

Edukasi Berbasis Komunitas Tentang Manajemen dan Diet Diabetes Melitus untuk Lansia di Desa Sambogunung, Kabupaten Gresik, Jawa Timur

Dwi Novri Supriatiningrum*¹, Widiharti², Efta Dhartikasari Priyani³, Wiwik Widiyawati⁴

^{1,2}Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia

^{2,4}Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia

³Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia

*e-mail: dwinovri@umg.ac.id¹

Abstrak

Diabetes Mellitus merupakan masalah kesehatan masyarakat yang semakin meningkat, terutama di kalangan lansia yang berisiko tinggi mengalami komplikasi. Pemeriksaan kadar gula darah untuk mengetahui Tingkat gula darah sebagai deteksi dini adanya kondisi diabetes mellitus. Masyarakat Desa Sambogunung terutama lansia masih kurang pengetahuan tentang penyakit diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk melakukan edukasi Kesehatan pada masyarakat lanjut usia di Desa Sambogunung, Gresik, melalui pendidikan tentang pengelolaan dan pola makan yang tepat untuk diabetes mellitus. Edukasi komunitas dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, sikap peserta dalam mengimplemetasikan pemantauan diabetes dan pola makan yang tepat. Program ini melibatkan sesi interaktif yang mencakup topik seperti pemantauan gula darah, kepatuhan terhadap obat, perencanaan diet, dan gaya hidup. Hasil menunjukkan bahwa kegiatan diikuti oleh peserta lansia memiliki kemauan untuk melakukan pemeriksaan gula darah. Peserta mengikuti kegiatan edukasi dan sesi tanya jawab, peserta berperan aktif mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan setelah sesi pemaparan materi. Peran aktif peserta menunjukkan tingkat pemahaman prinsip pengelolaan diabetes dan penyesuaian pola makan di kalangan peserta lansia. Sebanyak 100% peserta melakukan pemeriksaan dan 33% peserta aktif bertanya terkait materi penyuluhan meliputi kebiasaan makan yang lebih sehat untuk pencegahan diabetes, jenis makanan yang diperbolehkan dikonsumsi dan teknik pengolahan yang baik untuk penderita diabetes. Hasil tanya jawab dengan peserta menunjukkan respon positif dari peserta untuk memahami tentang tipe diabetes mellitus, cara pemeriksaan diabetes mellitus, tata pelaksanaan DM, faktor risiko diabetes, dan manajemen pola makan. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini menyoroti pentingnya pendidikan berbasis komunitas yang disesuaikan untuk memberdayakan lansia dalam mengelola penyakit kronis secara efektif. Kesimpulan menekankan bahwa edukasi dapat dijadikan skrining atau deteksi dini pada lansia sebagai penderita diabetes di Desa Sambogunung. Kegiatan ini perlu dilakukan secara rutin dengan penjadwalan yang terstruktur sehingga dapat berkelanjutan untuk dijadikan monitoring perilaku, pola makan dan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Diet, Kesehatan, Lansia

Abstract

Diabetes mellitus is a growing public health problem, especially among the elderly who are at high risk of complications. Blood sugar level checks are used to detect diabetes mellitus at an early stage. The community of Sambogunung Village, especially the elderly, still lacks knowledge about diabetes mellitus. This community service activity aims to provide health education to the elderly in Sambogunung Village, Gresik, through education on proper management and dietary patterns for diabetes mellitus. The community education programme is designed to improve participants' knowledge and attitudes towards implementing diabetes monitoring and proper dietary patterns. The programme involved interactive sessions covering topics such as blood sugar monitoring, medication adherence, diet planning, and lifestyle. The results showed that elderly participants who attended the activity were willing to have their blood sugar checked. Participants attended educational activities and question-and-answer sessions, actively asking questions and responding to questions after the presentation of the material. The active participation of participants demonstrated their level of understanding of the principles of diabetes management and dietary adjustments among elderly participants. A total of 100% of participants underwent testing, and 33% of participants actively asked questions related to the educational material, including healthier eating habits for diabetes prevention and types of foods that should be avoided.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diet, Elderly, Health

