

Pendidikan Kesehatan dalam Pencegahan dan Penangan Diabetes Mellitus Melalui Penerapan Pola Hidup Sehat di Ruang Tulip RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen

Health Education in the Prevention and Management of Diabetes Mellitus Through the Implementation of a Healthy Lifestyle in the Tulip Room of Dr. Soehadi Prijonegoro Regional Hospital, Sragen

Yully Kurniawati¹, Salsabilla Az Zahra^{2*}, Tyas Damastuti³, Ida Nur Imamah⁴

¹⁻⁴Program Studi S1 Keperawatan NERS, Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

*Penulis Korespondensi: salsabillaaz30@gmail.com

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 05 November, 2025;

Revisi: 21 November, 2025;

Diterima: 15 Desember, 2025;

Terbit: 31 Desember, 2025

Keywords: Diabetes Mellitus;
Disease; Healthy Lifestyle;
Management; Prevention.

Abstract: Background: One of the factors that can trigger diabetes mellitus is a diet high in carbohydrates. Therefore, it is important to educate the community to adopt a healthy lifestyle in order to prevent various diseases, particularly diabetes mellitus. Objective: The objective of this health education activity on the prevention and management of diabetes mellitus through the implementation of a healthy lifestyle is to improve the knowledge of families of diabetes mellitus patients regarding prevention and management by applying healthy lifestyle practices. Methods: The activity was carried out for patients and their families using demonstration and discussion methods supported by leaflet media. Results: The counseling activity successfully increased respondents' knowledge about the importance of preventing and managing diabetes mellitus through the implementation of a healthy lifestyle. Conclusion: Of the four respondents who attended the health education session on the prevention and management of diabetes mellitus through healthy lifestyle implementation, all participants demonstrated an understanding of the importance of adopting a healthy lifestyle for preventing and managing diabetes mellitus.

Abstrak

Latar Belakang: Salah satu faktor yang bisa menjadi pemicu diabetes mellitus adalah pola makan yang mengandung karbohidrat tinggi. Maka dari itu perlu ditanamkan kepada masyarakat untuk dapat memanfaatkan hidup dengan baik dengan cara menerapkan pola hidup sehat agar terhindar dari berbagai penyakit, khususnya penyakit diabetes mellitus. Tujuan: Tujuan edukasi kesehatan pencegahan dan penanganan pasien diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat adalah untuk meningkatkan pengetahuan keluarga pasien diabetes mellitus dalam pencegahan dan penanganan dengan penerapan pola hidup sehat. Metode: Metode pelaksanaan kegiatan kepada pasien dan juga keluarga pasien dengan menggunakan metode demonstrasi dan diskusi menggunakan media leaflet. Hasil: Hasil kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan responden mengenai pentingnya pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat. Kesimpulan: Dari 4 responden yang hadir pada penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat ini seluruh responden telah memahami pentingnya penerapan pola hidup sehat bagi pencegahan dan penanganan diabetes mellitus.

Kata kunci: Diabetes Mellitus; Penanganan; Pencegahan; Penyakit; Pola Hidup Sehat.

1. LATAR BELAKANG

Diabetes Melitus atau DM diartikan sebagai suatu penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolisme kronis. Penyakit ini ditandai dengan tingginya kadar glukosa darah disertai gangguan metabolisme tubuh sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin atau insulin tidak dapat diproduksi dengan baik. Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit degeneratif yang dapat diturunkan secara genetik dan dapat juga diderita akibat pola hidup yang tidak sehat. Kerusakan fungsi insulin dapat disebabkan oleh gangguan atau defisiensi produksi insulin kelenjar pankreas, atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin (World Health Organization [WHO], 2021).

Data mengenai kasus DM pada tahun 2021 di Indonesia menunjukkan angka 19,47 juta kasus dan Indonesia menempati urutan ke lima dunia. Menurut konsensus Pengelolaan Diabetes melitus di Indonesia, penyuluhan dan perencanaan makan merupakan pilar utama penatalaksanaan DM. Oleh karena itu perencanaan makan dan penyuluhannya kepada pasien DM haruslah mendapat perhatian yang besar (Sundari et al., 2025). Karena diabetes mellitus akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia dan biaya perawatan kesehatan akan meningkat tajam, maka diperlukan program pengendalian faktor untuk diabetes mellitus. Faktor risiko penyakit tidak menular termasuk diabetes dibagi menjadi dua wilayah. Yang pertama adalah faktor risiko yang tidak dapat diubah, seperti jenis kelamin, usia, dan faktor genetik, yang terakhir adalah faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti merokok, makan tidak sehat, malas berolahraga, dan lain-lain (Jais, 2023).

