

THE ASSOCIATION NORMAL WEIGHT CENTRAL OBESITY HYPERTENSION IN ADULT – A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS

Yuanda Putri Rizki Ramadhani¹, Fahrani Husnun Nabila², Canneysha Lathiefa
Zahra³, Dini Ririn Andrias⁴

¹ Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

¹ yuanda.putri.rizki-2024@fkm.unair.ac.id,

²fahrani.husnun.nabila2024@fkm.unair.ac.id, ³canneysha.lathiefa.zahra-2025@fkm.unair.ac.id, ⁴diniandrias@fkm.unair.ac.id

ABSTRACT

The prevalence of diabetes was increasing worldwide. The International Diabetes Federation (IDF) estimates that 578 million people will suffer from diabetes in 2030 and 700 million people in 2045. Health education was an important aspect of diabetes management. Pocket book media was a type of information media that can disseminate various information, especially regarding broader material. This research was conducted to determine the effect of the type 2 diabetes mellitus healthy diet pocket book on the knowledge and compliance of type 2 diabetes outpatients in Arjasa Health Center, Jember Regency. This research was a quantitative experiment with a post-test only design and a sample of 50 respondents (total sampling) from two groups, namely the experimental group and the control group. Data processing was analyzed using the wilcoxon signed rank test because the data was not normally distributed. The study revealed that the pocket book had no statistically significant effect on the knowledge of outpatients with type 2 diabetes mellitus ($p = 0.053$). However, it demonstrated a significant effect on patient adherence ($p = 0.000$) at Arjasa Public Health Center, Jember Regency. The diabetes healthy diet pocketbook was effective in improving dietary adherence among patients, although it did not significantly enhance their knowledge. Developing more interactive educational media and conducting long-term adherence evaluations are recommended to increase the effectiveness of the intervention

Keywords: Pocket Book; Diabetes Melitus Type 2; Knowledge; Adherence; Nutrition Education

ABSTRAK

Prevalensi diabetes meningkat di seluruh dunia. International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan bahwa 578 juta orang akan menderita diabetes pada tahun 2030 dan 700 juta orang pada tahun 2045. Pendidikan kesehatan merupakan aspek penting dalam pengelolaan diabetes. Media buku saku merupakan salah satu jenis

media informasi yang dapat menyebarkan berbagai informasi terutama mengenai materi yang lebih luas.

Tujuan: diabetes melitus tipe 2 terhadap pengetahuan dan kepatuhan pasien rawat jalan diabetes tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. Penelitian ini merupakan eksperimen kuantitatif dengan design post-test only dan sampel sebanyak 50 responden (total sampling) dari dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengolahan data dianalisis menggunakan wilcoxon signed rank test karena data tidak berdistribusi normal. Ditemukan bahwa buku saku tidak berpengaruh terhadap pengetahuan pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 ($p=0,053$), namun terdapat pengaruh terhadap kepatuhan pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 ($p=0,000$) Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. Kesimpulan: Buku saku diet sehat diabetes melitus efektif meningkatkan kepatuhan diet pasien, meskipun tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan. Pengembangan media edukasi yang lebih interaktif serta evaluasi kepatuhan jangka panjang perlu dilakukan untuk meningkatkan efektivitas intervensi.

Kata Kunci: Buku Saku; Diabetes Melitus Tipe 2; Pengetahuan; Kepatuhan; Edukasi Gizi

A. Pendahuluan

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah, yaitu gula darah sesaat melebihi 200 mg/dL dan gula darah puasa melebihi 126 mg/dL (Petersmann et al., 2019). DM dibedakan menjadi empat kelompok menurut penyebabnya, yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, DM gestasional dan DM jenis lainnya (Kementerian Kesehatan RI., 2020). Sekitar 90% kasus diabetes melitus adalah diabetes tipe 2

(Pangestika et al., 2022).

Diabetes tipe 2 disebabkan oleh penurunan sekresi insulin dari pankreas sehingga menyebabkan peningkatan kadar gula darah (Kementerian Kesehatan RI., 2020).

Prevalensi diabetes secara global meningkat, dengan International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan 578 juta kasus pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045, yang menunjukkan adanya masalah kesehatan global yang signifikan (Kementerian

Kesehatan RI., 2020). Laporan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 8,5% (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, data menunjukkan bahwa Provinsi Jawa Timur menempati urutan ke-3 dengan angka kejadian diabetes sebesar 2,6%, dan prevalensi diabetes di Indonesia lebih tinggi di perkotaan sebesar 2,6% (Kemenkes RI, 2018). Data tersebut sejalan dengan data Dinas Kesehatan Jember selama 3 tahun terakhir mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2019, 2020, dan 2021. Pada tahun 2018 angka diabetes melitus di Kabupaten Jember 28.532 ,tahun 2019 sebesar 25.919, tahun 2020 sebesar 28.373, tahun 2021 sebesar 36.636, dan tahun 2022 sebesar 32.462 penderita. Angka Diabetes Melitus tertinggi pada Kabupaten Jember di tahun 2022 yaitu terdapat pada Kecamatan Arjasa sebesar 100,1% (Dinkes Jember, 2022).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada beberapa pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember menunjukkan bahwa beberapa pasien masih belum memahami secara jelas bagaimana cara menjaga kadar gula darah pada tingkat normal. Akibat dari hal tersebut, mengakibatkan pola makan yang tidak sesuai aturan. Sebanyak 70% pasien menyatakan tidak teratur (tidak disiplin), seperti terus mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula sehingga tidak bisa mengontrol kadar gula darah, terlalu banyak mengonsumsi jajanan tanpa memperhatikan berat badan, mengonsumsi makanan atau minuman yang seharusnya tidak dianjurkan. Pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 tidak mematuhi aturan diet sehat DM karena alasan seperti kemalasan dan kebosanan dengan menu. Hingga 30% pasien mengatakan bahwa mereka mematuhi diet yang

direkomendasikan oleh ahli gizi atau tenaga medis yang bertugas karena mereka merasa ingin menstabilkan kadar gula darahnya.

