

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, April 2014**

ABSTRAK

Ahmad Subkhan

**PENGARUH RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH DAN TEKANAN DARAH PADA KLIEN DIABETES
MELITUS DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH SUNAN KALIJAGA
DEMAK**

38 hal + 7 tabel + xv

Latar Belakang: Angka kejadian penyakit diabetes melitus di seluruh dunia tergolong tinggi, 382 juta penduduk dunia menderita diabetes melitus. Penatalaksanaan diabetes melitus bisa dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang bisa dilakukan adalah Relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan kadar glukosa darah dan tekanan darah pada pasien diabetes melitus.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *pre eksperiment* dengan *one group pretest posttest*. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar observasi dan mengukur kadar glukosa darah dan tekanan darah. Jumlah responden sebanyak 17 pasien dengan teknik *purposive sampling*. Data yang diperoleh diolah secara statistik dengan menggunakan *Paired t-test*.

Hasil: Berdasarkan hasil analisa diperoleh bahwa dari 17 responden penelitian, sebagian besar responden memiliki umur >50 tahun sebanyak 52,9%, sebagian besar berjenis kelamin perempuan 58,8%, tekanan darah sistolik sebelum dengan nilai rata-rata 157,41 mmHg, dan sistolik sesudah dengan nilai rata-rata 143,53 mmHg, dari tekanan darah diastolik sebelum dengan nilai rata-rata 96,35 mmHg, dan diastolik sesudah dengan nilai rata-rata 84,82 mmHg, dari kadar glukosa darah sebelum dengan nilai rata-rata 321,94 mg/dl, dan sesudah dengan nilai rata-rata 246,18 mg/dl. Maka hasil uji statistik analisis *paired sample t-test* diperoleh signifikan dengan *p value* 0.0001 (*p value* < 0,05).

Simpulan: Relaksasi otot progresif efektif dalam penurunan kadar glukosa darah dan tekanan darah pada pasien diabetes melitus.

Kata Kunci: Kadar glukosa darah, Tekanan darah, Diabetes melitus, Relaksasi otot progresif.

Daftar Pustaka: 37 (1996-2013)