Melalui Program Kreativitas Mahasiswa (PKM), diharapkan dapat dikembangkan kegiatan berupa edukasi atau produk inovatif yang berfokus pada pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui pola hidup sehat. Program ini diharapkan mampu memberikan solusi praktis serta meningkatkan kualitas hidup pasien, terutama kelompok yang memiliki penyakit diabetes mellitus.

2. KAJIAN TEORITIS

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang terjadi ketika tubuh tidak dapat menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengontrol gula darah atau glukosa) karena gangguan pankreas, atau tubuh tidak dapat secara efisien memanfaatkan insulin yang diproduksi. Diabetes mellitus adalah masalah kesehatan penduduk yang serius, dan salah satu dari empat penyakit tidak menular yang perlu ditindak lanjuti (Akelba et al., 2023)

Diabetes melitus menggambarkan sekelompok penyakit metabolik, yang temuan umumnya adalah kadar glukosa darah yang meningkat, yang dikenal sebagai hiperglikemia. Hiperglikemia berat dapat menimbulkan gejala seperti poliuria, polidipsia, polifagia, penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan, kelelahan dan penurunan kinerja, gangguan penglihatan dan rentan terhadap infeksi ketoasidosis atau nonketoasidosis. Hiperglikemia kronis juga menyebabkan gangguan sekresi dan/atau kerja insulin serta dikaitkan dengan kerusakan jangka panjang dan gangguan fungsional berbagai jaringan dan organ (Suputra et al., 2021)

Manifestasi klinis dari penyandang diabetes melitus dapat dibagi menjadi dua yaitu gejala klinis klasik dan gejala umum. Gejala klasik dari diabetes melitus adalah 4P (Polidipsia, Polifagia, Poliuria, dan Penurunan berat badan yang penyebabnya tidak dapat dijelaskan) (Suputra et al., 2021)

Manifestasi klinis dari penyandang diabetes melitus dapat dibagi menjadi dua yaitu gejala klinis klasik dan gejala umum. Gejala klasik dari diabetes melitus adalah 4P (Polidipsia, Polifagia, Poliuria, dan Penurunan berat badan yang penyebabnya tidak dapat dijelaskan) (Suputra et al., 2021)

Diabetes dapat mempengaruhi berbagai organ sistem dalam tubuh dalam jangka waktu tertentu yang disebut komplikasi. Komplikasi dari diabetes dapat diklasifikasikan sebagai mikrovaskuler dan makrovaskuler. Komplikasi mikrovaskuler termasuk kerusakan sistem saraf (neuropati), kerusakan sistem ginjal (nefropati) dan kerusakan mata (retinopati). Sedangkan, komplikasi makrovaskuler termasuk penyakit jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah perifer (Indriati *et al.*, 2023).

Diabetes Melitus (DM) dibedakan menjadi beberapa tipe, yaitu DM Tipe 1, DM Tipe 2, DM Gestasional dan DM yang disebabkan oleh faktor lainnya. Resistensi hormon insulin menjadi penyebab utama munculnya DM Tipe 1. Adanya proses autoimun menyebabkan kerusakan sel beta pankreas sehingga insulin tidak diproduksi secara optimal. Di sisi lain, DM Tipe 2 terjadi karena adanya resistensi hormon insulin yang mengakibatkan rendahnya sensitivitas hormon insulin dalam menjaga kadar glukosa dalam darah. Kondisi ini ditandai dengan adanya resistensi insulin perifer dan penurunan produksi insulin. Dalam kondisi akut, DM Tipe 2 dapat mengakibatkan munculnya inflamasi derajat rendah pada jaringan perifer adiposa, hepar, dan otot. Diabetes Melitus tipe gestasional terjadi pada ibu hamil di trimester kedua dan ketiga, dimana sebelum kehamilan ibu hamil tidak memiliki riwayat. Kondisi rendahnya produksi hormon insulin dapat mengganggu proses metabolisme secara

komprehensif sehingga dapat mengakibatkan munculnya beberapa gangguan atau penyakit penyerta lainnya (Sundari et al., 2025).