Manajemen diri yang buruk berkontribusi terhadap peningkatan populasi DM. Pengetahuan pasien tentang DM merupakan salah satu faktor yang sangat efektif dalam penerapan manajemen mandiri DM. Pengetahuan yang lebih tinggi juga diharapkan dapat meningkatkan perilaku manajemen diri yang baik. Cara pengendalian gula darah pada pasien diabetes dapat dipengaruhi oleh manajemen diri terhadap penyakitnya, terutama jika gaya hidup dan kebiasaan makannya tidak sehat. Penderita diabetes menghadapi risiko tinggi komplikasi seperti hipoglikemia, hiperglikemia, ketoasidosis, neuropati, retinopati, dan nefropati, yang dapat menyebabkan nekrosis luka, amputasi, kebutaan, dan gagal ginjal (Hidayah, 2019). Diabetes yang tidak diobati

dapat menyebabkan komplikasi pada pembuluh darah, mata, jantung, ginjal, dan saraf sehingga membahayakan nyawa manusia. Tanpa pengobatan, komplikasi ini dapat memperpendek umur seseorang, membatasi individu, dan menambah beban keuangan bagi pasien dan keluarganya. Akibatnya, kualitas hidup pasien dapat menurun (Ningrum et al., 2022). Perbaikan gaya hidup penderita, seperti melakukan diet sehat dan latihan fisik adalah bentuk dari pencegahan diabetes melitus (Cho et al., 2018).

Pada penelitian Hidayah (2019), Pasien diabetes harus melakukan manajemen diri, termasuk mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, memantau kadar gula darah, mematuhi pengobatan, dan menjaga perawatan diri, yang secara signifikan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien (Hidayah, 2019). Salah satu intervensi untuk menangani pasien diabetes

tipe 2 adalah dengan memberikan edukasi (Perkeni, 2015). Salah satu pendekatan untuk mengelola diabetes adalah kegiatan edukasi. Edukasi adalah penyebaran informasi kesehatan kepada kelompok atau individu untuk membantu memahami kesehatan lebih baik (Soelistijo, 2021). Pasien diabetes melitus dapat mengelola penyakitnya secara efektif dengan memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang kondisinya, yang dapat membantu pasien mengambil keputusan yang tepat (Lia, 2022). Mengikuti diet yang sehat adalah tantangan besar bagi penderita diabetes melitus untuk menghindari komplikasi. Beberapa orang tidak mempertimbangkan pola makannya dan sengaja menghentikannya karena percaya bahwa hal itu dapat diatasi dengan obat (Haryono et al., 2018).

Salah satu elemen penting dalam pengobatan diabetes melitus adalah pendidikan kesehatan. Penderita diabetes

harus mengetahui tentang penatalaksanaan diet yang harus dijalankan (Lia, 2022). Pendidikan kesehatan dapat dikomunikasikan secara efektif melalui berbagai platform media. Media yang efektif memungkinkan khalayak sasaran menyerap informasi dengan cepat (Rochani & Pamboaji, 2022). Penggunaan media bertujuan untuk menambah informasi yang ada dan mengambil informasi. Retensi informasi dari indra penglihatan 75 hingga 87%, pendengaran 13%, dan indera lainnya 12%. Semakin banyak informasi sensorik yang diterima, maka semakin mudah pula informasi tersebut diterima oleh sasaran pendidikan (Robles et al., 2022).

Pendidikan kesehatan seperti media cetak, elektronik, dan papan buletin adalah beberapa jenis media yang dapat digunakan untuk meningkatkan komunikasi (Notoatmodjo, 2007). Buku saku merupakan media cetak yang populer karena kekayaan,

kesederhanaan, kejelasan, dan kandungan informasinya, sehingga mudah dibawa-bawa dan mudah diakses untuk dibaca (Hidayah & Sopiandi, 2019). Selain itu, menurut penelitian Murtiyarini (2019), Media buku saku lebih efektif dibandingkan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan karena tampilannya yang menarik dan materi pelajaran yang menarik, secara tidak langsung meningkatkan pengetahuan melalui penyebaran materi yang lebih luas (Murtiyarini et al., 2019). Perbedaan buku saku pada penelitian ini dari penelitian sebelumnya adalah pada bagian halaman terakhir buku saku tersebut terdapat tabel kontrol diet sehat, gula darah sewaktu, konsumsi obat, dan HbA1c. Dengan adanya tabel kontrol diet tersebut pasien dapat mengetahui makanan yang dikonsumsi sehari-hari apa saja yang dapat meningkatkan kadar gula darah dan menjaga kadar gula darah agar tetap normal. Selain itu pasien rawat

jalan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Arjasa juga dapat mengontrol gula darah sewaktu.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh buku saku sebagai peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Arjasa Kabupaten Jember.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen menggunakan posttest only design dengan dua kelompok kontrol dan eksperimen. Dilakukan pada tanggal 2 Agustus 2023 di Arjasa, Kabupaten Jember, Indonesia. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan pertanyaan seputar diabetes tipe 2 dan diet sehat diabetes melitus tipe 2. Kuesioner telah divalidasi dan diverifikasi dengan hasil yang valid dan reliabel. Sampel berjumlah 50 responden, menggunakan simple random sampling tabel acak dengan 25 kelompok kontrol dan 25 kelompok eksperimen.

