

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (2022) "Improving Care and Promoting Health in Populations: Standards of Medical Care in Diabetes—2022," *Diabetes Care*, 45(January), hal. S8–S16. Tersedia pada: <https://doi.org/10.2337/dc22-S001>.
- Anisah, Tanjung, A.I. dan Iting (2023) "Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Suka Makmur," *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(1), hal. 203–213. Tersedia pada: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i1.9194>.
- Astuti, W. *et al.* (2021) "Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah: A Literature Review," *Journal of Bionursing*, 3(1), hal. 72–84. Tersedia pada: <http://bionursing.fikes.unsoed.ac.id/bion/index.php/bionursing/article/view/100>.
- Atmanegara, S.P.W. *et al.* (2021) *Relaksasi Progresif Terhadap Perubahan Tekanan Darah dan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Cetakan Pe. Diedit oleh Tim Strada Press. Kediri: Strada Press.
- Cahyanti, L. *et al.* (2024) "Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Diabetes Melitus Tipe II," *Jurnal Profesi Keperawatan*, 11(2), hal. 110–117. Tersedia pada: <https://doi.org/10.54832/phj.v5i1sp.638>.
- Decroli, E. (2019) *Diabetes Melitus Tipe 2. Pertama*, Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Pertama. Diedit oleh A. Kam *et al.* Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Dewi, E.N.S., Suriadi dan Nurfianti, A. (2019) "Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Selatan," *Jurnal Proners*, 4(1), hal. 3–17. Tersedia pada: <http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/34277/75676> 582171.
- Fadhilah, N. *et al.* (2024) *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Falah, F. (2023) *Buku SAK DM*. Gorontalo: Research gate.
- Febriani, I. *et al.* (2024) "Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Masalah pada Keluarga dengan Diabetes Gangguan Kenyamanan," *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 24(1), hal. 266–270. Tersedia pada: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v24i1.4223>.
- Hanafi, M., Kriswoyo, P.G. dan Priyanto, S. (2022) "Gambaran Pengetahuan dan

- Sikap Pendamping Lansia Setelah Menerima Pelatihan tentang Perawatan Kesehatan Lanjut Usia,” *Jurnal Kesehatan*, 11(1), hal. 65–73. Tersedia pada: <https://doi.org/10.46815/jk.v11i1.71>.
- Hartono dan Ediyono, S. (2024) “Hubungan Tingkat Pendidikan, Lama Menderita Sakit dengan Tingkat Pengetahuan 5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Durian Kabupaten KBU Raya Kalimantan Barat,” *Journal of TSCSIKep*, 9(1), hal. 49–58.
- Jannah, M. *et al.* (2019) “Efektivitas antara Brisk Walk Exercise dan Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2,” *Jurnal Keperawatan Terapan*, 5(1), hal. 65–75.
- Jiwintarum, Y. *et al.* (2019) “Penurunan Kadar Gula Darah Antara Yang Melakukan Senam Jantung Sehat Dan Jalan Kaki,” *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), hal. 1–9. Tersedia pada: <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i1.192>.
- Karokaro, T.M. dan Riduan, M. (2019) “Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam,” *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 1(2), hal. 48–53. Tersedia pada: <https://doi.org/10.35451/jkf.v1i2.169>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) *Hasil Utama RISKESDAS 2018, Kementerian Kesehatan, Riset Kesehatan Dasar*. Tersedia pada: https://www.persi.or.id/images/2017/litbang/riskesdas_launching.pdf.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa*. HK.01.07/MENKES/603/2020. Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023a) *Berhaji dan Lansia, 07-06-2023*. Tersedia pada: <https://ayosehat.kemkes.go.id/berhaji-dan-lansia> (Diakses: 24 Januari 2025).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023b) “Indonesian Health Survey (Survei Kesehatan Indonesia) 2023,” *Ministry of Health*, hal. 1–68.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2024a) *Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023: Potret Indonesia Sehat, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan*. Tersedia pada: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2024b) *Mari Kenali Diabetes Melitus*. Tersedia pada: https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/3175/mari-kenali-diabetes-melitus#:~:text=Diabetes tipe 2 terjadi ketika,melihat peningkatan kadar glukosa darah. (Diakses: 18 Desember 2024).