Pasien mengalami neuropati perifer, yaitu kehilangan sensasi pada bagian tubuh dan tidak bisa merasakan sakit. Kondisi ini paling banyak menjadi penyebab munculnya luka diabetes karena pasien tidak bisa merasakan sakit, sehingga luka cukup lama tidak tertangani dan semakin parah. Sehingga muncul luka ulkus Diabetikum menyebabkan infeksi apabila tidak segera ditangani (Studi et al., 2023).

Salah satu faktor yang bisa menjadi pemicu diabetes mellitus adalah pola makan yang mengandung karbohidrat tinggi. Konsumsi karbohidrat yang tinggi menjadi salah satu faktor risiko diabetes mellitus. Maka dari itu perlu ditanamkan kepada masyarakat untuk dapat memanfaatkan hidup dengan baik dengan cara menerapkan pola hidup sehat agar terhindar dari berbagai penyakit, khususnya penyakit diabetes mellitus. Selain itu, dapat dilakukan dengan cara melakukan pengaturan pola makan berdasarkan 3J (jumlah, jenis, dan jadwal), berolahraga sesuai anjuran dokter dengan memperhatikan jenis, ritme, dan durasi, minum obat secara teratur dan rajin menetes mata, pemeriksaan ke dokter diabetes mellitus dan dokter RD sesuai jadwal, pengelolaan stres dengan strategi koping secara spiritual, pembatasan aktivitas fisik yang berlebihan, serta memperhatikan pola tidur. Asupan karbohidrat yang berlebihan memicu obesitas dan resistensi insulin. Asupan karbohidrat diecah menjadi bentuk yang lebih sederhana, yaitu glukosa, yang kemudian diserap dari usus. Glukosa memasuki aliran darah. Oleh karena itu, asupan karbohidrat yang berlebihan meningkatkan kadar gula darah. Studi ini menemukan bahwa diet tinggi karbohidrat (> 55 dari total kebutuhan kalori) meningkatkan kadar glukosa dan trigliserida postprandial.

Peneliti lain juga menemukan bahwa orang yang menjalani diet rendah karbohidrat memiliki sensitivitas insulin yang lebih tinggi. Hasil penelitian yang ada menunjukkan bahwa status sosial ekonomi (pendapatan) dapat mempengaruhi konsep perilaku konsumen yang seimbang, yang dikaitkan dengan biaya pemenuhan kebutuhan. Perilaku konsumsi junk food yang rendah dapat dipengaruhi oleh pendapatan orang tua di bawah upah minimum regional (Jungkat & Barat, 2024)

Tujuan utama yang diharapkan dari pengaturan diet ini adalah untuk membantu pasien memperbaiki kebiasaan makan dan olahraga untuk mendapatkan kontrol metabolik yang lebih baik. Sedangkan tujuan khusus yang diharapkan dari pengaturan diet pada penderita diabetes mellitus ini adalah (Setyaningrum & Nissa, 2020)

3. METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan kegiatan kepada pasien dan juga keluarga pasien dilakukan dengan menggunakan metode demonstrasi dan diskusi menggunakan media leaflet. Metode ini meliputi beberapa tahapan pelaksanaan kegiatan, yaitu tahap pengkajian, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap pengkajian dilakukan identifikasi pasien dan keluarga dengan mengidentifikasi jumlah pasien yang telah menjalani perawatan di ruang rawat selama satu minggu terakhir. Selain itu, dilakukan pengumpulan data awal dengan mengumpulkan data mengenai pengetahuan awal keluarga tentang diabetes mellitus, pencegahan, dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat pada pasien dan keluarga, serta penilaian kesiapan keluarga untuk menilai kesiapan keluarga dalam menerima dan mengikuti edukasi kesehatan.

