

DAMPAK PROMOSI KESEHATAN BERBASIS VIDEO TERHADAP MANAJEMEN PERAWATAN DIRI PASIEN DM TIPE 2

Rima Tamara^{1*}, Nur Sefa Arief Hermawan², Nana Novariana³

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia^{1,2,3}

*Corresponding Author : rima.tamara05@gmail.com

ABSTRAK

Perawatan diri, sering disebut pengobatan mandiri, adalah pengelolaan kehidupan pribadi seseorang dalam hal meminum obat yang diresepkan sesuai jadwal dan mencegah perkembangan suatu kondisi. Mengenai langkah-langkah yang dapat dilakukan pasien untuk mempertahankan perawatan diri, salah satunya adalah dengan menonton video untuk mempelajari cara melakukan perawatan diri dengan tepat dan efektif. Tujuannya untuk mengetahui apakah perilaku pasien DM tipe 2 di Puskesmas Makarti Tama Gedung Aji Baru Tulang Bawang pada tahun 2023 dapat diubah dengan instruksi perawatan diri memanfaatkan video. Prosedur pretest dan posttest satu kelompok digunakan dalam penyelidikan. Sesuai dengan kriteria inklusi, pengambilan sampel purposif adalah metode pilihan, dan seluruhnya 92 responden memenuhi kriteria inklusi. Dalam analisisnya, pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value sebesar 0,05 (0,000 0,05) yang menunjukkan bahwa penggunaan video sebagai media pendidikan kesehatan memberikan dampak terhadap kemampuan pasien DM tipe 2 dalam merawat dirinya sendiri.

Kata kunci : diabetes melitus tipe 2, manajemen perawatan diri, promosi kesehatan

ABSTRACT

Self-care or self-care is the action or treatment of one's personal life in terms of taking regular medication and avoiding worsening of the disease. As for the actions that can be taken by patients in maintaining self-care, one of them is by using video as a medium in knowing how to take care of themselves properly and correctly. The aim is to find out whether self-care education using videos can change the behavior of type 2 DM patients at the Makarti Tama Health Center in the Aji Baru Tulang Bawang Building in 2023. The study used the one group pretest and posttest method. The sampling technique used a purposive sampling technique of 92 respondents according to the inclusion criteria. Analysis for hypothesis testing uses the Wilcoxon test. The results of the study using the Wilcoxon test showed a p value <0.05 (0.000 <0.05) meaning that there was an effect of health education with video as a medium on self-care of type 2 DM patients.

Keywords : health promotion, self-care management, type 2 diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes adalah salah satu dari empat penyakit tidak menular yang harus diwaspadai oleh para eksekutif internasional. Selama beberapa dekade terakhir, insiden dan prevalensi diabetes telah meningkat. (World Health Organization (WHO), 2022). Menurut Data Indonesia.id menyebutkan delapan berbagai belahan dunia dengan 140,9 juta penderita diabetes, Tiongkok akan menjadi negara dengan jumlah penderita terbanyak pada tahun 2021. Dengan 74,2 juta orang menderita diabetes, India berada di urutan kedua. Kemudian, ada 33 juta pengidap diabetes di Pakistan. Jumlah penderita diabetes di Amerika Serikat dan Brasil masing-masing sebanyak 32,2 juta jiwa dan 15,7 juta jiwa. Meksiko memiliki 14,1 juta penderita diabetes. Bangladesh memiliki 13,1 juta penduduk, sementara Indonesia memiliki persentase penderita diabetes tertinggi kelima di dunia. Menurut perkiraan International Diabetes Federation (IDF), 19,5 juta orang Indonesia berusia antara 20 dan 79 tahun akan mengalami kondisi tersebut pada tahun 2021.. Secara global, IDF memperkirakan ada 537 juta jiwa yang mengidap diabetes pada tahun lalu. Sementara, lebih dari 6,7 juta orang diperkirakan meninggal akibat penyakit

tersebut (IDF, 2021). Menurut data tahun 2018 (RISKESDAS) di Provinsi Lampung sebesar 0,8%. Dengan prevalensi diabetes melitus sebesar 0,9%, Bandar Lampung menduduki peringkat kelima dari 14 kabupaten/kota di Provinsi Lampung dalam jumlah kasus. Kota Metro (1,2%), Lampung Selatan (1,1%), Pesawaran (1,0%), dan Tulang Bawang berada pada urutan prevalensi diatas menempati urutan ke-4 sebagai daerah dengan prevalensi kasus diabetes mellitus sebesar 1,0 (Kemenkes, 2020). Berdasarkan urutan 10 PTM terbanyak di Puskesmas Makartitama Gedung Aji Baru Tulang Bawang diabetes mellitus menempati urutan ke 4 dimana pada tahun 2020 diketahui terdapat 114 kasus, pada tahun 2021 terjadi penurunan dengan jumlah kasus 135 namun pada tahun 2022 kasus diabetes melitus meningkat menjadi 168 kasus (Data Rekam Media Puskesmas Makarti Tama, 2023).

