

**PENERAPAN *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
(*PMR*) TERHADAP KADAR GULA DARAH PUASA  
PENDERITA DIABETES MELLITUS DI  
KECAMATAN SUKARAMI PALEMBANG**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)**

Disusun Oleh :

Abna Prayoga Pramono, S. Kep  
2235031

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MISI CHARITAS  
PALEMBANG 2023**

**PENERAPAN *PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION*  
(*PMR*) TERHADAP KADAR GULA DARAH PUASA  
PENDERITA DIABETES MELLITUS DI  
KECAMATAN SUKARAMI PALEMBANG**



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)**

Diajukan kepada  
Universitas Katolik Musi Charitas  
untuk memenuhi salah satu persyaratan  
dalam menyelesaikan program Profesi Ners

Disusun Oleh :

Abna Prayoga Pramono, S. Kep  
2235031

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS  
PALEMBANG 2023**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN  
NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



**Tanda Persetujuan Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners**

Nama : Abna Prayoga Pramono  
ID : 2235031  
Judul : Penerapan Progresive Muscle Relaxation (Pmr) Terhadap Kadar  
Gula Darah Puasa Penderita Diabetes Mellitus Di Kecamatan  
Sukarami Palembang

Menyetujui untuk diujikan pada Ujian KIAN jenjang Profesi Ners  
Palembang Juni 2023

Pembimbing

**Ns. Sanny Frisca, M.Kep**

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners



**Ns. Bangun Dwi Hardika, S.Kep., M.K.M**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



**Tanda Pengesahan Karya Ilmiah Ners**

Nama : Abna Prayoga Pramono  
ID : 2235031  
Judul : Penerapan *Progressive Muscle Relaxation (PMR)* Terhadap Kadar Gula Darah Puasa Penderita Diabetes Mellitus Di Kecamatan Sukarami Palembang

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan  
Tim Penguji KIAN jenjang Profesi Ners  
Palembang, 27 Juni 2023 dan dinyatakan **LULUS**

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Ketua Dewan Penguji : Ns. Sanny Frisca, M.Kep

Anggota Penguji 1 : Ns. Vincencius Surani, M.Kep

Mengesahkan,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners

Ns. Bangun Dwi Hardika, S.Kep., M.K.M

## PERNYATAAN

### PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Abna Prayoga Pramono

NIM : 2235031

Judul KIAN : Penerapan *Progressive Muscle Relaxation (PMR)*  
Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada  
Penderita Diabetes Melitus

Menyatakan bahwa saya memberikan hak kepada Universitas Katolik Musi Charitas untuk mempublikasikan KIAN saya tanpa meminta izin dari saya selama nama saya tetap tercantum sebagai penulis.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa adanya unsur paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 05 Juli 2023

Pemberi Pernyataan



Abna Prayoga Pramono



## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Abna Prayoga Pramono

NIM : 2235031

Program Studi : Ilmu Keperawatan dan Ners

Judul : Penerapan *Progressive Muscle Relaxation (PMR)* Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang sudah saya buat ini merupakan karya sendiri dan besar keasliannya. Jika ternyata dikemudian hari penulisan-penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan dari orang lain maka saya menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Katolik Musi Charitas Palembang.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Penulis



Abna Prayoga Pramono