

DAFTAR PUSTAKA

- Afiifah, S., dkk. 2025. Penerapan Intervensi Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II: Studi Kasus. *Ners Muda*. Vol. 6, No. 2. Hal 147-154.
- Amalliah, N., dkk. (2024). Faktor risiko kejadian diabetes mellitus tipe 2 pada pasien rawat jalan di RSUD Kabupaten Buton tahun 2023. *Koloni*, 3(2), 1–10.
- American Diabetes Association. (2022). *Classification and diagnosis of diabetes: Standards of Medical Care in Diabetes—2022*. *Diabetes Care*, 45(Suppl. 1), S17–S38.
- American Diabetes Association. (2024). *Diagnosis and Classification of Diabetes: Standards of Care in Diabetes—2024*. *Diabetes Care*, 47(Suppl. 1), S20–S42.
- Andriani, D., et al. (2023). The effect of progressive muscle relaxation on blood glucose levels in patients with diabetes mellitus: A literature review. *Journal of Applied Nursing and Health*, 5(2), 145–154.
- Annisa, A., Syafriananda V., & Fentiana N. (2024). Manajemen Hiperglikemia pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II diRumah Sakit TK II Putri Hijau Medan. *Jurnal Riset Ilmiah*.
- Arunraj, M., Vijay, V., Kumpatla, S., & Viswanathan, V. (2025). *The effect of progressive muscle relaxation therapy on diabetes distress & anxiety among*

people with type 2 diabetes. January, 72–80. <https://doi.org/10.25259/IJMR>

Aryani, R., dkk. (2025). *Bookchapter Diabetes Mellitus*. PT Nuansa Fajar Cemerlang.

Badan Pusat Statistik. 2023. *Profil Statistik Kesehatan 2023*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.

Cahyanti, L., dkk. 2024. Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Profesi Keperawatan*. Vol. 11, No. 2

Dewi, N. W. S. S., Kusumayanti, G. A. D., & Juniarsana, I. W. (2023). *Studi literatur hubungan tingkat pengetahuan diet diabetes dan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2*. Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science, 12(4).

Dinas kesehatan Provinsi Sumatera Barat. 2024. *Laporan Penyakit Tidak Menular Diabetes Mellitus Provinsi Sumatera Barat Tahun 2024*. Padang : Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat.

Ekaputri, M., dkk. (2024). *Proses Keperawatan: Konsep, Implementasi, dan Evaluasi*. Penerbit Tahta Media.

Elyta, T., & Piko, S. O. (2022). *Penatalaksanaan Senam Kaki Diabetik Terhadap Kadar Gula Pada Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Melitus*. 1(2), 127–132. <https://doi.org/10.55123/insologi.v1i2.250>

Fandinata, S. S., & Ernawati, I. (2020). *Terapi Diabetes Mellitus*. Graniti.

Farikhah, A., & Kholid, A. (2024). Pengelolaan manajemen kesehatan tidak efektif pada keluarga dewasa dengan Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 2(1), 59–64.

Febiana, A. S., dkk. 2024. Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif dalam Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu pada Penderita Diabetes di RSAU Jakarta. *Jurnal Manajemen Kesehatan dan Keperawatan (JMKK)*. Vol. 1, No. 2. Hal 72-77.

Friedman. (2010). Buku Ajar Keperawatan keluarga: Riset, Teori, dan Praktek Edisi ke-5. Jakarta : EGC.

Friedman. (2014). Buku ajar keperawatan keluarga riset, teori, & praktik. Jakarta : EGC

Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2022). *Friedman family nursing: Care of families and individuals across the life span* (8th ed.). Pearson.

Friska, D. (2025). *Buku Referensi Pencegahan dan Penanganan Diabetes Melitus*. Optimal Untuk Negeri.

Herien, Y., Cv, K. P., & Aksara, E. M. (2024). *Terapi Relaksasi untuk Mengatasi Berbagai Masalah Keperawatan*.

Husna, A. R., & Mumtaz, D. F. (2025). *Diabetes Self-Management Education (DSME): Strategi meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe II*.

Nuansa Fajar Cemerlang.

International Diabetes Federation. (2024). *IDF Diabetes Atlas 2024*.

Juniarti, N., Nurbaiti, N., & Surahmat, R. (2021). Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Dr. H. Ibnu Sutowo Baturaja. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 87–94.

Kemenkes. (2020). *Tetap Produktif, Cegah dan Atasi Diabetes Mellitus*. In Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI. (2022). *Diabetes Mellitus Tipe 2*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Standar Akreditasi Puskesmas Tahun 2023: Pengendalian Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risikonya*. Jakarta: Kemenkes RI

Kemenkes. (2024). *Diabetes Mellitus Tipe 2*. Ayo Sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Khair, S. M., et. al. (2024). *Efficacy of Progressive Muscle Relaxation in Adults for Stress , Anxiety , and Depression : A Systematic Review*. February

Kozier, B., Erb, G., Berman, A., Snyder, S. J., Frandsen, G., Buck, M., Ferguson, L., & Yiu, L. (2021). *Kozier & Erb's fundamentals of nursing: Concepts, process and practice (11th ed.)*. Pearson.

Lenggogeni, D. P., Gusty, R. P., & Erwanto, R. (2023). Pengaruh progressive muscle relaxation terhadap kadar glukosa darah dan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe 2. *REAL in Nursing Journal*, 6(3), 215–223.