Meningkatnya kasus diabetes mellitus disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah gaya hidup, seperti asupan makanan berlebihan yang meningkatkan kadar glukosa darah (hiperglikemia) (Febry, 2013). Menurut penelitian Kurniawan dkk. (2020) tentang manajemen diri pasien diabetes melitus, manajemen diri pada populasi ini umumnya masih rendah. Tingkat pendidikan dan pemahaman pasien diabetes melitus merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi kepatuhannya dalam melakukan manajemen diri. Tingkat pendidikan dan pemahaman pasien diabetes melitus merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi kepatuhannya dalam melakukan manajemen diri.

Pemberian edukasi melalui promosi kesehatan *Self care management* diabetes mellitus dapat diberikan sebagai upaya dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan pada pasien diabetes mellitus tersebut diberikan dengan dua cara video salah satunya dengan menyampaikan pesan-pesan yang menggugah indra penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2018). Menurut penelitian Fernalia (2019), terdapat perbedaan rata-rata manajemen perawatan diri hipertensi setelah mendapat pembelajaran audiovisual, hal ini mendukung pendapat bahwa media ini efektif dalam mengkomunikasikan informasi.

Data studi pendahuluan di Puskesmas Makarti Tama, Gedung Aji Baru Tulang Bawang pada tanggal 25 Maret 2023 didapati bahwa pada Puskesmas tersebut ada PROLANIS dimana jumlah pesertanya dari 291 orang, hanya 60 orang yang mengikuti program tersebut. Penderita diabetes melitus kurang berpartisipasi karena: masih minimnya pengetahuan sehingga berakibat pada masih rendah. Berdasarkan keterangan petugas Puskesmas tersebut selama ini kegiatan promosi kesehatan hanya disampaikan secara lisan serta pembagian leaflet tentang diabetes mellitus, dan belum pernah menggunakan media vidio sebelumnya sehingga tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah perilaku pasien DM tipe 2 di Puskesmas Makarti Tama Gedung Aji Baru Tulang Bawang pada tahun 2023 dapat diubah dengan instruksi perawatan diri memanfaatkan video.

METODE

Penelitian ini menggunakan one group pretest-posttest design sebagai metodenya. Gedung Aji Baru Tulang Bawang Puskesmas Makarti Tama akan menjadi lokasi pelaksanaan penelitian pada bulan Juni 2023. Jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 yang berjumlah 92 orang menjadi seluruh populasi. teknik pengambilan sampel dengan suatu tujuan. Uji Wilcoxon digunakan sebagai uji analisis.

HASIL

Karakteristik Responden Dalam Analisis Univariat

Keterangan tabel 1 1 menunjukkan bahwa 92 responden mayoritas usia terbanyak pasien diabetes mellitus tipe 2 adalah rentang usia 45 – 55 tahun yaitu ada 38 orang (41,3%), mayoritas jenis kelamin perempuan yaitu ada 51 orang (55,4%), mayoritas berpendidikan SMP

ada 37 orang (40,2%), mayoritas responden bekerja sebagai wiraswasta / pedagang ada 31 orang (33,7%) dan berdasarkan lama menderita DM mayoritas > 5 tahun ada 54 orang(41,%).

