PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas Aisyiyah Surakarta

Disusun oleh :
DEVINTA LAILA ANINDIA
(202312006)

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2025/2026

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON DALAM MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH

PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

Pada Program Studi Diploma III Keperawatan

Universitas Aisyiyah Surakarta

Disusun oleh :

DEVINTA LAILA ANINDIA

(202312006)

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA

2025/2026

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI DESA SUMBERHARJO

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 05 juli 2026



Devinta Laila Anindia

202312006

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Devinta Laila Anindia
NIM : 202312006
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah
Judul : Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonekslusif *(Non Exclusive Royalty Free Right)* kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, menggalih media yang diformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta,05 juli 2026



Devinta Laila Anindia
202312006

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir dengan judul:

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang hasil Tugas Akhir Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas "Aisyiyah" Surakarta.

Surakarta, 02 Juli 2026

Pembimbing

Dewi Kartika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0617068001

Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Keperawatan

Irma Mustika Sari, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0625048703

PENGESAHAN PENGUJI

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI BENSON UNTUK MENURUNKAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Tugas akhir ini telah diujikan pada ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 2026 dan dinyatakan memenuhi syarat sah sebagai karya tulis ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 05 Juli 2026

Mengesahkan,

1. Annisa Andriyani M. PH
   NIDN. 0607117401 (.....)
2. Anjar Nurrohmah S.Kep., Ns., M.Kep
   NIDN. 0602128201 (.....)
3. Dewi Kartika Sari S.Kep., Ns., M.Kep
   NIDN. 0617068001 (.....)

Ketua Program Studi DIII Keperawatan

Irma Mustika Sari, S.Kep. Ns., M.Kep.
NIDN. 0625048703

KATA PENGANTAR

Bismillahirahmanirrohim

Dengan menyebut nama Allah SWT, syukur saya curahkan kepadaNya tiada henti. Berkat rahmat dan hidayahNya, saya mampu menyelesaikan KTI (Karya Tulis Ilmiah) yang berjudul "Penerapan Teknik Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2". Tuntasnya karya tulis ini juga berkat adanya dukungan dari orang-orang terdekat saya baik dengan bantuan langsung atau dengan bantuan motivasi serta masukan dan saran sehingga saya sebagai penulis dapat menyelesaikan KTI dengan baik. Dengan ini saya mengucapkan terimakasih untuk orang-orang yang telah bersedia membantu saya dalam menyelesaikan KTI ini, antara lain :

1. Dr. Dyah Rahmawati RBU, S.Kep. Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb, selaku Dekan Fakutas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Irma Mustika Sari S. Kep., Ns., M. Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan.
4. Ibu Dewi Kartika Sari S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan bagi penulis dalam menyelesaikan KTI ini.
5. Ibu Annisa Andriani M. PH selaku dosen penguji I yang telah memberikan pengarahan serta masukan bagi penulis.
6. Ibu Anjar Nurrohmah S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen penguji II yang telah memberikan pengarahan serta masukan bagi penulis.
7. Bapak Anta Jaya dan Almarhumah Ibu Dwi Wahyuni, kedua orang tua penulis yang penulis sangat sayangi dan tidak dipungkiri menjadi salah satu motivasi terbesar penulis.
8. Uti Pawestri, Om Andi, Bulek Fitri, Dek Silla, Dek Alvan, serta seluruh keluarga besar Alm. Bapak Mardjuki, terimakasih atas dukungan serta semangat dan doa yang tiada henti untuk penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan pendidikan ini.
9. Sahabat seperjuanganku Vicky, Pramudita, Ayu, dan Anggun terimakasih atas dukungan serta semangat bagi penulis.
10. Kedua responden yang telah bersedia menjadi responden penerapan.

11. Teman-teman seperjuangan Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2023 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan KTI ini masih banyak kekurangan dari penulis. Oleh keterbatasan kemampuan penulis, maka penulis memohon maaf dan mengharapkan saran, motivasi, serta dukungan dari pembaca demi perbaikan penulisan yang lebih baik lagi. Saya selaku penulis berharap semoga apa yang sudah penulis tuliskan serta terapkan dapat berguna dan memberikan manfaat bagi banyak pihak

Surakarta, 04 Juli 2026



(Devinta Laila Anindia)