Tahap perencanaan meliputi penyusunan materi edukasi yang mencakup teori mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat dengan menggunakan sumber literatur yang relevan dan terkini, di mana materi edukasi disiapkan dalam bentuk leaflet. Selain itu, dilakukan penjadwalan kegiatan dengan membuat jadwal pelaksanaan kegiatan edukasi yang meliputi sesi tatap muka, demonstrasi, dan konsultasi rutin, serta persiapan fasilitas dan alat dengan menyiapkan ruang untuk diskusi dan alat-alat yang diperlukan seperti leaflet dan alat tulis.

Tahap pelaksanaan terdiri atas sesi tatap muka dan edukasi teori dengan memberikan penjelasan mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat serta menggunakan media edukasi berupa leaflet untuk memperjelas materi yang disampaikan. Selanjutnya dilakukan diskusi tanya jawab setelah edukasi kesehatan kepada pasien dan keluarga pasien, pemberian pertanyaan kepada pasien dan keluarga pasien untuk mengetahui pemahaman terkait materi yang telah diberikan selama sesi edukasi kesehatan, serta pemberian feedback terkait kegiatan edukasi kesehatan yang telah dilaksanakan.

Tahap evaluasi kegiatan meliputi penilaian pengetahuan dan keterampilan keluarga dengan melakukan evaluasi pengetahuan keluarga mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat sebelum dan sesudah program edukasi menggunakan kuesioner serta tanya jawab, serta menilai keterampilan keluarga dalam mengulas kembali materi yang telah disampaikan. Selain itu, dilakukan pengumpulan umpan balik dari keluarga mengenai pelaksanaan program edukasi, analisis data evaluasi dan umpan balik untuk memperbaiki program edukasi di masa mendatang, serta pelaporan hasil kegiatan kepada pihak rumah sakit dan perumusan rekomendasi untuk program lanjutan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dicapai dari pelaksanaan Program Kreativitas Mahasiswa dalam Bidang Pengabdian Masyarakat dengan judul pendidikan kesehatan dalam pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat di ruang tulip rsud dr. Soehadi Prijonegoro Sragen telah terlaksana dengan baik dan para responden dapat memahami materi yang disampaikan, dalam pelaksanaan kegiatan tidak terdapat kendala kehadiran peserta, total peserta dalam kegiatan penyuluhan ini adalah 4 responden. Selama prosese edukasi, peserta menunjukkan antusiasme dalam menerima materi mengenai pola hidup sehat ynag dibutuhkan dalam pencegahan dan penanganan diabtes melitus. Sebelum penyampaian materi, semua peserta diberikan pertanyaan terlebih dahulu apakah responden mengerti apa saja pola sehat yang berperan dalam pencegahan dan penanganan diabetes melitus. Adapun data kelompok kami peroleh sebagai berikut:

Tabel 1. Data Kelompok.

No	Kategori	Hasil	Presentase
1.	Baik	0	0
2.	Sedang	0	0
3.	Kurang	4	100%
Total		4	100%

Berdasarkan diagram diatas dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas pasien rawat inap dan keluarga di ruang Tulip RSUD Soehadi Prijonegoro Sragen, belum terpapar informasi mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat. Hal ini terlihat dari rendahnya skor rata rata pre test. Peserta juga masih memiliki persepsi keliru tentang makanan yang harus dibatasi maupun dianjurkan dalam pencegahan dan penanganan diabetes mellitus.

Sehingga edukasi terkait nutrisi dalam pencegahan dan penangan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat kepada pasien rawat inap dan keluarga di ruang Tulip RSUD Soehadi Prijonegoro Sragen ini tepat disampaikan kepada responden yang membutuhkan paparan informasi.

Setelah dilakukan penyuluhan di ruang Tulip RSUD Soehadi Prijonegoro Sragen kelompok memberikan pertanyaan kedua secara langsung kepada pasien rawat inap dan keluarga (post test) untuk mengukur apakah materi yang disampaikan dapat dipahami, terjadi peningkatan skor post test pada semua responden.

Adapun data yang kelompok kami peroleh adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Data Kelompok.