- Kholifah, S.N. (2016) *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Kolegium Dokter Indonesia (2024) *DIABETES MELLITUS TIPE 2*. Jakarta.
- Lawolo, L.O., Lase, W.N. dan Harefa, E.M. (2023) “Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus,” *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 18(1), hal. 7–11. Tersedia pada: <https://doi.org/10.36911/pannmed.v18i1.1516>.
- Lestari, Zulkarnain dan Sijid, S.A. (2021) “Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan,” *UIN Alauddin Makassar*, 1(2), hal. 237–241. Tersedia pada: <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>.
- Mustafida, I. *et al.* (2023) “Penurunan Kelelahan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan Relaksasi Otot Progresif,” *Journal of telenursing (JOTING)*, 5(2), hal. 3044–3052.
- P2PTM Kemenkes RI (2023) *Mengenal Penyakit Tidak Menular*. Tersedia pada: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2501/mengenal-penyakit-tidak-menular (Diakses: 18 Desember 2024).
- Paramita, H.A.W., Imamah, I.N. dan Sugito (2024) “Penerapan Relaksasi Otot Progresif Dengan Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II,” *An-Najat : Jurnal Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 2(3), hal. 192–204.
- PERKENI (2021) *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021*. Cetak Pert. Diedit oleh Tim Penyusun Buku Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Jaka: PB PERKENI.
- Polopadang, V. dan Hidayah, N. (2019) *Proses Keperawatan Pendekatan Teori dan Praktik*. Cetakan pe. Diedit oleh Fitriani. Gowa: Yayasan Pemberdayaan Masyarakat Indonesia Cerdas.
- PPNI (2016) *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018a) *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018b) *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Putri, A.A. *et al.* (2024) “Review Article: Patofisiologi dan Terapi Farmakologi Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Geriatri,” *Sains Medisina*, 2(5), hal. 142–147.

- Putri, Y.D. *et al.* (2022) “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Diabetes Mellitus dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa,” *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses kajian Keperawatan)*, 1(1), hal. 42–50. Tersedia pada: <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakakeperawatan.v1i1.156>.
- Rosares, V.E. dan Boy, E. (2022) “Pemeriksaan Kadar Gula Darah untuk Screening Hiperglikemia dan Hipoglikemia,” *Jurnal Implementa Husada*, 3(2), hal. 65–71. Tersedia pada: <https://doi.org/10.30596/jih.v3i2.11906>.
- Sari, I.K. *et al.* (2022) *Relaksasi Otot Progresif untuk Menurunkan Kecemasan pada Post Partum Normal*.
- Sari, N.P. dan Harmanto, D. (2020) “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Glukosa Darah Dan Ankle Brachial Index Diabetes Melitus II,” *Journal of Nursing and Public Health*, 8(2), hal. 59–64. Tersedia pada: <https://doi.org/10.37676/jnph.v8i2.1187>.
- Simamora, F.A., Manurung, D.M. dan Ramadhini, D. (2021) “Pendidikan Kesehatan 4 Pilar Penatalaksanaan DM Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Manunggang Jae Kota Padangsidempuan,” *JUKESHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), hal. 7–11. Tersedia pada: <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v1i1.22>.
- Simanjuntak, I., Indriarini, M.Y. dan Arianto, A.B. (2023) “Terapi Relaksasi Otot Progresif dalam Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus: Literature Review,” 5(1), hal. 216–228.
- Siswandono (2016) *Stem Cell 2*. Terbitan P. Diedit oleh Siswandono. Surabaya: Airlangga University Press.
- Sopianti, D.S., Nengsi, A.S. dan Tri, Y. (2020) “Review, Gambaran Efek Samping Metformin pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II,” *Jurnal Ilmiah Farmacy*, 7(2), hal. 209–221.
- Sumakul, V. *et al.* (2022) “Edukasi Diabetes Melitus Dan Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Umat St. Antonius Padua Tataaran,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat MAPALUS*, 1(1), hal. 18–25. Tersedia pada: https://doi.org/10.56338/sambulu_gana.v2i2.3542.
- Widiasari, K.R., Wijaya, I.M.K. dan Suputra, P.A. (2021) “Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana,” *Ganesha Medicina Journal*, 1(2), hal. 114–120. Tersedia pada: <https://doi.org/10.23887/gm.v1i2.40006>.
- Widiyono *et al.* (2022) *Buku ajar Terapi Komplementer Keperawatan*. Cetakan Pe. Diedit oleh Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera. Kediri: Penerbit Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.
- Witriyani (2025) “Effectiveness of Progressive Muscle Relaxation in Reducing Insomnia Severity Among Older Adults,” *Informasi dan Promosi Kesehatan*, 4(1), hal. 35–46. Tersedia pada: <https://doi.org/10.58439/ipk.v4i1.368>.

World Health Organization (2023) *Noncommunicable diseases*. Tersedia pada:
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
(Diakses: 18 Desember 2024).