, MAN selaku Pembimbing II yang telah sabar dan meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan ilmu serta nasehat yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

6. Ns. Indah Sri Wahyuningsih, M.Kep selaku penguji 1 yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya untuk memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh dosen pengajar dan staff Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
8. Direktur Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan ijin untuk pengambilan data dalam penyusunan skripsi ini.
9. Kedua orang tua saya bapak Ali Abshor dan ibu Siti Maesaroh yang sangat saya cintai terima kasih untuk do'a, semangat, motivasi, bimbingan, waktu, biaya, semua curahan kasih sayang diberikan dan yang selalu mengajarkan saya untuk terus berusaha dan berdo'a dalam mencapai cita-cita saya.
10. Adik saya Muhammad Syafiq Ulin Nuha dan Nuriya Shinta Dewi terima kasih untuk do'a dan semangatnya.
11. Kakak tingkat saya Ns. Elly Heniwibowo, S.Kep terima kasih yang selalu memberikan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabat saya Nurul Farida, Amd.Keb dan Muhammad Annas terima kasih yang selalu memberikan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Teman-teman seperjuangan dan sebimbingan Santi dan Tika yang lelah dan pusing bersama dalam pembuatan skripsi ini.
14. Sahabat-sahabat saya Vita, Leny, Dwi, Dian, Ida dan Isti yang telah berjuang bersama yang tak mengenal lelah.
15. Teman-teman HMJ S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2014 yang saling membantu, mendukung, menyemangati serta tak lelah untuk berjuang bersama.

16. Teman-teman S1 keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2014 yang saling mendukung dan menyemangati untuk selalu berjuang bersama.
17. Semua pihak terkait yang telah membantu kelancaran dan memberikan dukungan dalam pembuatan skripsi ini yang penulis tidak bisa sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih membutuhkan saran dan kritik demi kesempurnaannya peneliti berharap skripsi keperawatan ini bermanfaat bagi banyak pihak.

Akhir kata, semoga dukungan dan bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak, mendapatkan keberkahan berupa ridho dari Allah SWT.

Semarang, 19 Januari 2018

Penulis