Kriteria inklusi pada penelitian ini meliputi pasien yang terdiagnosis diabetes tipe 2 dan termasuk pasien rawat jalan puskesmas Arjasa, pasien yang mendapat konsultasi ahli gizi, pasien rawat jalan yang rutin melakukan kontrol, dapat membaca, pasien yang bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar informed consent. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu pasien yang terdiagnosa penyakit diabetes melitus tipe 2 tetapi bukan pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 Puskesmas Arjasa, pasien rawat jalan yang tidak rutin melakukan kontrol, pasien yang tidak bersedia menjadi responden dan tidak menandatangani lembar informed consent.

Responden yang telah menandatangani lembar informed consent, responden kelompok kontrol mengisi kuesioner pengetahuan dan kepatuhan diet sehat diabetes melitus tipe 2. Sedangkan pada responden kelompok eksperimen sebelum mengisi kuesioner mendapat perlakuan edukasi buku saku diet sehat diabetes melitus tipe 2. Meskipun kelompok kontrol tidak

mendapat perlakuan edukasi buku saku, tetapi memiliki perlakuan yang setara dengan kelompok eksperimen. Pada kelompok kontrol mendapat perlakuan edukasi dari ahli gizi Puskesmas Arjasa. Perlakuan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dilakukan pada hari yang sama, tetapi pada ruangan yang berbeda. Kelemahan pengambilan data penelitian ini yaitu pada pengisian kuesioner kepatuhan kelompok eksperimen dilakukan pada waktu yang sama karena keterbatasan waktu penelitian. Dari hasil kuesioner pengetahuan dan kepatuhan diet sehat diabetes melitus tipe 2 kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dilakukan analisis data untuk mengetahui adanya pengaruh dari edukasi buku saku. Analisis data yang digunakan adalah wilcoxon signed rank test karena sebaran data normal setelah normalisasi tidak tercapai. Penelitian ini bersertifikat etik pada Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga dengan nomor etik 930/HRECC.FODM/VII/2023 yang telah disetujui pada tanggal 3 Agustus 2023.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dari penelitian yang dilakukan pada pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Arjasa diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Distribusi Frekuensi Karateristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karateristik Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa

Karateristik	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
Jenis Kelamin				
Perempuan	16	64	18	72
Laki-Laki	9	36	7	28
Usia				
36-45 tahun	2	8	4	16
46-55 tahun	5	20	14	56
56-65 tahun	18	72	7	28
Pendidikan Terakhir				
SD	7	28	15	60
SMP	4	16	1	4
SMA	12	48	9	36
Perguruan Tinggi	2	8	0	00
Pekerjaan				
Pegawai	1	4	0	00
Swasta	5	20	3	12

Pengusaha	0	00	2	8
Buruh	8	32	7	28
Petani	7	28	8	32
Tidak Bekerja	4	16	5	20
Gula Darah Sewaktu				
Normal (<140 mg/dl)	7	28	9	36
Tinggi (>140 mg/dl)	18	72	16	64
Penggunaan Obat (Jamaluddin, 2022)				
Insulin	2	8	2	8
Obat Oral (Acarbose)	17	68	19	76
Insulin & Obat	1	4	4	16
Tidak Keduanya	5	20	0	00

Tabel 1. menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen lebih banyak responden berjenis kelamin perempuan (64%) daripada laki-laki (36%). Hal ini juga terjadi pada kelompok kontrol, di mana responden perempuan (72%) dan laki-laki (28%). Menurut penelitian Astiyani (2017), perempuan sering mengalami DM akibat sindrom pramenstruasi dan pascamenopause, sehingga mudah terjadi penimbunan lemak akibat proses hormonal (Astiyani, 2017). Smeltzer dan Bare (2014) dalam Rif'at & Indriati (2023) menyatakan hormon

estrogen yang tidak stabil dapat mempengaruhi kadar glukosa darah sehingga dapat meningkatkan resistensi terhadap insulin (Rif'at et al., 2023) . Selain itu, perbedaan aktivitas dan gaya hidup antara laki-laki dan perempuan dapat berkontribusi terhadap peningkatan risiko diabetes (Rif'at et al., 2023). Faktor-faktor ini berkontribusi terhadap keseluruhan risiko diabetes pada wanita.

Karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok eksperimen mayoritas responden memiliki usia 56-65 tahun dengan presentase sebesar (72%) sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas responden memiliki usia 46-55 tahun dengan presentase sebesar (56%). Hasil penelitian ini sejalan dengan D'adamo (2008) dalam Komariah (2020) bahwa faktor risiko diabetes melitus muncul setelah usia 45 tahun. Orang pada usia setelah 45 tahun kurang aktif, berat badan bertambah, massa otot berkurang, dan akibat proses menua yang mengakibatkan penyusutan sel-sel β yang progresif. Selain itu, peningkatan kejadian diabetes seiring dengan bertambahnya usia, terutama pada usia >40 tahun

karena pada usia tersebut mulai terjadi peningkatan intoleransi glukosa. Dapat kita ketahui hasil penelitian ini mayoritas responden pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki usia setelah 45 tahun (Komariah & Rahayu, 2020).

