

INFORMASI ARTIKEL

Received: January, 3, 2025

Revised: January, 8, 2026

Available online: January, 10, 2026

at : <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/phc>

**Edukasi *self-management* untuk meningkatkan *self-care* aktifitas fisik
pada pasien diabetes melitus tipe 2**

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com.

Abstract

Background: Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease characterized by high blood sugar levels resulting from insulin action, impaired insulin secretion, or both. It requires long-term treatment to reduce the risk of complications. DM cannot be cured, but blood sugar can be controlled through the four pillars of diabetes management: education, diet, exercise, and medication. Self-management is a crucial aspect in the management of type 2 diabetes mellitus (T2DM). However, patients with diabetes mellitus often fail to effectively manage themselves, resulting in macrovascular and microvascular complications.

Purpose: To provide knowledge about self-care and physical activity based on self-management in DM patients.

Method: This community service activity was carried out on December 15, 2025, at the Tanoh-Anou Village Community Health Center. Involving 51 people with DM as respondents. The target of this activity is the application of self-management for DM sufferers for self-care physical activity with a community-based approach. The intervention was carried out by delivering material related to the application of self-management in carrying out self-care physical activity, especially for DM sufferers, as well as an explanation of the benefits of physical activity for managing DM. Evaluation of the level of respondents' knowledge was measured using a questionnaire given before the educational activity (pre-test) and after the educational activity (post-test).

Results: Obtained respondents with an age range of 36-77 years and the average age of respondents was 58.9 years and most of the respondents were in the range of 56-65 years as many as 21 people (41.2%). The majority were female as many as 42 people (82.4%), most had elementary/junior high school education status as many as 49 people (96.1%), and employment status was not as a farmer or fisherman as many as 42 people (82.4%). While the marital status was married as many as 40 people (78.5%) and the majority of the duration of suffering from DM was >3 years as many as 48 people (94.2%). There was an increase in the average score of respondents' knowledge level before educational activities (pre-test) from 16.2 points to 26.4 after educational activities (post-test).

Conclusion: Self-management education activities covering diet management, physical activity, and foot care for people with diabetes mellitus significantly increased patients' knowledge of implementing physical activity self-care. This increased knowledge of self-management also positively contributed to psychological well-being and health motivation in diabetes patients.

Edukasi self-management untuk meningkatkan self-care aktifitas fisik
pada pasien diabetes melitus tipe 2

Suggestion: Similar educational activities are expected to be conducted routinely and sustainably to encourage healthy behavior changes and as an effort to prevent complications of diabetes mellitus early in the community.

Keywords: Health education; Physical activity; Self-management; Type 2 diabetes mellitus

Pendahuluan: Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi yang terjadi akibat kerja insulin, gangguan sekresi insulin, atau keduanya, dan memerlukan pengobatan jangka panjang untuk mengurangi risiko komplikasi. DM tidak dapat disembuhkan, namun gula darah dapat dikontrol melalui empat pilar pengelolaan diabetes, yaitu edukasi, pola makan, olahraga, dan pengobatan. *Self-management* merupakan salah satu aspek yang memegang peranan penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus tipe 2 (DMT2). Namun dalam pelaksanaannya pasien dengan diabetes melitus tidak melakukan *self-management* dengan baik yang mengakibatkan terjadinya komplikasi makrovaskular dan mikrovaskular.

Tujuan: Untuk memberikan pengetahuan tentang *self-care* aktifitas fisik berdasarkan *self-management* pada pasien DM.

Metode: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 15 Desember 2025 di Balai Puskesmas Desa Tanoh-Anou. Melibatkan 51 orang dengan DM untuk menjadi responden. Sasaran dalam kegiatan ini adalah penerapan *self-management* bagi penderita DM untuk *self-care* aktifitas fisik dengan pendekatan community-based. Intervensi dilakukan dengan menyampaikan materi terkait penerapan *self-management* dalam menjalankan *self-care* aktifitas fisik khususnya bagi penderita DM serta penjelasan tentang manfaat aktifitas fisik terhadap pengelolaan penyakit DM. Evaluasi tingkat pengetahuan responden diukur menggunakan kuesioner yang diberikan sebelum kegiatan edukasi (*pre-test*) dan sesudah kegiatan edukasi (*post-test*).