Manjula, S., Kumar, R., Sharma, P., & Singh, V. (2025). Effect of Jacobson's progressive muscle relaxation on glycemic control, diabetes distress, and hemodynamic parameters among patients with type 2 diabetes mellitus. *Indian Journal of Medical Research*, 161(2), 145–153.

Mardiyah, A., dkk. (2025). Mekanisme neuroendokrin terapi relaksasi terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 28(1), 45–54.

Marlena, F., Rusiandy, R., & Riandyva, D. (2020). Pengaruh progressive muscle relaxation terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 95–102.

Marlina dkk. (2025). *Buku Panduan Self-Management Pasien Diabetes Mellitus*. Dunia Penerbitan Buku.

Melnyk, B. M., & Fineout-Overholt, E. (2019). *Evidence-based practice in nursing & healthcare: A guide to best practice* (4th ed.). Wolters Kluwer

Mirratin, D. D., & Kurniawan, H. (2024). The effect of progressive muscle relaxation on stress levels and sleep quality in diabetes mellitus sufferers. 71–77.

Nabila, S., Sukartini, T., & Khamida, K. (2024). Efektivitas kombinasi progressive muscle relaxation dan teknik relaksasi terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 156–165.

Novitasari, A., dkk. 2025. Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Profesi Keperawatan*. Vol. 12, No. 2

Nurani, R. D., & Fitriyanti. (2023). Progressive muscle relaxation (PMR) untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2: Literature review. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 5(2), 67–74.

PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan DM Tipe 2 di Indonesia*.

Pramono, A., Handayani, D., & Kusuma, R. (2024). The effect of progressive muscle relaxation on blood glucose levels among patients with diabetes mellitus. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(2), 1025–1032

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental keperawatan* (7th ed., Vol. 1). Jakarta : Salemba Medika.

Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. M. (2023). *Fundamentals of Nursing* (11th ed.). St. Louis, MO: Elsevier.

PPNI SDKI. (2016). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia : definisi dan indikator diagnostik edisi 1*. Jakarta : DPP PPNI.

PPNI SIKI. (2018). Standar intervensi keperawatan Indonesia : definisi dan tindakan keperawatan edisi 1. DPP : PPNI.

PPNI SLKI. (2018). Standar luaran keperawatan Indonesia : definisi dan kriteria hasil edisi 1. DPP : PPNI

Puskesmas Ulak Karang. (2023). *Laporan Lokakarya Mini Puskesmas Ulak Karang Tahun 2023*. Padang: Puskesmas Ulak Karang.

Putri, P., Janah, N., & Prajayanti, E. D. (2023). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Dusun Jengglong Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. Vol. 1, No. 4. Hal 78–89.

Sakinah, S., Tahir, M., Juniarti, A., & Jasmin, M. (2024). Edukasi pencegahan komplikasi neuropati diabetik berbasis digital. *Malahayati Helath Student Journal*.

Salsabila, C. F., dkk. 2024. Asuhan Keperawatan Keluarga pada Penderita Diabetes Mellitus. *Indonesian Journal of Health Science*. Vol. 4, No. 5

Sani, F. N., Rayasari, F., Anggraini, D., Agung, R. N., & Wahyuningsih, R. D. (2025). The effect of progressive muscle relaxation on blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 7(5), 1025–1034.

Sari, M., Indriati, M. R., & Septiawan, D. (2023). *The effect of progressive muscle relaxation (PMR) therapy on the anxiety levels of type 2 diabetes mellitus patients at Universitas Sebelas Maret Hospital*. 23(2023), 237–243.

Sari, P. I., dkk. 2025. *Terapi Non Farmakologis*. Perkumpulan Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.

Saputri, R. & Rifka. Z. (2025). *View Of Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus_ Tinjauan Studi Kasus.pdf*. TheJournal Health of Science.

Setiawati, E. M., & Nindya. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self-Management pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Sisthana*.

Sirait, dkk, C. V., 2025. Implementasi Teknik Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Indonesian Journal of Science*. Vol. 2, No. 1.

Sitanggang, P., dkk. (2025). Faktor risiko kejadian diabetes melitus tipe 2 pada pegawai pemerintah di Indonesia: Analisis data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023. *Jurnal Klinik Indonesia*, 3(1), 45–54.

Suci, T., & Ginting, J. B. (2023). Pengaruh faktor usia, indeks massa tubuh, dan kadar gula darah terhadap kejadian penyakit diabetes melitus tipe 2. *Jurnal*

Keperawatan Priority, 6(2), 12–19.

Supriyatini, A., dkk. (2023). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan*.

Survei Kesehatan Indonesia. 2023. Kementerian Kesehatan RI.

Syokumawena, D. Mediarti, & D. Agustin. (2024). Manajemen hiperglikemia pada pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah ketidakstabilan kadar glukosa darah. *Jurnal Aisyiyah Medika*.

Veranika, L., & Okti S. P. 2025. Penerapan Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ners*. Vol. 9, No. 2.

WHO. 2024. *Diabetes*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>

Wu, X., et al. (2024). *Barriers to self-management among older adults with type 2 diabetes mellitus: A systematic review*. *Sage Open Nursing*, 10, 1–12.

Zhu, et al. 2023. *Diabetic peripheral neuropathy: pathogenetic mechanisms and treatment*. *Frontiers in Endocrinology*, 14, 1265372