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang prevalensinya semakin meningkat secara global, termasuk di Indonesia. Data Riskesdas menunjukkan bahwa prevalensi DM tipe 2 pada lansia di Indonesia mencapai sekitar 15,8%, dengan angka yang lebih tinggi pada lansia wanita dibanding pria. Kondisi ini menimbulkan risiko komplikasi serius seperti gangguan kardiovaskular, nefropati, dan neuropati yang dapat menurunkan kualitas hidup lansia. Oleh karena itu, upaya pengendalian diabetes melalui manajemen yang tepat sangat diperlukan, terutama pada kelompok usia lanjut yang rentan terhadap berbagai kondisi kesehatan (Alviani, 2022). Penduduk lansia di Kabupaten Gresik sejumlah 543703 penduduk yang terdiri dari 266.514 penduduk laki-laki dan 277.189 penduduk Perempuan (Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil Kabupaten Gresik, 2025). Tahun 2023, di wilayah Gresik terdapat 4.386 kasus diabetes mellitus rawat inap di rumah sakit dan 44.890 kasus diabetes mellitus rawat jalan di rumah sakit (BPS Kab Gresik, 2023). Di Desa Sambogunung terdapat Posbindu sebagai layanan pemeriksaan Kesehatan Lansia salah satunya diabetes mellitus. Permasalahan yang ada pada masyarakat di Desa Sambogunung yaitu masih kurang Tingkat pengetahuan tentang penyakit degeneratif khususnya diabetes mellitus pada lansia.

Manajemen diabetes melitus pada lansia memerlukan pendekatan khusus yang meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan kontrol kadar gula darah secara rutin. Pengaturan diet menjadi salah satu aspek penting, dengan prinsip dasar pengaturan makan berupa konsep (Alviani, 2022) yakni jadwal makan yang tepat, jenis makanan yang sesuai untuk kontrol glukosa, serta jumlah porsi yang disesuaikan dengan kebutuhan kalori harian lansia, yakni sekitar 30 kalori per kilogram berat badan per hari. Pengaturan diet yang tepat dapat membantu menstabilkan kadar gula darah dan mencegah komplikasi penyakit (Purnami, 2022). Pada penelitian (Dwi Suprpti, 2018) menyebutkan bahwa pola makan menjadi faktor dominan pada kejadian diabetes mellitus terutama pola makan karbohidrat dengan kategori sering memiliki kemungkinan sebanyak 3 kali pada lansia untuk terkena diabetes mellitus dibandingkan pola makan konsumsi karbohidrat dengan kategori jarang. /

Pelaksanaan edukasi mengenai manajemen dan diet diabetes pada lansia terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien terhadap pengelolaan penyakitnya. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi terstruktur dapat meningkatkan skor pengetahuan lansia tentang diabetes dari rata-rata 69,5 menjadi 87,4 setelah intervensi edukasi (Retnoningrum et al., 2024). Melalui edukasi ini, lansia diharapkan mampu mengimplementasikan pola hidup sehat dan pengaturan diet yang mendukung pengendalian diabetes secara mandiri (Permadi et al., 2024).

Desa Sambogunung, yang terletak di wilayah Gresik, merupakan daerah dengan karakteristik sosial budaya dan akses informasi kesehatan yang terbatas bagi lansia. Dalam konteks ini, edukasi yang dilakukan harus sesuai dengan kondisi dan kebiasaan lokal agar pesan kesehatan dapat diterima dan dipraktikkan dengan baik oleh lansia. Pendekatan yang partisipatif dan melibatkan tenaga kesehatan serta kader masyarakat setempat dapat memperkuat efektivitas penyuluhan dan pengendalian diabetes di komunitas ini (Campos et al., 2018).

Dengan demikian, edukasi tentang manajemen dan diet diabetes melitus pada lansia di Desa Sambogunung merupakan langkah strategis dalam upaya meningkatkan kesehatan lansia dan menurunkan beban komplikasi penyakit. Peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku melalui edukasi dapat mendukung pembangunan kesehatan di tingkat desa dan menuju kualitas hidup lansia yang lebih baik. Implementasi program ini sejalan dengan kebijakan nasional dalam pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular, khususnya diabetes melitus pada kelompok usia lanjut.