Hasil: Mendapatkan responden dengan rentang usia 36-77 tahun dan rata-rata usia responden adalah 58.9 tahun dan sebagian besar usia responden dalam rentang 56-65 tahun sebanyak 21 orang (41.2%). Mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 orang (82.4%), sebagian besar memiliki status pendidikan SD/SMP sebanyak 49 orang (96.1%), dan status pekerjaan adalah bukan sebagai petani atau nelayan yaitu sebanyak 42 orang (82.4%). Sedangkan status pernikahan adalah menikah yaitu sebanyak 40 orang (78.5%) dan mayoritas lamanya menderita DM adalah >3 tahun yaitu sebanyak 48 orang (94.2%). Terdapat peningkatan rata-rata skor tingkat pengetahuan responden sebelum kegiatan edukasi (*pre-test*) dari 16.2 poin menjadi 26.4 sesudah kegiatan edukasi (*post-test*).

Simpulan: Kegiatan pemberian edukasi *self-management* yang mencakup manajemen diet, aktivitas fisik, dan perawatan kaki untuk penderita diabetes melitus memberikan peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan pada pasien dalam menerapkan *self-care* aktifitas fisik. Peningkatan pengetahuan tentang *self-management* juga memberikan kontribusi positif secara psikologis dan motivasi kesehatan pada pasien diabetes.

Saran: Diharapkan kegiatan edukasi serupa untuk dilakukan secara rutin dan berkelanjutan agar mampu mendorong perubahan perilaku sehat dan sebagai upaya pencegahan komplikasi diabetes melitus sejak dini pada masyarakat.

Kata kunci: Aktifitas fisik; Diabetes melitus tipe 2; Manajemen diri; Penyuluhan kesehatan

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2219>

Edukasi self-management untuk meningkatkan self-care aktifitas fisik pada pasien diabetes melitus tipe 2

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi yang terjadi akibat kerja insulin, gangguan sekresi insulin, atau keduanya, dan memerlukan pengobatan jangka panjang untuk mengurangi risiko komplikasi. DM tidak dapat disembuhkan, namun gula darah dapat dikontrol melalui empat pilar pengelolaan diabetes, yaitu edukasi, pola makan, olahraga, dan pengobatan. Pasien obesitas dengan diabetes tipe 2 dapat mengontrol kadar gula darahnya dengan mengatur pola makan dan berolahraga secara teratur, selain itu kepatuhan minum obat juga sangat memengaruhi kadar gula darah pasien (Simamora, & Siregar, 2019; Sidiq, Silaban, Handayani, & Sugriarta, 2024).

Diabetes dapat menyerang semua usia dan tingkat sosial ekonomi. Saat ini, diabetes belum menjadi prioritas layanan kesehatan di Indonesia, meskipun dampak negatifnya jelas terlihat, seperti penurunan kualitas hidup sumber daya manusia, terutama komplikasi kronisnya. Pengelolaan diabetes dapat dibagi menjadi empat pilar: edukasi, perencanaan diet, latihan fisik, dan intervensi obat (Utomo, Julianti, & Pramono, 2011; Haskas, Suarnianti, & Restika, 2020). DM tipe 2 seringkali disebut sebagai diabetes gaya hidup karena penyebabnya tidak hanya genetik, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan seperti usia, kelebihan berat badan, resistensi insulin, pola makan, aktivitas fisik, serta kebiasaan sehari-hari yang dapat menyebabkan prevalensi diabetes mellitus meningkat. Tujuan dari edukasi adalah untuk mengajarkan pasien DM agar dapat mengelola kadar gula darah, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kemandirian dalam perawatan diri, termasuk pengaturan pola makan yang sebaiknya memperhatikan 3 J (Jenis, Jadwal, dan Jumlah) (Yunitasari, Yuniarti, & Mintarsih, 2019; Mulfianda, Keumala, & Riza, 2024).

