

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D., Widiani, E. and Budiono (2023) ‘Gambaran Tanda Gejala Diabetes Mellitus Tipe II pada Pasien Sebelum dan Sesudah Pemberian Terapi Air Putih (Hydrotherapy): Study Kasus’, *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 4(2), pp. 131–140.
- Arania, R.. et (2021) ‘Hubungan antara usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan dengan kejadian diabetes mellitus di klinik waluyo lampung tengah’, 3(September), pp. 1–23.
- Association American Diabetes Association (ADA). (2018) *American Diabetes Association Standards of Medical Care In Diabetes- 2018*. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29222373/>.
- Aulia Chasana, T. *et al.* (2023) ‘Effect of Progressive Muscle Relaxation Techniques on Blood Glucose Levels in Elderly With Type 2 Diabetes Mellitus’, *Fundamental and Management Nursing Journal*, 6(2), pp. 39–45. Available at: <https://doi.org/10.20473/fmnj.v6i2.43731>.
- BPS (2023) *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2023*. Available at: <https://jateng.bps.go.id/id/publication/2024/05/31/56aabdd7a9151eda1979dd50/profil-kesehatan-provinsi-jawa-tengah-2023.html>.
- Decroli, E. (2019) *Diabetes Melitus Tipe 2*. Edited by A. Kam. Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang, 2019.
- Dinkes Kab KUDUS (2023) *Buku Profil Kesehatan Dinaas Kesehatan Kab Kudus*. Available at: <https://dinkes.kuduskab.go.id/?s=Diabetes>.
- Hayati, M.E. *et al.* (2024) ‘Hubungan gula darah puasa kejadian sepsis pada diabetes tipe 2’, *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(5), pp. 976–985.
- Hilda, Safruddin and Alam, R.I. (2023) ‘Relaksasi Otot Progresif terhadap Tingkat Stres pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2’, *Window of Nursing Journal*, 4(1), pp. 26–32. Available at: <https://doi.org/10.33096/won.v4i1.729>.
- IDF (2021) *Fakta dan angka diabetes menunjukkan meningkatnya beban global bagi individu, keluarga, dan negara. IDF Diabetes Atlas (2021) melaporkan bahwa 10,5% dari populasi dewasa (usia 20-79 tahun)*

*menderita diabetes, dan hampir setengahnya tidak menyadari bahwa m.*  
Available at: <https://idf.org/about-diabetes/diabetes-facts-figures/>.

Jamaludin (2023) 'Media Edukasi Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2', *jurnal kesehatan masyarakat*, 11, pp. 362–376.

Kumalasari, I. (2024) 'Upaya Komprehensif Mengendalikan Masalah Kesehatan Lansia Melalui Skrining PTM dan Senam Lansia Comprehensive', 6(4).

Lenggogeni, devia putri (2023) 'REAL in Nursing Journal ( RNJ )', *Real in Nursing Journal (RNJ)*, 6(3), pp. 205–212. Available at: [file:///D:/Perjuangan Q/Hasil Penelitian /2022 mawaddah karakteristik NPD.pdf](file:///D:/Perjuangan%20Q/Hasil%20Penelitian%202022%20mawaddah%20karakteristik%20NPD.pdf).

Lenggogeni Devia Putri, R.P.G.& R.P.E. (2023) 'REAL in Nursing Journal ( RNJ )', *Real in Nursing Journal (RNJ)*, 6(3), pp. 114–122.

Martuti, B.S.L., Ludiana and Pakarti, A.T. (2021) 'Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro Implementation of Progressive Muscle Relaxation of Blood Sugar Levels of Patients Type Ii Diabetes Mellitus in the Metro Health W', *Jurnal Cendikia Muda*, 1(4), pp. 493–501.

Matthew C. Riddle, M. (2020) 'Standards of medical care in diabetes: Response to position statement of the American Diabetes Association [20]', *Diabetes Care*, 29(2), p. 476. Available at: <https://doi.org/10.2337/diacare.29.02.06.dc05-1593>.

Meilani, R., Alfikrie, F., & Purnomo, A. (2020) 'Efektivitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah: Penelitian Quasi Eksperimen Pada Penderita Diabetes Militus Tipe 2 Usia Produktif.', *Borneo Nursing Journal*, pp. 22–29.