Tabel 1. Karakteristik Responden Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Karakteristik	F	Presentase (%)
Umur		
<35 Th	2	2,2
36-45 Th	17	18,5
46-55 Th	38	41,3
56-65 Th	34	37,0
> 66 Th	1	1,1
Jumlah	92	100
JK		
Laki-Laki	41	44,6
Perempuan	51	55,4
Jumlah	92	100
Tamatan		
SD	12	13,0
SMP	37	40,2
SMA/Sederajat	31	33,7
PT	12	13,0
Jumlah	92	100
Pekerjaan		
IRT/ Tdk Bekerja	20	21,7
Buruh/Tani	27	25,0
Wiraswata/Dagang	31	33,7
Karyawan Swasta	11	12,0
PNS	4	4,3
Pensiunan	3	3,3
Jumlah	92	100
Lama Menderita DM		
< 5 Th	54	58,7
> 5 Th	38	41,3
Jumlah	92	100

Sebelum Diberikan Promosi Kesehatan Melalui Vidio

Tabel 2. Self-Care Management Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Sebelum Diberikan Promosi Kesehatan Melalui Vidio

Self Care Manajemen	F	Presentasi (%)
Buruk	56	60,9
Baik	36	39,1
Jumlah	92	100

Keterangan tabel 2 dari 92 responden sebelum diberikan promosi kesehatan melalui vidio mayoritas diketahui *Self care management* buruk ada 56 orang (60,9%).

Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Melalui Vidio

Keterangan tabel 3 dari 92 responden sesudah diberikan promosi kesehatan melalui vidio diketahui *Self care management* baik yaitu ada 60 orang (62,5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Self Care Management* Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Melalui Vidio

<i>Self Care Manajemen</i>	F	Presentasi (%)
Buruk	32	34,8
Baik	60	65,2
Jumlah	92	100

Analisis Bivariat**Pengaruh promosi sehat dengan video pada merawat diri pasien diabetes mellitus Tipe 2****Tabel 5. Pengaruh Promosi Sehat dengan Video pada Merawat Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2**

<i>Self care manajemen</i>	<i>Self care manajemen</i>			
	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Buruk	56	60,9	32	34,8
Baik	36	39,1	60	65,2
Jumlah	92	100	92	100

Uji wilcoxon pvalue (0.000) < α (0,05)

Berdasarkan tabel 5 tabulasi silang menunjukkan bahwa promosi kesehatan dengan video sebagian besar *Self care management* responden buruk yaitu sebesar 56 orang (60,9%), setelah Mayoritas responden atau 60 responden (65,2%) menjaga diri dengan baik setelah menerima iklan melalui video.

Angka signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah dibandingkan tingkat signifikan sebesar 0,05 atau 0,01 berdasarkan data di atas dan hasil uji statistik Wilcoxon. ($p < 0,05$), artinya ada promosi dengan video mempengaruhi pasien DM dalam merawat diri di puskesmas Makartitama gedung aji baru tulang bawang tahun 2023.

PEMBAHASAN**Karakteristik Responden**

Berdasarkan temuan penelitian, 38 peserta (41,3%) dari 92 responden yang menderita diabetes melitus tipe 2 berusia antara 45 dan 55 tahun. Faktor resiko diabetes menurut Tandra (2020) salah satunya adalah faktor usia. Usia meningkatkan risiko seseorang terkena diabetes, terutama pada individu berusia di atas 40 tahun. Penelitian Susilawati & Rahmawati (2021) menyebutkan bahwa usia mempengaruhi kejadian DM, Jika dibandingkan dengan mereka yang berusia di bawah 45 tahun, mereka yang berusia di atas 45 tahun memiliki peluang 9 kali lebih besar terkena diabetes tipe 2. Karena variabel degeneratif, seperti berkurangnya fungsi tubuh untuk memetabolisme glukosa, orang yang berusia di atas 45 tahun memiliki peluang lebih besar terkena diabetes melitus (DM) dan intoleransi glukosa. Namun kondisi ini juga dipengaruhi oleh durasi kelangsungan hidup pasien pada kondisi tersebut, bukan hanya usianya saja.

Mayoritas responden (51) adalah perempuan, yaitu 55,4% dari total. Karena kadar estrogen turun selama sindrom pramenstruasi pascamenopause, wanita lebih mungkin tertular DM. Hormon progesteron dan estrogen memiliki kekuatan untuk meningkatkan respons darah terhadap insulin. Karena berkurangnya kadar estrogen dan progesteron selama menopause, respon insulin menurun. Berat badan wanita yang seringkali tidak sehat merupakan faktor lain

yang dapat mempengaruhi sensitivitas respon insulin. Oleh karena itu, wanita lebih rentan terkena diabetes dibandingkan pria (Arania et al., 2021).