Edukasi *self-management* pada pasien DM merupakan salah satu aspek yang memegang peranan penting dalam penatalaksanaan DMT2. Namun dalam pelaksanaannya penderita diabetes sering kali tidak mengetahui tata cara perawatan diri diabetes yang mengakibatkan komplikasi dari penyakit semakin meningkat. Salah satu pilar penatalaksanaan diabetes adalah edukasi.

Dalam hal ini pelaksanaan edukasi *self-management* diharapkan mampu memberikan informasi terkait perawatan diri diabetes sehingga terbentuk perawatan mandiri diabetes yang sehat dan dinamis. Self-managemnt education DM adalah elemen yang sangat penting dalam pengobatan pasien DM dan diperlukan untuk meningkatkan status kesehatan pasien. *Self-management* education DM dapat memfasilitasi pasien dalam hal pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Manajemen DM yang berhasil tergantung pada motivasi perawatan diri dan kesadaran diri dalam perawatan manajemen diri yang dirancang untuk mengendalikan gejala dan menghindari komplikasi (Pace, 2017; Azhar, Obermayer, Sourij, Knoll, Andritz, Kojzar, & Sourij, 2025).

Hal ini terlihat dari hasil wawancara yang dilakukan di Puskesmas Idi Rayeuk dari 10 pasien DM tentang pengelolaan terhadap manajemen DM, didapatkan hasil yaitu sebanyak 7 pasien DM mengatakan belum pernah mendapat informasi kesehatan dan hanya mengerti penyakit yang dideritanya merupakan gula darah tinggi, dan sebanyak 3 pasien DM menyatakan sudah pernah mendapat informasi kesehatan DM dan pengelolaan terhadap 5 pilar. Hasil wawancara mengenai *self-care* aktifitas fisik didapatkan hasil sebanyak 4 pasien yang mengerti terkait aktifitas fisik dalam merawat dirinya secara baik dan sebanyak 6 pasien mengatakan belum paham terkait *self-care* aktifitas fisik pasien DM.

Pemberian edukasi *self-management* sangat penting untuk membekali pasien DM Tipe 2 dengan pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan agar aktif dalam perawatan diri, terutama dalam aktivitas fisik, demi mengontrol gula darah dan mencegah komplikasi. Hal ini karena penderita diabetes yang kurang mendapatkan perhatian dengan pendekatan edukasi tentang *self-care* berpotensi mendapatkan risiko mengalami komplikasi.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas edukasi *self-management* terhadap *self-care* aktifitas fisik pada pasien DMT2 di Puskesmas Aceh Timur.

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com

Edukasi self-management untuk meningkatkan self-care aktifitas fisik
pada pasien diabetes melitus tipe 2

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 15 Desember 2025 di Balai Puskesmas Desa Tanoh-Anou. Tim pelaksana kegiatan terdiri dari seorang ketua dan 4 orang anggota yang berasal dari kampus Universitas Bumi Persada dan 2 orang perawat prolans dari UPTD Puskesmas yang berlokasi di Kota Idi Rayeuk. Kegiatan ini melibatkan 51 orang dengan DM untuk menjadi responden. Sasaran dalam kegiatan ini adalah penerapan *self-management* bagi penderita DM untuk *self-care* aktifitas fisik dengan pendekatan community-based. Intervensi dilakukan dengan menyampaikan materi terkait penerapan *self-management* dalam menjalankan *self-care* aktifitas fisik khususnya bagi penderita DM serta penjelasan tentang manfaat aktifitas fisik terhadap pengelolaan penyakit DM. Penyampaian materi dengan metode ceramah dan diskusi interaktif langsung serta memberikan leaflet untuk mempermudah dalam memahami substansi edukasi. Evaluasi tingkat pengetahuan responden diukur menggunakan kuesioner yang diberikan sebelum kegiatan edukasi (*pre-test*) dan sesudah kegiatan edukasi (*post-test*).