Mayoritas responden penelitian kelompok eksperimen berpendidikan tamat SMA dengan presentase sebesar (48%) sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas responden berpendidikan tamat SD dengan presentase sebesar (60%). Hasil tersebut didukung oleh Rahma (2018) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berdampak signifikan terhadap risiko terkena diabetes tipe 2, dengan individu yang memiliki risiko tertinggi memiliki tingkat pendidikan sekolah menengah atas atau sederajat. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kejadian diabetes tipe 2, karena masyarakat yang berpendidikan tinggi umumnya mampu menjaga kadar gula darahnya tetap stabil dan lebih berhati-hati dalam menjaga kesehatannya (Yosmar et al., 2018).

Pekerjaan responden kelompok eksperimen mayoritas bekerja sebagai buruh dengan presentase sebesar (32%). Pada

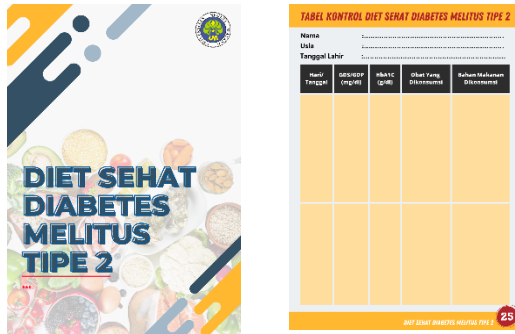
kelompok kontrol responden mayoritas bekerja sebagai petani dengan presentase sebesar (32%). Menurut American Diabetes Association (ADA) (2012), bekerja memiliki manfaat besar karena aktivitas fisik memungkinkan pengendalian kadar glukosa darah dan pencegahan komplikasi. Pekerjaan meningkatkan risiko diabetes melitus apabila pekerjaan yang melibatkan aktivitas fisik yang rendah menyebabkan tubuh membakar lebih sedikit energi, yang akhirnya menyebabkan obesitas sehingga menjadi salah satu faktor risiko diabetes melitus. (Resti Arania, 2019). Selain itu pada hasil gula darah sewaktu responden pada kelompok eksperimen dengan gula darah normal memiliki presentase sebesar (28%) dan gula darah tinggi memiliki presentase sebesar (72%). Pada hasil gula darah sewaktu responden kelompok kontrol dengan gula darah normal memiliki presentase sebesar (36%) dan gula darah tinggi memiliki presentase sebesar (64%).

Karakteristik responden penggunaan obat pada kelompok eksperimen yang menggunakan insulin sebanyak 2 responden (8%),

mengonsumsi obat oral sebanyak 17 responden (68%), menggunakan insulin dan obat oral sebanyak 1 responden (4%), dan tidak menggunakan keduanya sebanyak 5 responden (20%). Responden penggunaan obat pada kelompok kontrol dengan menggunakan insulin sebanyak 2 responden (8%), mengonsumsi obat oral sebanyak 19 responden (76%), menggunakan insulin dan obat oral sebanyak 4 responden (16%), dan tidak terdapat yang tidak menggunakan keduanya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jamaludin dkk. (2022) menunjukkan bahwa obat tunggal dan kombinasi efektif dalam mengobati diabetes dengan menurunkan kadar gula darah, namun obat oral ditemukan lebih efektif dibandingkan insulin atau obat kombinasi (insulin dan obat oral) (Jamaluddin et al., 2022).. Selain itu, penelitian Jamaludin dkk. (2022) berkata tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara menggunakan insulin atau obat dan menggunakan keduanya (Jamaluddin et al., 2022). Hal ini dapat disebabkan karena pengobatan secara farmakologi pada penderita diabetes melitus tidak bisa mencapai sasaran apabila tidak

diimbangi dengan pengaturan pola hidup.

2. Buku Saku Diet Sehat Diabetes Melitus Tipe 2



Gambar 1. Cover Buku Saku dan Tabel Kontrol Diet Sehat Diabetes Melitus Tipe 2

Media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 pada Puskesmas Arjasa adalah buku saku. Buku saku ini telah di uji validitas media dan validitas materi dengan hasil layak untuk digunakan sebagai media edukasi. Buku saku memuat materi mengenai penatalaksanaan diet yang harus dilakukan pada penderita diabetes melitus tipe 2 dan informasi sekilas penyakit diabetes melitus tipe 2. Perbedaan buku saku penelitian ini dengan penelitian lain adalah terdapat tabel kontrol diet sehat diabetes melitus tipe 2. Dalam tabel kontrol tersebut dapat membantu pasien untuk mengontrol gula darah sesaat atau puasa, Hb1AC, dan obat yang

dikonsumsi pasien. Sehingga, memudahkan pasien untuk mengetahui makanan atau minuman yang dikonsumsi sehari hari yang dapat meningkatkan dan menjaga kadar gula darah pasien.