Pendidikan responden mayoritas SMP yaitu ada 37 orang (40,2%). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan dengan kontrol gula darah ada kaitan dimana orang yang pendidikannya tinggi cenderung melakukan kontrol gula darah dengan rutin, karena orang yang berpengetahuan luas dapat menjaga kesehatannya. Kasus diabetes melitus dan dislipidemia sangat dipengaruhi oleh pendidikan. Karena latar belakang pendidikan mereka, individu kesulitan memahami informasi yang disajikan selama proses sosialisasi oleh otoritas kesehatan. (Arania et al., 2021).

Pekerjaan responden mayoritas bekerja sebagai wiraswasta / pedagang ada 31 orang (33,7%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang mengalami diabetes mellitus tipe 2 mempunyai kerja sebagai pedagang. Orang dengan aktivitas yang banyak baik itu aktivitas dalam rumah ataupun diluar rumah. Menurut penelitian Arania et al. (2021) Pekerjaan yang hanya melibatkan sedikit aktivitas fisik dapat mengakibatkan pengeluaran energi tidak mencukupi, sehingga dapat menyebabkan penambahan berat badan dan risiko tinggi terkena diabetes melitus. Jenis pekerjaan yang Anda lakukan juga mempengaruhi risiko terkena diabetes melitus.

Berdasarkan lama menderita DM mayoritas > 5 tahun ada 54 orang (41,%). Durasi menderita 5 tahun menunjukkan bahwa responden baru saja mengalami DM, yang mungkin disebabkan oleh faktor keturunan atau pola makan. Ketidakmampuan melakukan pengobatan secara memadai dan hanya mengandalkan obat mengakibatkan kadar gula darah tidak terkontrol (Roifah, 2016). Pasien penyakit jangka panjang yang menerapkan gaya hidup baru dalam kehidupan sehari-hari akan lebih mampu beradaptasi dengan kondisinya dan menerima penyakit serta pengobatannya. (Ningrum et al., 2019).

Distribusi frekuensi *Self care management* sebelum diberikan promosi kesehatan melalui vidio.

Hasil penelitian diketahui dari 92 responden sebelum diberikan promosi kesehatan melalui vidio mayoritas diketahui *Self care management* buruk ada 56 orang (60,9%), hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan promosi kesehatan melalui vidio diketahui *Self care management* sebagian besar responden buruk. diketahui dari hasil kuesioner SDSCA (Summary Diabetes Self Care Activities) dimana terdapat responden kurang dalam melakukan latihan fisik atau olah raga dan responden kurang dalam melakukan perawatan kaki.

Menurut teori Asnaniar & Safruddin (2019) menyatakan bahwa Aspek manajemen perawatan diri meliputi terapi nutrisi/diet yang dilanjutkan dengan penerapan pola hidup sehat, seperti sering berolahraga atau beraktivitas fisik, dengan tujuan mengendalikan kadar glukosa darah guna mengurangi terjadinya komplikasi diabetes. diturunkan atau ditekan

Untuk meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus, manajemen perawatan mandiri berarti kadar gula darah akan terkendali dan komplikasi pada akhirnya dapat dihindari (Wahyunah et al., 2020). penatalaksanaan dan pencegahan masalah diabetes melitus. Tindakan yang dilakukan masyarakat dalam mengelola penyakit diabetes melitusnya disebut dengan manajemen perawatan diri yang lebih baik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila et al. (2021) hasil penelitian menunjukkan 31 responden (71,2%) menunjukkan bahwa tingkat manajemen perawatan diri sebelum menerima pendidikan audiovisual pada dasarnya rendah.

Hasil penelitian Putri (2018) hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan beberapa respon responden yang menunjukkan perilaku buruk, sebanyak 67 responden DM (49,6%) mempunyai kebiasaan perawatan diri yang buruk. Misalnya, 36,2% responden belum pernah merencanakan kebiasaan makan atau pola makannya pada minggu sebelumnya, sebanyak 35,5% belum pernah mengikuti sesi latihan khusus, dan sebanyak 70,3% belum pernah menggunakan lotion atau pelembap pada kaki. Kurangnya aktifitas fisik (olah raga) dan

pemahaman tentang perawatan kaki, hal ini disebabkan karena responden sibuk bekerja. seperti jalan cepat, lari, bersepeda santai, senam keseimbangan, dan berenang semuanya dapat membantu Anda mencapai detak jantung maksimal (Ardiani et al., 2021). Penderita diabetes melitus (DM) harus merawat kakinya secara khusus untuk mengurangi kemungkinan terjadinya tukak kaki. Memeriksa kondisi kaki setiap hari, mencucinya, dan memeriksa sepatu yang Anda kenakan merupakan faktor penting yang harus diperhatikan saat merawat kaki. (Safitri, 2016).