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan

HASIL

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden(N=51)

Variabel	Hasil	Variabel	Hasil
Usia(n%)(Mean±SD)(Rentang)Tahun	(58.9±10.35)(36-77)	Status pekerjaan(n%)	
36-45 Tahun	4/7.8	Petani	6/11.8
46-55 Tahun	15/29.4	Nelayan	3/5.8
56-65 Tahun	21/41.2	Lainnya	42/82.4
>65 Tahun	11/21.6	Status pernikahan(n%)	
Jenis kelamin(n%)		Menikah	40/78.5
Laki-laki	9/17.6	Janda	9/17.6
Perempuan	42/82.4	Duda	2/3.9
Tingkat pendidikan(n%)		Lama menderita DM(n%)	
SD/SMP	49/96.1	1-3 tahun	3/5.8
SMA	2/3.9	>3 tahun	48/94.2

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa rentang usia responden berada di 36-77 tahun dan rata-rata usia 58.9 tahun dengan standar deviasi 10.35 tahun, sebagian besar usia responden dalam rentang 56-65 tahun sebanyak 21 orang (41.2%). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 orang (82.4%), sebagian besar memiliki status pendidikan SD/SMP sebanyak 49 orang (96.1%), dan status pekerjaan sebagian besar adalah bukan sebagai petani atau nelayan yaitu sebanyak 42 orang (82.4%). Sedangkan status pernikahan responden sebagian besar adalah menikah yaitu sebanyak 40 orang (78.5%) dan mayoritas lamanya menderita DM adalah >3 tahun yaitu sebanyak 48 orang (94.2%).

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2219>

Tabel 2. Pengetahuan *self-management* dan *self-care* aktifitas fisik responden(N=51).

Variabel	Hasil	
	Mean	SD
Tingkat pengetahuan(Skor)		
<i>Pre-test</i>	16.2	0.37
<i>Post-test</i>	26.4	0.34

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata skor tingkat pengetahuan responden sebelum kegiatan edukasi (*pre-test*) adalah 16.2 poin dengan standar deviasi 0.37 poin, sedangkan rata-rata skor tingkat pengetahuan responden sesudah kegiatan edukasi (*post-test*) menjadi 26.4 poin dengan standar deviasi 0.34 poin.

PEMBAHASAN

Penyedia layanan kesehatan memahami akan peran pentingnya suatu dukungan keluarga dalam manajemen diri pasien dan sebagian besar pasien selalu didampingi oleh anggota keluarga saat konsultasi. Namun, penyedia layanan kesehatan lebih sering mendapati kurang optimalnya peran dukungan keluarga dalam proses perawatan diri pasien (Awoko, De Man, Absetz, Östenson, Peterson, Alvesson, & Daivadanam, 2018). Edukasi kepada pasien juga harus diimbangi dengan tingkat pengetahuan dukungan keluarga, terlebih lagi terkait pengelolaan diri pasien hingga dampaknya. Dalam kegiatan ini, diperoleh berbagai informasi mengenai tingkat pengetahuan para peserta tentang *self-management* aktifitas fisik diabetes melitus. Berdasarkan hasil kuesioner dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor tingkat pengetahuan responden dari sebelum kegiatan edukasi (*pre-test*) sebesar 16.2 poin menjadi 26.4 poin sesudah kegiatan edukasi (*post-test*). Perbandingan pengetahuan peserta sebelum dan setelah pelatihan ini berfungsi sebagai evaluasi sementara untuk menilai pencapaian tujuan kegiatan mengenai materi *self-care* aktifitas fisik diabetes mellitus yang diberikan. Sebagian besar peserta merasa positif untuk mengubah gaya hidup mereka sesuai dengan edukasi *self-management* aktifitas fisik diabetes melitus, dan mereka berharap bisa menjaga tingkat gula darah mereka sepanjang hidup mereka. Alasan mendasar partisipasi dalam *Diabetes Self-management Education* (DSME) adalah pengalaman peserta yang merasa kurang mendapat informasi tentang diabetes dan perasaan cemas secara emosional.