3. Pengetahuan Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa

Tabel 2. Hasil Skor Pengetahuan Responden Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember

Variabel Pengetahuan	Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen		
	Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentase
Baik	8	32%	9	36%
Sedang	13	52%	10	40%
Kurang Baik	6	16%	4	24%

Tabel 2. Menunjukkan hasil pengetahuan pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 pada kelompok dengan pengetahuan kategori baik yaitu sebesar 32%, pengetahuan kategori sedang memiliki presentase sebesar 52%, dan pengetahuan dengan kategori kurang baik memiliki presentase sebesar 16%. Pada kelompok eksperimen responden memiliki hasil pengetahuan kategori

baik dengan presentase sebesar 36%, pengetahuan kategori sedang memiliki presentase sebesar 40%, dan pengetahuan dengan kategori kurang baik memiliki presentase sebesar 24%.

4. Kepatuhan Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa

Tabel 3. Hasil Skor Kepatuhan Responden Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember

Variabel	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
	Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentase
Patuh	17	68%	21	84%
Tidak Patuh	8	32%	4	16%

Tabel 3. Menunjukkan hasil kepatuhan pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 Puskesmas Arjasa pada responden kelompok eksperimen memiliki kepatuhan tidak patuh dalam menjalankan diet sehat diabetes melitus tipe 2 lebih sedikit dengan presentase sebesar 16% dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan presentase sebesar 32%. Pada hasil kepatuhan dengan

patuh menjalankan diet sehat diabetes melitus tipe2 mayoritas responden kelompok eksperimen lebih banyak dengan presentase sebesar 84% dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan presentase sebesar 68%.

5. Pengaruh Buku Saku Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa

Tabel 4. Hasil Perbedaan Responden Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember.

Variabel	Mean ± Std Deviasi		
	Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen	P
Pengetahuan	32.00 ± 4.873	33.60 ± 5.802	0.053
Kepatuhan	37.68 ± 0.988	38.56 ± 0.870	<0.001

Sumber : Data Olah (2023)

Tabel 4. menunjukkan hasil perbedaaan responden pada kelompok kontrol dan eksperimen pada buku saku diet sehat diabetes melitus tipe 2. Terdapat selisih antara dua variabel independent penelitian

yang pertama ada pengetahuan memiliki selisih 1.60 dengan standar deviasi 0.929. Sedangkan untuk nilai p value bernilai 0.053 lebih besar dari 0.05, hal tersebut menandakan tidak ada perbedaan pengetahuan pada kelompok kontrol dan eksperimen pada pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2.

Selanjutnya adalah perbedaan kepatuhan responden kelompok kontrol dan eksperimen buku saku diet sehat diabetes mellitus tipe 2. Terdapat selisih sebesar 0.088 dengan standar deviasi sebesar - 0.118. Kepatuhan memiliki nilai p value sebesar <0.001 menunjukkan signifikan secara statistik dengan uji Wilcoxon dengan α 5%. Pengaruh Buku Saku Diet Sehat Diabetes Melitus Tipe 2 Sebagai Media Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember

Hasil pengolahan data yang dilaksanakan oleh peneliti melalui uji Wilcoxon Test, penelitian mendapatkan nilai mean pengetahuan pada kelompok yang tidak mendapat perlakuan buku saku diet sehat diabetes melitus tipe 2 atau kelompok kontrol yaitu 32.00 dengan

standar deviasi sebesar 4.873. Kemudian setelah dilakukan eksperimen atau kelompok yang mendapat perlakuan buku saku diet sehat diabetes melitus tipe 2 hasil yang didapatkan adalah mean 33.60 dengan standar deviasi sebesar 5.802. Nilai p-value dari pengetahuan sendiri adalah 0.053 lebih besar 0.05 yang memiliki arti tidak ada perbedaan pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen buku saku diet diabetes melitus tipe 2. Meskipun hasil pengetahuan tidak signifikan tetapi pada nilai rata rata pengetahuan kelompok eksperimen dengan perlakuan buku saku lebih tinggi yaitu 33.60 dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan buku saku yaitu sebesar 32.00. Sedangkan rata-rata hasil kepatuhan pada kelompok eksperimen lebih tinggi yaitu 38.56 dibandingkan hasil rata-rata pada kelompok kontrol 37.68. Maka terdapat perubahan pengetahuan dan kepatuhan pada kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan dari pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan.

Perlu diketahui bahwa pengetahuan adalah pusat informasi yang bisa diketahui oleh banyak masyarakat dalam menjalani kehidupan sehari –

harinya (Mukhtar et al., 2021). Pasien diabetes melitus membaca buku saku diet akan mengetahui informasi hal – hal yang berkaitan dengan penyebab dan cara mengantisipasi penyakitnya (Masi & Mulyadi, 2017). Namun pengetahuan itu tidak akan berjalan dengan baik ketika pasien tidak patuh dan membiasakan diri untuk tertib. Maka, pasien diabetes melitus tipe 2 dalam penelitian ini dapat disimpulkan yaitu meskipun hasil uji pada pengetahuan mendapat hasil tidak signifikan tetapi pada rata-rata kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan buku saku dan mendapat konsultasi ahli gizi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan buku saku dan hanya mendapat konsultasi ahli gizi. Maka terdapat pengaruh dari buku saku untuk meningkatkan pengetahuan responden meskipun pada hasil uji nilai pengetahuan tidak signifikan. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yaitu dari tingkat pendidikan terakhir responden. Menurut Carter (2011) dalam Aprianti (2022) menyatakan bahwa dengan pendidikan yang lebih baik, seseorang akan lebih mudah mendapatkan informasi, sehingga

pengetahuannya akan meningkat (Aprianti et al., 2022).