Distribusi frekuensi *Self care management* sesudah diberikan promosi kesehatan melalui vidio.

Hasil penelitian diketahui dari 92 responden sesudah diberikan promosi kesehatan melalui vidio diketahui *Self care management* baik yaitu ada 60 orang (62,5%). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan *Self care management* menjadi baik dimana responden sudah mengikuti sesi latihan khusus, serta responden sudah memeriksakan kaki dan melakukan perawatan kaki.

Menurut teori Hulu et al., (2020) menyatakan bahwa kelompok masyarakat dapat memilih hidup sehat, promosi kesehatan bertujuan untuk memberikan informasi kepada mereka mengenai permasalahan kesehatan. Kementerian Kesehatan RI (2018) mendefinisikan promosi kesehatan sebagai suatu proses yang melibatkan pemberdayaan masyarakat melalui inisiatif untuk mendidik, membujuk, dan membantu masyarakat untuk berperan aktif dalam mendukung perilaku dan perubahan lingkungan serta memelihara dan meningkatkan kesehatan menuju optimal. status kesehatan. Hidup Sehat merupakan revitalisasi dari pendidikan kesehatan, yang secara sederhana dapat diartikan sebagai kombinasi pendidikan kesehatan dengan kebijakan publik tentang kesehatan (Abdussamad et al., 2021).

Penelitian Salsabila et al. (2021) hasil penelitian menunjukkan tingkat Tiga puluh satu responden (71,2%) melaporkan memiliki tingkat manajemen perawatan diri yang buruk sebelum menerima pendidikan audiovisual. Terkait manajemen perawatan diri, mayoritas memiliki tingkat tinggi setelah mendapat pendidikan audiovisual, menurut 29 responden (67,4%).

Tingginya merawat diri sebagai hasil dari menerima pendidikan dan memiliki lebih banyak pengetahuan. Pendidikan mengubah perilaku dan dibantu dengan media yang tepat, khususnya video, menjadikan peserta lebih bersemangat dan pesan lebih mudah diterima dan dipahami.

Pengaruh promosi sehatan dengan video pada pasien diabetes mellitus Tipe 2 yang merawat diri

Hasil tabulasi silang diketahui bahwa *Self care management* sebelum diberikan promosi kesehatan responden buruk yaitu sebesar 56 orang (60,9%), setelah sesudah diberikan promosi kesehatan responden baik yaitu sebesar 60 responden (65,2%). Hal ini menunjukkan bahwa manajemen perawatan diri meningkat sebelum dan sesudah menerima promosi kesehatan berbasis video.

Kemampuan menampilkan gambar bergerak memberikan keunggulan tersendiri pada video dibandingkan media pembelajaran lainnya, serta memberikan keunikan yang tidak dimiliki media pembelajaran lainnya. Konsep cerita dikemas sebagai pokok bahasan dalam pembelajaran, informasi panjang lebar yang sulit disampaikan secara lisan dapat disajikan dalam bentuk film dan video yang mudah dipahami (Handayani & Marniati, 2018).

Berdasarkan informasi tersebut di atas dan hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh angka signifikan atau p value 0,05 atau 0,000 yang menunjukkan bahwa pada tahun 2023 di Puskesmas Makartitama Puskesmas Aji Baru Tulang Bawang terdapat dampak video kesehatan. pada kemampuan pasien untuk merawat dirinya sendiri. Berdasarkan penelitian Salsabila dkk tahun 2021 yang menggunakan desain one-group pre-test post-test dengan

jumlah responden 43 orang dan hasil uji Wilcoxon p value 0,001 (0,05), angka tersebut menunjukkan adanya peningkatan perawatan diri. manajemen oleh individu dengan diabetes mellitus setelah menggunakan instruksi audiovisual.

Sementara hasil penelitian Djamil dkk (2018) tentang It can be deduced that there is a relationship between education (knowledge) and the incidence of diabetic foot in type 2 diabetes mellitus patients at RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Lampung Province 2017 based on the pattern of diabetes mellitus treatment and the incidence of diabetic foot in patients with that condition. The statistical tests obtained p-value = 0.000, which means $p = 0.05$ (H_0 is rejected).