Memahami alasan pasien berpartisipasi dapat membantu para profesional untuk tetap fokus pada hal-hal yang lebih sesuai dengan kebutuhan pasien (Rygg, Rise, Lomundal, Solberg, & Steinsbekk, 2010). Ini menunjukkan bahwa edukasi secara umum adalah usaha yang terencana untuk memengaruhi orang lain, baik itu individu, kelompok, atau masyarakat, agar dapat melakukan apa yang diharapkan oleh pendidik. Dalam konteks pasien diabetes tipe 2, melalui edukasi, mereka dapat mencoba menerapkan *self-care* aktifitas fisik diabetes agar kualitas hidup mereka menjadi lebih baik. Program pengabdian masyarakat dengan edukasi dapat meningkatkan kemampuan dan pemahaman pasien maupun keluarga untuk perawatan mandiri di rumah (Noviyanti, Suryanto, & Rahman, 2021; Rahmadani, & Alijhad, 2023). Terdapat pengaruh pemberian edukasi *self-management* di masa pandemi Covid-19 terhadap perawatan diri dalam latihan fisik pasien DM tipe 2 Puskesmas Seyegan. Dengan olahraga rutin dapat mencegah resiko peningkatan kadar gula darah dalam tubuh (Sudirman, & Modjo, 2021; Astuti, 2024).

Self-management yang mencakup manajemen diet, aktivitas fisik, dan perawatan kaki untuk penderita diabetes melitus yang sebaiknya dilaksanakan secara berkala dan terus-menerus agar para pasien lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan serta memperluas wawasan terkait kesehatan dan melakukan tindakan pencegahan lebih awal terhadap komplikasi diabetes melitus (Simamora, & Daulay, 2019; Diani, Septiany, & Nafi'ah, 2023).

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com

Edukasi self-management untuk meningkatkan self-care aktifitas fisik
pada pasien diabetes melitus tipe 2

Pasien diabetes melitus perlu belajar cara melakukan evaluasi diri, menentukan langkah-langkah yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan mereka, dan melaksanakan tindakan-tindakan yang diperlukan. Hal ini akan dimungkinkan melalui edukasi mengenai diabetes melitus. Teori kekurangan perawatan diri Orem bisa menjadi pedoman yang bermanfaat dalam pendidikan manajemen diri diabetes untuk meningkatkan perilaku perawatan diri pada pasien diabetes melitus (Sürücü, & Kizilci, 2012; Esmaeilzadeh, & Inuwa, 2024).

SIMPULAN

Kegiatan pemberian edukasi *self-management* yang mencakup manajemen diet, aktivitas fisik, dan perawatan kaki untuk penderita diabetes melitus memberikan peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan pada pasien dalam menerapkan *self-care* aktifitas fisik. Peningkatan pengetahuan tentang *self-management* juga memberikan kontribusi positif secara psikologis dan motivasi kesehatan pada pasien diabetes.

SARAN

Diharapkan kegiatan edukasi serupa untuk dilakukan secara rutin dan berkelanjutan agar mampu mendorong perubahan perilaku sehat dan sebagai upaya pencegahan komplikasi diabetes melitus sejak dini pada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, R. K. (2024). Pengaruh Diabetes *Self-management* Education (DSME) Berbasis Keluarga terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap dalam Pengendalian Glukosa Darah. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(2), 408-413.

Aweko, J., De Man, J., Absetz, P., Östenson, C. G., Peterson, S. S., Alveesson, H. M., & Daivadanam, M. (2018). Patient and provider dilemmas of type 2 diabetes *self-management*: a qualitative study in socioeconomically disadvantaged communities in Stockholm. *International journal of environmental research and public health*, 15(9), 1810.

Azhar, K., Obermayer, A. R., Sourij, C., Knoll, L., Andritz, E., Kojzar, H., & Sourij, H. (2025). Sustained weight reduction following 12 weeks of intermittent fasting intervention in people with insulin-treated type 2 diabetes—Two-year follow-up of the randomised controlled InterFast-2 trial. *Diabetes, Obesity & Metabolism*, 27(3), 1605.