Hasil selanjutnya dari kepatuhan mendapatkan mean dari pasien yang tidak mendapat perlakuan membaca buku saku diet sehat diabetes mellitus tipe 2 atau kelompok kontrol sebesar 37.68 dengan standar deviasi sebesar 0.988. Kemudian setelah dilakukan eksperimen mean menjadi 38.56 dengan standar deviasi sebesar 0.870. Dari data ini peneliti mendapatkan selisih sebesar 0.88 dan standar deviasi -0.188. Nilai p-value kepatuhan adalah <0.001 lebih besar dari 0.05, bisa dikatakan terdapat perbedaan ketika sebelum pasien membaca buku saku dan sesudah pasien membaca buku saku. Dengan demikian hasil peneliti menyimpulkan bahwa kepatuhan ini berpengaruh kepada perbedaan sebelum dan sesudah pasien membaca buku saku tersebut. Kepatuhan adalah tingkat pasien melaksanakan cara yang dianjurkan oleh buku saku untuk menjalani diet sehat (Yaqin et al., 2018). Seorang yang memiliki riwayat diabetes ini harus melakukan diet sehat agar mengontrol gula darah dan makanan yang dikonsumsi. Diet sehat yang

dilakukan pasien agar menjadi kebiasaan dengan mulai mematuhi apa yang dianjurkan dalam buku saku tersebut. Memang ketika pasien hanya mengetahui dan tidak melaksanakan dengan patuh maka tidak terlaksananya diet sehat menjadi pasien tidak terukur dalam menjaga pola makan, gula darah, dan kondisi yang tidak semakin baik.

Menurut Barth et.al (2009) Murtiyarini (2019) dalam edukasi hanya salah satu cara untuk meningkatkan kepatuhan. Peningkatan kepatuhan pun bukan murni disebabkan oleh edukasi saja, melainkan ada beberapa faktor lain diluar edukasi (Murtiyarini et al., 2019). Menurut Lawrence Green dalam Saragih (2020) ada tiga faktor utama yang mempengaruhi kepatuhan, yaitu : faktor pendorong (kepercayaan, sikap, dan pengetahuan), faktor pendukung (dukungan petugas kesehatan dan dukungan keluarga), faktor pemungkin (fasilitas yang mendukung kepatuhan seperti rumah sakit, posyandu dll) (Saragih & Sirait, 2020). Berdasarkan hasil penelitian ini yang dilakukan, responden kelompok kontrol mengaku masih mengkonsumsi makanan yang

bertentangan dengan diet yang dianjurkan oleh petugas kesehatan, karena mereka merasa bosan dengan diet yang dijalani, selain itu mereka juga bisa mengatasinya dengan obat yang di minum untuk menurunkan kadar glukosa darah mereka. Pada responden kelompok eksperimen sebagian besar telah patuh melakukan diet sehat diabetes melitus tipe 2 dan mengkonsumsi makanan yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. Seperti yang dikatakan oleh Pratita (2012) dalam Susanti (2018) mematuhi diet merupakan aspek yang paling penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus. Diet yang dijalani penderita diabetes melitus akan berlangsung selama seumur hidup sehingga kejenuhan bisa muncul kapan saja (Susanti & Nobel Bistara, 2018).

Afriyani (2020) berpendapat bahwa untuk menyampaikan informasi kepada masyarakat, diperlukan alat bantu yang dapat dipahami, salah satunya adalah media edukasi. Penelitian menunjukkan bahwa media pendidikan berfungsi sebagai alat yang berharga untuk menjelaskan aspek kompleks dari program pembelajaran yang sulit dijelaskan secara langsung. (Afriyani,

A., Suriadi, S., & Riggo, 2020). Dalam penelitiannya, Afriyani fokus pada pemilihan media edukasi yang tepat untuk pasien diabetes melitus tipe 2. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes tipe 2 merespons positif terhadap edukasi kesehatan yang disampaikan melalui media leaflet, baik dari segi tampilan maupun isi pesan. Selain itu, penelitian ini mengungkapkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pasien terkait kepatuhan dalam menjalani diet diabetes melitus setelah menerima edukasi kesehatan melalui media edukasi (Afriyani, A., Suriadi, S., & Riggo, 2020). Hal tersebut mengungkapkan bahwa media secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember, dengan perbedaan signifikan yang diamati antara kelompok eksperimen dan kontrol sebelum dan sesudah intervensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Habibah (2019) menyoroti pentingnya pendidikan kesehatan bagi pasien diabetes, mengungkapkan bahwa media audiovisual secara signifikan meningkatkan perilaku perawatan diri,

khususnya dalam kepatuhan diet, sehingga mendorong perubahan perilaku positif (Habibah, A.U 2019). Terkait dengan penelitian ini, penekanan diberikan pada kebutuhan masyarakat yang menderita diabetes melitus untuk mendapatkan motivasi dalam menjaga kesehatan mereka melalui media edukasi, salah satunya adalah buku saku mengenai diabetes melitus. Tanpa dukungan media ini, dapat muncul dampak negatif pada kesehatan pasien. Media edukasi juga berperan dalam meningkatkan pengetahuan yang dapat diterapkan oleh pasien, sehingga mendorong timbulnya rasa ketaatan dalam menjaga kesehatan mereka, terutama pada pasien diabetes melitus tipe 2. Adapun penelitian yang sama menggunakan buku saku adalah Utari (2020) beliau memang tidak membahas mengenai diabetes mellitus namun media yang digunakan adalah buku saku.(Utarai, 2020). Beliau mendapatkan hasil bahwa buku saku ini memberikan pengembangan konsep kepada respondennya dalam memahami matematika. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti berfokus kepada buku saku untuk melihat sejauh mana pengetahuan pasien

diabetes mellitus dan kepatuhannya setelah membaca. Memang memiliki kelemahan bisa dilakukan oleh pasien, atau sekedar pengetahuan namun tidak dilakukan. Pasien bisa patuh menjaga kesehatan mereka untuk menstabilkan gula darah ketika memiliki pengetahuan dan media pendukungnya.