Melda, B. *et al.* (2021) *Relaksasi Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi.*

Nina, W. (2017) 'Hubungan Karakteristik Responden dengan Risiko Diabetes Melitus dan Dislipidemia Kelurahan Tanah Kalikedinding.'

Novizar, S.R., Mira, A. and Rachmawaty, N. (2024) 'Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Tanjung Unggat berbagai masalah penyakit . Tantangan kesehatan di Indonesia salah satunya adalah terkait elastisitas dinding

aorta , katup jantung mene’, *Jurnal Ilmial Kedokteran dan Kesehatan*, 3(1), pp. 84–91. Available at: <https://ejurnal.stietrianandra.ac.id/index.php/klinik/article/view/2247/1742>.

Nur, H.A. and Anggraini, S. (2022) ‘Pemberian Progressive Muscle Relaxation terhadap stres dan penurunan gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2’, *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), pp. 25–34. Available at: <https://doi.org/10.33655/mak.v6i1.127>.

PERKENI (2021) ‘Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021’, *Global Initiative for Asthma*, p. 46. Available at: [www.ginasthma.org](http://www.ginasthma.org).

Rahmadina, A., Sulistyaningsih, D.R. and Wahyuningsih, I.S. (2022) ‘Kepatuhan Diet Diabetes Melitus (DM) dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM di RS Islam Sultan Agung Semarang’, *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, (September), pp. 857–868.

RISKESDAS (2018) *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Available at: <https://layandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesdas/ketersediaan-data/riskesdas-2018>.

Rukminingsih et.al.(2020). Metode Penelitian Pendidikan. In Pustaka Setia (p.87). prenamedia Group.

Silalahi, L. (2024) *Bookchapter Diabetes Mellitus*. PT Nuansa Fajar Cemerlang.

Sugiyono. (2015). Metodologi Penelitian Kombinasi (Bandung: Alfabeta).

Sugiyono, D., Setiaji, B., Jarkawi, J., Primadewi, K., Habibah, U., Peny, T. L., Rajagukguk, K. P., Nugraha, D., Safitri, W., Wahab, A., Larisu, Z., & Dharta, F. Y. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif. In *Metpen*. <https://penerbitzaini.com/>.

Sulistyowati, R. (2019) *Booklet Relaksasi Otot Progressif (Progressive Muscle Relaxation) Sebagai Terapi Pendamping Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi*. Available at: [http://repo.polkesraya.ac.id/2712/1/BOOKLET\\_PMR\\_utm\\_gejala\\_fatigue\\_DM.pdf](http://repo.polkesraya.ac.id/2712/1/BOOKLET_PMR_utm_gejala_fatigue_DM.pdf).

Tiara Nurbaiti Nusa *et al.* (2023) ‘Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Pasien STEMI di Ruang CVCU RSUD Prof.Aloei Saboe’, *Jurnal Ventilator*, 1(2), pp. 89–98. Available at: <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i2.307>.

- Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017) *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi Dan Indikator Diagnostik*. Jakarta.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018) *Stanadar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Jakarta.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI (2019) *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Jakarta.
- Utomo, A. (2020) ‘Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2’, *jurnal kajian dan pengembangan kesehatan masyarakat*, 01(2), pp. 44–52. Available at: <https://doi.org/10.31101/jkk.395>.
- Veranika, L. and Purwanti, O.S. (2025) ‘Penerapan Terapi Progressive Muscle Relaxation ( PMR ) Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2’, 9, pp. 1516–1521.
- Widagdo, W. (2024) *Diabetes Mellitus Dan Remaja: Langkah Cerdas Untuk Pencegahan*. Edited by T. Purnama. Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Jakarta I Jalan Wijaya Kusuma No.47, RT.08/04 Pondok Labu, Cilandak Jakarta Selatan, 12450.
- Yuniati, I. and Sari, I.M. (2022) ‘Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi’, *OVUM: Journal of Midwifery and Health Sciences*, 2(2), pp. 72–82. Available at: <https://doi.org/10.47701/ovum.v2i2.2365>.
- World Health Organization (WHO) 2019. Global Report on Diabetes: Fact Sheet *WorldHealthOrganization*.<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/en/> - Diakses Desember 2019.