No	Kategori	Hasil	Presentase
1.	Baik	0	0
2.	Sedang	0	0
3.	Kurang	4	100%
	Total	4	100%

Berdasarkan diagram diatas dapat diambil kesimpulan bahwa pasien rawat inap dan keluarga di ruang teratai RSUD Soehadi Prijonegoro Sragen mampu memahami materi yang disampaikan oleh kelompok. Responden mampu menjelaskan apa itu Diabetes Mellitus serta responden mampu menjelaskan apa saja yang bisa menyebabkan Diabetes Mellitus dan bagaimana cara pencegahannya Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi penyuluhan dapat dipahami dengan baik meskipun disampaikan dalam kelompok kecil

Secara keseluruhan, kegiatan pendidikan kesehatan dalam pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat di ruang tulip rsud dr. Soehadi Prijonegoro Sragen, ini berhasil meningkatkan pengetahuan responden mengenai pentingnya pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, diharapkan responden menerapkan informasi ini dalam kehidupan sehari hari, sehingga pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat dapat diminimalkan.

Berdasarkan hasil di atas, diketahui bahwa sebagian besar pasien dan keluarga pasien di Ruang Tulip RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen belum mengetahui tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat apa saja, kurangnya pengetahuan ini menunjukkan bahwa masih diperlukan pendidikan kesehatan dan pendampingan yang lebih intensif dari tenaga kesehatan mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat.

Manfaat dalam pencegahan dan penanganan pengaturan diet ini adalah untuk membantu pasien memperbaiki kebiasaan makan dan. olahraga untuk mendapatkan kontrol metabolik yang lebih baik. Sedangkan tujuan khusus yang diharapkan dari pengaturan diet pada penderita diabetes mellitus ini adalah Mempertahankan kadar Glukosa darah mendekati normal dengan keseimbangan asupan makanan dengan insulin (endogen atau eksogen) atau obathipoglikemik oral dan tingkat aktifitas, Mencapai kadar serumlipid yang optimal, Memberikan energi yang cukup untuk mencapai atau mempertahankan beratbadan yang memadai orang dewasa, mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang normal pada anak dan remaja, untuk meningkatkan kebutuhan metabolik selama kehamilan dan laktasi penyembuhan dari penyakit katabolik Berat badan memadal diartikan sebagai berat badan yang

dianggap dapat dicapai dan dipertahankan baik jangka pendek maupun jangka panjang oleh orang dengan diabetes itu sendiri maupun oleh petugas Kesehatan, Menghindari dan menangani komplikasi akut orang dengan diabetes yang menggunakan insulin seperti hipoglikemia, penyakit-penyakit jangka pendek, masalah yang berhubungan dengan kelainan jasmani dan komplikasi kronik diabetes seperti: penyakit ginjal, neuropati autistik, hipertensi dan penyakit jantung, Meningkatkan kesehatan secara keseluruhan melalui gizi yang optimal. (Setyaningrum & Nissa, 2020)

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berupa penkes dan demonstrasi ini diharapkan mampu memberikan pemahaman serta keterampilan kepada pasien dan keluarga di ruang Tulip RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen mengenai tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat. Penyuluhan ini merupakan langkah penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan pasien serta keluarga dalam mendukung proses tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat . Kelompok memilih metode penyampaian materi dengan cara demonstrasi karena menurut Ahmady & Prasetya (2020).

Strategi ini lebih optimal dalam mencapai tujuan pembelajaran berupa Memberikan keterampilan tertentu Memudahkan berbagai jenis penjelasan, sebab penggunaan bahasa lebih banyak menghindari verbalisme, Membantu pasien dan keluarga dalam memahami dengan jelas jalannya suatu proses dengan penuh perhatian, sebab lebih menarik.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan tentang pencegahan dan penanganan diabetes melitus melalui pola hidup sehat.



Gambar 2. Media PKM Leaflet.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Melalui kegiatan Penyuluhan Kesehatan Masyarakat dengan Pendidikan Kesehatan tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat di Bangsal Tulip RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen dapat disimpulkan bahwa pasien dan keluarga pasien sudah memahami mengenai pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat melalui materi yang telah disampaikan dengan media leaflet dan dengan sesi tanya yang dilakukan setelah penyampaian materi. Pasien dan keluarga pasien mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh kelompok dengan benar. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, diharapkan responden menerapkan informasi ini dalam kehidupan sehari-hari, sehingga proses penyembuhan luka lebih optimal dan komplikasi dapat diminimalkan.

Berdasarkan hasil kegiatan Penyuluhan Kesehatan Masyarakat mengenai pendidikan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat di Bangsal Tulip RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen, saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut. Bagi perawat dan tenaga kesehatan, diharapkan dapat meningkatkan pendidikan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat, terutama terkait cara pencegahan dan penanganannya.