Penelitian terbaru yang memiliki hasil serupa dengan penelitian ini adalah penelitian Eliana dan Sholikhah (2013) dan Bkti (2020) tentang pengembangan pedoman gizi masyarakat pada masa pandemi (Bkti et al., n.d.). Mereka menemukan adanya perbedaan tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan pelatihan melalui buku saku sebagai sarana pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pengetahuan responden sebelum dan sesudah pendidikan gizi melalui buku saku dan leaflet. Kedua kelompok memberikan respon yang baik terhadap informasi tersebut, hal ini menunjukkan bahwa media pembelajaran dapat menciptakan lingkungan yang mempengaruhi sikap, pengetahuan, atau pemahaman peserta didik (Bkti et al., n.d.).

Buku saku diet sehat diabetes melitus tipe 2 dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien juga dapat mengontrol pola makan yang dikonsumsi sehari-hari, gula darah sewaktu, dan HbA1C pasien. Hal tersebut dikarenakan terdapat tabel kontrol diet sehat diabetes melitus tipe 2 yang berisi kolom kontrol pola makan, gula darah sewaktu, konsumsi obat, dan HB1AC pada buku saku diet sehat diabetes melitus tpe 2. Dengan adanya tabel kontrol diet sehat tersebut pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Arjasa dapat mengetahui bahan makanan apa saja yang telah dikonsumsi mereka yang dapat meningkatkan kadar gula darah dan dapat menstabilkan kadar gula darah pasien. Sehingga kadar gula darah pasien dapat terkontrol dan mengurangi kejadian komplikasi pada penyakit diabetes melitus tipe 2.

Penelitian ini memiliki kelebihan dalam penggunaan media buku saku sebagai metode edukasi yang praktis dan menarik untuk meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan pasien diabetes mellitus tipe 2 terhadap diet sehat. Media ini memberikan kemudahan akses informasi dengan tambahan tabel kontrol diet yang

memungkinkan pasien memantau pola makan, gula darah, dan konsumsi obat secara mandiri. Namun, kelemahan penelitian terletak pada jumlah sampel yang terbatas dan kurang bervariasi, serta pengambilan data kepatuhan yang dilakukan pada waktu bersamaan, yang dapat memengaruhi akurasi hasil. Selain itu, meskipun terdapat peningkatan kepatuhan, hasil pengujian menunjukkan bahwa pengaruh buku saku terhadap pengetahuan pasien tidak signifikan, yang dapat disebabkan oleh faktor eksternal seperti tingkat pendidikan atau motivasi pasien.

D. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa tidak terdapat pengaruh buku saku diet sehat diabetes melitus terhadap pengetahuan, tetapi terdapat peningkatan hasil skor pengetahuan pada kelompok eksperimen dari pada hasil skor pada kelompok kontrol. Terdapat pengaruh buku saku diet sehat diabetes melitus terhadap kepatuhan pasien diabetes melitus tipe 2. Kelemahan dari penelitian ini adalah jumlah sampel yang tidak bervariasi dan pengambilan data

variabel kepatuhan pada waktu yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, A., Suriadi, S., & Riggo, A. (2020). Media edukasi yang tepat pada pasien diabetes melitus tipe 2 terhadap kepatuhan diet: literature review. *ProNers*, 5. 1(2004), 2234–2239.
<https://doi.org/10.16285/j.rsm.2007.10.006>
- Aprianti, R., Juniatiningsih, I. T., Suryani, S., Khairani, N., & Wulan, S. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Covid-19. *Jurnal Sains Kesehatan*, 28(3), 31–38.
<https://doi.org/10.37638/jsk.28.3.31-38>
- Astiyani, A. (2017). Pengaruh Home Pharmacy Care terhadap Tingkat Kepatuhan dan Outcome Terapi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Banguntapan 2 Bantul. *July*, 1–23.
- Bekti, S., Aris, T. M., Anjar, A., Kartika, N., & Noti, M. B. (n.d.). Pengembangan Buku Saku Gizi Masyarakat di Masa Pandemi. 404–412.
- Cho, N. H., Shaw, J. E., Karuranga, S., Huang, Y., Rocha, J. D., Ohlrogge, A. W., & Malanda, B. (2018). IDF Diabetes Atlas: Global estimates of diabetes prevalence for 2017 and projections for 2045. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 138, 271–281.
<https://doi.org/10.1016/j.diabres.2018.02.023>

