

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Januari 2018**

ABSTRAK

Lailatul Mubarakah

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

59 halaman + 7 tabel + xvi + 15 lampiran

Latar belakang: Diabetes melitus (DM) merupakan suatu penyakit kronik dengan kadar glukosa darah yang tinggi. Penatalaksanaan DM meliputi farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis diantaranya relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif terhadap kadar glukosa darah pada pasien DM.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan *pra-experiment* rancangan *one group pretest-posttes*. *Purposive sampling* dengan jumlah responden 17 orang. Analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon*.

Hasil: Karakteristik responden tertinggi berdasarkan usia 56-65 tahun sebesar 52,9% dengan jenis kelamin perempuan sebesar 64,7% dan lama menderita DM 1-2 tahun sebesar 35,3%. Kadar glukosa darah pasien sebelum intervensi rata-rata adalah 231,10 mg/dL. Kadar glukosa darah sesudah intervensi rata-rata adalah 220,18 mg/dL.

Simpulan: Ada perbedaan yang signifikan kadar glukosa darah pasien sebelum dan sesudah melaksanakan relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif yaitu terjadi penurunan rata-rata 10,92 mg/dL dan nilai *p value* 0,0001.

Kata Kunci: Relaksasi Nafas Dalam, Relaksasi Otot Progresif, Glukosa Darah, Diabetes Melitus

Daftar Pustaka: 30 (2002-2017)

**BACHELOR OF NURSING SCIENCE
FACULTY OF NURSING SCIENCE
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Thesis, January 2018**

ABSTRACT

Lailatul Mubarakah

THE EFFECT OF COMBINATION OF DEEP BREATHING RELAXATION AND PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION TO BLOOD GLUCOSE LEVELS IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS

59 pages + 7 tables + xvi + 15 appendices

Background : Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease with exceeds of blood glucose levels. Pharmacology and non pharmacological management DM. Nonpharmacological management is deep breathing relaxation and progressive muscle relaxation. The aim of this study was to determine the effect of combination of deep breathing relaxation and progressive muscle relaxation to blood glucose levels in DM patients.

Methods : It is a quantitative study with pre-experiment and one group pretest-posttest design. Purposive sampling was used with 17 patients. The data were analyzed using wilcoxon.

Result: The respondent characteristic based on the age 56-65 years of 52,9% with female gender of 64,7% and long suffering from DM 1-2 years of 35,3%. The value of patients blood glucose before intervention average is 231,10 mg/dL. The value of patients blood glucose after intervention average is 220,18 mg/dL.

Conclusions: There is a difference in patients blood glucose before and after doing which has been a average decrease 10,92 mg/mg/dL and p value 0,0001.

Keywords: Deep Breathing Relaxation, Progressive Muscle Relaxation, Blood Glucose, Diabetes Melitus

Bibliographies: 30 (2002-2017)