Bagi pasien dan keluarga, diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat serta mendorong penerapan pola hidup sehat dalam pencegahan dan penanganan diabetes mellitus. Bagi manajemen rumah sakit, diharapkan dapat menyediakan program edukasi secara terstruktur serta meningkatkan media edukasi yang mudah dijangkau oleh pasien dan keluarga pasien.

Bagi pelaksana PKM selanjutnya, diharapkan dapat melakukan PKM dengan menggunakan metode dan media yang lebih inovatif sehingga dapat meningkatkan minat masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pendidikan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan diabetes mellitus melalui penerapan pola hidup sehat, serta diharapkan dapat digunakan untuk menunjang penelitian oleh peneliti selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada pembimbing lahan dan pembimbing Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah turut terlibat secara langsung dalam mensukseskan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini. Tanpa arahan dan bimbingan dari beliau kami kelompok tidak akan bisa menyelesaikan penyuluhan kesehatan ini dengan baik. Tidak lupa

terima kasih diberikan kepada peserta penyuluhan yang bersedia meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan penyuluhan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Akelba, S. D., Wika, P., Iswari, P., Alisyahbana, A. T., Hendriani, A. D., Wedhiani, V., Rizqina, R. D., Pradhini, T. S., & Wardani, I. S. (2023). *Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Hipertiroid dan Hipertensi : Case Report*. 2(3), 0–3.
- Desember, N., & Rice, B. (2023). *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*. 2(12), 5311–5323.
- Ilmiah, J., & Kesehatan, I. (2024). *No Title*. 12(1), 1–10.
- Indriati, G., & Riau, U. (2023). *GAMBARAN KOMPLIKASI DIABETES MELITUS PADA*. 11.
- Indriati, G., Hasneli Y., Rif'at I. D. (2023) Gambaran Komplikasi Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Profesional*. e-ISSN 2685-1830, Vol 11 No 1.
- Jais, S. (2023). *Various Types of Wounds That Diabetic Patients Can Develop : A Narrative Review*. <https://doi.org/10.1177/2632010X231205366>
- Jungkat, P., & Barat, K. (2024). *Jurnal laboratorium khatulistiwa*. 8(1).
- Klinik, D. I., Waluyo, M., & Tengah, L. (2021). 1 , 2 , 3 , 4. 5(September), 146–153.
- Panjaitan E. L., Dewi R. S., Khairani A. I. (2023). Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Tentang Manfaat Beras Merah Di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan. *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*, Vol 2(12), pp. 5311–5323.
- Purnomo. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Tn. S Dengan Diabetes Melitus Di Ruang R4 Lantai 3 RSPAL dr. Ramelan Surabaya
- Raya, K. B. U., & Barat, K. (2024). 1), 2) 1). 9(1), 2018–2022.
- Setyaningrum, Y. I., & Nissa, C. (2020). *PENYULUHAN KONSUMSI PANGAN LOKAL UNTUK PENDERITA DIABETES MELITUS DI DESA DILEM , KEPANJEN , MALANG*. 3(3), 435–440.
- Studi, P., Biologi, P., Sains, F., Mandalika, P., & Barat, N. T. (2023). *PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT UNTUK MENCEGAH DIABETES MELLITUS I* Wayan Karmana. 3(1), 1–7.
- Sundari, A. S., Ajrina, A., Kurniati, A., Indriati, D. W., & Septia, N. (2025). *Edukasi Berbasis Masyarakat dalam Upaya Pencegahan dan Deteksi Dini Penyakit Diabetes Melitus melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Sehat*. 5(4). <https://doi.org/10.59818/jpm.v5i4.1473>

Suputra, P. A., Kedokteran, P., Ganesha, U. P., Kedokteran, P., Ganesha, U. P., Kedokteran, P., & Ganesha, U. P. (2021). *DIABETES MELITUS TIPE 2 : FAKTOR RISIKO , DIAGNOSIS , DAN. 1(2)*, 114–120.

Theresia D. O. M. (2023). Analisis Faktor Internal Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Janti Malang

World Health Organization. (2021). Global Report On Diabetes. World Health