Diani, N., Septiany, M., & Nafi'ah, R. H. (2023). Kelompok Penderita Diabetes Mellitus Dalam Self Management Kepatuhan Latihan Fisik Di Wilayah Puskesmas Cempaka Banjarbaru. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 4(3), 2983-2989.

Esmaeilzadeh, S., & Inuwa, A. (2024). Nursing care of an elderly woman with type ii diabetes according to orem's *self-care* deficit theory. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 11(3), 257-261.

Haskas, Y., Suarnianti, S., & Restika, I. (2020). Efek intervensi perilaku terhadap manajemen diri penderita diabetes melitus tipe 2: sistematik review. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(2), 235-244.

Mulfianda, R., Keumala, A., & Riza, S. (2024). Efektivitas Pemanfaatan Video Edukasi Melalui Whatsaap Terhadap Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Banda Aceh. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 4(5), 1777-1784.

Noviyanti, L. W., Suryanto, S., & Rahman, R. T. (2021). Peningkatan Perilaku Perawatan Diri Pasien melalui Diabetes Self Management Education and Support. *Media Karya Kesehatan*, 4(1).

Pace, K. A. (2017). A feasibility study to investigate the effectiveness and safety of an intermittent fasting diet for weight reduction in adults with Type 2 Diabetes treated with insulin: a thesis presented in partial fulfilment of the requirements for the degree of Master of Science in Human Nutrition at Massey University, Albany, New Zealand (Doctoral dissertation, Massey University).

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2219>

Edukasi self-management untuk meningkatkan self-care aktifitas fisik
pada pasien diabetes melitus tipe 2

- Rahmadani, D. F., & Aljihad, M. N. (2023). Penerapan Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Peningkatan Manajemen Kesehatan Mandiri Pada Pasien DM Tipe 2. *Ners Muda*, 4(1), 30.
- Rygg, L. Ø., Rise, M. B., Lomundal, B., Solberg, H. S., & Steinsbekk, A. (2010). Reasons for participation in group-based type 2 diabetes *self-management* education. A qualitative study. *Scandinavian journal of public health*, 38(8), 788-793.
- Sidiq, R., Silaban, E. M., Handayani, M., & Sugriarta, E. (2024). Efektivitas Kegiatan Pendampingan Penderita Diabetes Melitus terhadap Peningkatan Kualitas Manajemen Diri. *Jurnal Sehat Mandiri*, 19(1), 347-358.
- Simamora, F. A., & Daulay, N. M. (2019). IBM Self Management (Manajemen Diet, Latihan Fisik, dan Perawatan Kaki) Pada Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Labuhan Rasoki Kota Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 1(1), 1-4.
- Simamora, F. A., & Siregar, H. R. (2019). Efektivitas Model Pemberdayaan Diri Terhadap Aktivitas Perawatan Diri Klien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal education and development*, 7(4), 6-6.
- Sudirman, A. A., & Modjo, D. (2021). Efektifitas Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Limboto Barat. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(2), 151-156.
- Sürücü, H. A., & Kizilci, S. (2012). Use Of Orem's *Self-care* Deficit Nursing Theory In The *Self-management* Education Of Patients With Type 2 Diabetes Acase Study. *Bulletin luxembourgeois des questions sociales 2012 Volume 29*, 29, 271.
- Utomo, A. Y. S., Julianti, H. P., & Pramono, D. (2011). Hubungan antara 4 pilar pengelolaan diabetes melitus dengan keberhasilan pengelolaan diabetes melitus tipe 2 (Doctoral dissertation, Faculty of Medicine).
- Yunitasari, T., Yuniarti, Y., & Mintarsih, S. N. (2019). Efektivitas edukasi empat pilar penatalaksanaan diabetes melitus terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku pasien prolans. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 131-134.

Putri Drissianti*, Fauzan Saputra, Amalia Risca, Ismuhadi

Universitas Bumi Persada

Korespondensi penulis: Putri Drissianti. *Email: putridrissianti@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2219>