Digunakannya video pada pasien diabetes mellitus Tipe 2, menyebabkan merawat diri pasien menjadi baik, dikarenakan sebagian besar peserta antusias dan memperhatikan penyuluhan yang dilakukan oleh peneliti dimana pasien mendengar dengan seksama materi yang disampaikan dalam video tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil survei, 56 orang (60,9%) dari 92 responden yang diberikan film promosi hidup sehat memiliki pengetahuan tentang manajemen perawatan diri buruk. Berdasarkan hasil survei diketahui bahwa 60 orang (62%) dari 92 responden memahami perlunya manajemen perawatan diri saat menerima promosi kesehatan melalui video. Berdasarkan hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa nilai *p value* promosi perilaku terkait kesehatan terhadap *self-care* manajemen adalah sekitar 0,000 yang menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh terhadap mengunduh video penyerangan DM di Puskesmas Makartitama Gedung Aji Baru Tulang Bawang pada tahun 2023.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselesaikannya penelitian ini dan pembuatan laporan akhir ini, namun tidak dapat disebutkan namanya secara spesifik.

DAFTAR PUSTAKA

- Notoatmodjo(2017), S. Revisi Metodologi Penelitian Kesehatan. Cipta Rineka.
- Fernalia 2019. Efektivitas teknik edukasi audiovisual terhadap kemampuan pasien hipertensi dalam mengelola kondisinya. Silampari
- 2019; PERKENI. Pedoman Indonesia Penatalaksanaan dan Pencegahan Pradiabetes Tahun 2019. Airlangga University Press adalah penerbitnya.
- Abdussamad dan lain-lain (2002). Inovasi Dan Program Penerapan Dalam Promosi Kesehatan. Jurnalis sains dan media dari Indonesia.
- Alfatih, H., Ningrum, T.P., dan Siliapantur, H.O. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2. 114–126 dalam Jurnal Keperawatan BSI, 7(2).
- Arania dan lainnya (2021). Di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah terdapat hubungan antara usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan dengan prevalensi diabetes melitus. 146–153 dalam Jurnal Kedokteran Malahayati, 5(3). <https://doi.org/10.1007/s11587-023-00779-9>
- dkk., Djamil (2019). Pengobatan diabetes melitus dan terjadinya kaki diabetik pada penderita diabetes tipe 2. Juni 2018, Volume 6, Nomor 1. <http://jmm.ikestmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/97/84>
- Februari (2013). studi nutrisi untuk profesional medis. Rumah Penelitian.

- H.Tandra (2020). Tanpa Pengobatan, Diabetes Dapat Disembuhkan (hlm. 6–8). https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=HW4REAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=puncture+vena&ots=TMAIDQSyvI&sig=z44JANIHygG96Aa8Z_ct1xbxcJM
- Hulu dan lainnya (2020). Promosi kesehatan masyarakat. Landasan Kami Menulis.
- IDF. (2021). Atlas Diabetes IDF. Federasi Internasional untuk Diabetes. <https://idf.org/>
- LR Putri (2018). Menjelaskan pilihan perawatan mandiri yang tersedia bagi pasien diabetes melitus (DM) di wilayah kerja Puskesmas Srandol Semarang. Universitas Diponegoro Semarang.
- Salsabila dan lain-lain (2002). Dampak Edukasi Audiovisual terhadap Kemampuan Penderita Diabetes Mellitus dalam Mengelola Pelayanan Kesehatan Sendiri di Wilayah Kerja Puskesmas Pabelan Kabupaten Semarang. Prosiding Seminar Nasional, 4(Dm), 1262–1271. <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewFile/898/905>
- W. Asnaniar, Safruddin, dan lain-lain. Manajemen perawatan diri diabetes dan kualitas hidup pasien diabetes saling berhubungan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(4):295-298. <https://doi.org/10.33846/sf10410>
- W. Safitri (2016). Efikasi Diri Penderita Diabetes Melitus dalam Perawatan Diri Kaki di Wilayah Kerja Puskesmas Srandol Semarang. Universitas Diponegoro.
- Wahyunah, T. Hidayatin, dkk., 2020. Tinjauan Pustaka Tentang Self Care Management Sebagai Metode Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 8(2), 267–274. <https://doi.org/https://doi.org/10.36973/jkih.v8i2.270>