- Haryono, S., Suryati, E. S., & Maryam, R. S. (2018). Pendidikan Kesehatan Tentang Diet Terhadap Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(2), 91. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i2.3308>
- Hidayah, M. (2019). Hubungan Perilaku Self-Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 176. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.176-182>
- Hidayah, M., & Sopiandi, S. (2019). Efektifitas Penggunaan Media Edukasi Buku Saku Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 1(2), 66. <https://doi.org/10.30602/pnj.v1i2.290>
- Jamaluddin, G., Zulmansyah, & Nalapraya, W. Y. (2022). Perbandingan Efektivitas Insulin, Obat Antidiabetik Oral dan Kombinasi terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Rawat Jalan dengan DM Tipe 2 RSUD Al-Ihsan. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(1), 511–516. <https://proceedings.unisba.ac.id/index.php/BCSMS/article/view/1027>
- Jember, Di. K. (2020). Profil Kesehatan Jember 2020. Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. In Kementrian Kesehatan RI (Vol. 53, Issue 9).
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020. In Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (pp. 1–10).
- Komariah, K., & Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, Dm*, 41–50. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.412>
- Lia, S. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tamiang Hulu. *Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(8.5.2017), 2003–2005. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Masi, G., & Mulyadi. (2017). Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado. *E-JournalKeperawatan (e-Kp)*, 5(1), 16.
- Mukhtar, D., Qomariyah, Q., Fitriani, H. L., & Ridwan, K. A. (2021). Edukasi Deteksi Awal Penyakit Jantung Koroner Dengan Who/Ish Prediction Charts Pada Kader Kecamatan Cempaka Baru, Jakarta Pusat. *Info Abdi Cendekia*, 4(2), 29. <https://doi.org/10.33476/iac.v4i2.58>
- Murtiyarini, I., Nurti, T., & Sari, L. A. (2019). Efektivitas Media Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pendewasaan Usia Perkawinan Di Sma N 9 Kota Jambi. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science*

- Community, 1(2), 71–78.
<https://doi.org/10.35971/gojhes.v1i2.2734>
- Ningrum, T. P., Fatih, H. Al, & Handayani, H. (2022). Gambaran Kepatuhan Diabetes Self Management Pada Penderita Dm Tipe Ii Pada Puskesmas Babakan Sari. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(1), 163–167.
- Pangestika, H., Ekawati, D., & Murni, N. S. (2022). Dm Tipe 2 2022 Etiologi. 7, 132–150.
- Perkeni. (2015). Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe II di Indonesia. Jakarta : PB.PERKENI. In Perkeni.
- Petersmann, A., Müller-Wieland, D., Müller, U. A., Landgraf, R., Nauck, M., Freckmann, G., Heinemann, L., & Schleicher, E. (2019). Definition, Classification and Diagnosis of Diabetes Mellitus. *Experimental and Clinical Endocrinology and Diabetes*, 127, S1–S7. <https://doi.org/10.1055/a-1018-9078>
- Resti Arania, Tusy Triwahyuni, Toni Prasetya, S. D., & Cahyani. (2019). HUBUNGAN ANTARA PEKERJAAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN DIABETES MELLITUS DI KLINIK MARDI WALUYO KABUPATEN LAMPUNG TENGAH. 5(September), 9–25.
- Rif'at, I. D., N, Y. H., & Indriati, G. (2023). Gambaran Komplikasi Diabetes Mellitus Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 11(1), 1–18.
- Robles, A. G., Palamà, Z., Nesti, M., Tunzi, R. M., Delise, P., Cavarretta, E., Penco, M., Romano, S., & Sciarra, L. (2022). Sport Related Sudden Death: The Importance of Primary and Secondary Prevention. *Journal of Clinical Medicine*, 11(16). <https://doi.org/10.3390/jcm11164683>
- Rochani, S., & Pamboaji, G. (2022). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Flipchart Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pasien Dalam Melaksanakan Program Diet pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 89. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.411>
- Saragih, F. L., & Sirait, H. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Minum Obat Anti Tuberkulosis Pada Pasien Tb Paru Di Puskesmas Teladan Medan Tahun 2019. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 5(1), 9–15. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i1.131>
- Soelistijo, S. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Global Initiative for Asthma, 46. www.ginasthma.org.
- Susanti, & Nobel Bistara, D. (2018). The Relationship between Diet and Blood Sugar Levels in Patients with Diabetes Mellitus. 3(1), 29–34. <http://journal.ugm.ac.id/jkesvo>
- Uturai, I. D. (2020). Pengembangan Buku Saku Digital Berbasis Science technology, Engineering, and Mathematics (STEM) Terhadap Kemampuan Pemahaman Konsep Matematis Peserta Didik. *Bussiness Law Binus*, 7(2), 33–48. <http://repository.radenintan.ac.id/11375/1/PERPUSPUSAT.pdf%0Ahttp://business-law.binus.ac.id/2015/10/08/pariwisata>
-

syariah/%0Ahttps://www.ptonline.com
/articles/how-to-get-better-mfi-
results%0Ahttps://journal.uir.ac.id/ind
ex.php/kiat/article/view/8839

Yaqin, A., Niken, S., Dharmana, E.,
Magister, M., Fakultas, K.,
Diponegoro, U., Pengajar, S.,
Keperawatan, D., Kedokteran, F.,
Diponegoro, U., Pengajar, S.,
Kedokteran, F., & Diponegoro, U.
(2018). Efek Self Efficacy Training
Terhadap Self Efficacy Dan. Jurnal
Ilmu Kesehatan, 1(1), 1–10.
[http://ojshafshawaty.ac.id/index.php/ji
kes/article/view/45/12](http://ojshafshawaty.ac.id/index.php/jikes/article/view/45/12)

Yosmar, R., Almasdy, D., & Rahma, F.
(2018). Jurnal Sains Farmasi Dan
Klinis. Survei Risiko Penyakit
Diabetes Melitus Terhadap Kesehatan
Masyarakat Kota Padang, 5(Agustus
2018), 134–141.