2. METODE

Pelaksanaan edukasi mengenai manajemen dan diet diabetes melitus bagi lansia di Desa Sambogunung, Kecamatan Dukun, Kabupaten Gresik, dilaksanakan pada 13 Februari 2025 dengan metode penyuluhan yang bersifat partisipatif dan komunikatif. Kegiatan ini

diselenggarakan di balai desa Sambogunung, dengan melibatkan para lansia sebagai sasaran utama serta keluarga pendamping sebagai pendukung. Peserta kegiatan sejumlah Tahap awal kegiatan ialah tahap persiapan yaitu penentuan sasaran atau peserta edukasi melalui survei awal, koordinasi dengan tim posbindu, dan Penyusunan media edukasi. Tahap ini bertujuan untuk menyusun rencana awal dalam membentuk dasar yang kokoh. Kegiatan utama di dalamnya meliputi menemukan masalah melalui tim pengabdian berkomunikasi dengan petugas puskesmas, menetapkan tujuan pengabdian masyarakat, memilih sumber data, dan mempersiapkan undangan acara, alat, dan media penyampaian materi. Persiapan juga meliputi tinjauan literatur dan persiapan perlengkapan, agar dapat kegiatan terlaksana.

Pada tahap kedua adalah penyampaian materi mengenai gambaran umum diabetes melitus, termasuk definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, serta potensi komplikasi yang dapat timbul apabila penyakit. Materi untuk edukasi disampaikan kepada peserta. Edukasi menggunakan pendekatan interaktif seperti seminar, lokakarya, atau presentasi dengan alat bantu visual untuk memastikan pemahaman yang konsisten. Kegiatan ini berkolaborasi dengan pihak-pihak berkepentingan, seperti masyarakat setempat yang berusia lansia beserta keluarga, pegawai kantor desa, dan petugas puskesmas di desa Sambogunung, Gresik, untuk menyelaraskan isi dengan konteks budaya dan kebutuhan gizi. Pada penyuluhan menjelaskan jenis-jenis makanan yang direkomendasikan dan yang perlu dihindari, disertai dengan pengetahuan mengenai porsi makan yang seimbang. Serta diberikan contoh menu sehat, sehingga peserta edukasi mampu memahami serta menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari demi menjaga kestabilan kadar gula darah dan meningkatkan kualitas kesehatan.

Pada tahap pelaksanaan, sesi tanya jawab dan diskusi terbuka akan difasilitasi dengan tujuan memberi ruang kepada peserta untuk memperoleh klarifikasi dan berbagi pengalaman terkait pengelolaan diet diabetes. Tahap ini adalah bagian pengamatan terhadap peserta. Pelaksanaan secara bertahap dengan tim pengabdian untuk memastikan konsistensi tujuan kegiatan, contohnya dalam penilaian pemahaman dan kepuasan peserta pada kegiatan. Setiap tahapan kegiatan dicatat secara langsung untuk membantu analisis awal. Seluruh materi edukasi akan dilengkapi dengan bahan tertulis berupa media edukasi berupa power point yang mudah dipahami oleh lansia dan keluarga.

Monitoring secara singkat dilakukan untuk menilai efektivitas edukasi serta memastikan penerimaan informasi terkait pelaksanaan pola hidup sehat, sehingga upaya peningkatan kesehatan lansia di Desa Sambogunung dapat terlaksana. Tahap akhir yaitu pelaporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode edukasi. Pemantauan dilaksanakan secara langsung, sedangkan penilaian akhir menilai pencapaian sasaran melalui indikator yang bersifat kuantitatif deskriptif. Terapkan triangulasi data dari beragam sumber untuk memastikan kevalidan, yang kemudian diikuti dengan saran perbaikan. Hasil dari evaluasi ini menjadi landasan bagi laporan akhir dan langkah tindak lanjut yang diperlukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penduduk Desa Sambogunung, Kecamatan Dukun Kabupaten Gresik berjumlah 3.462 orang dengan mayoritas pekerjaan kepala keluarganya adalah petani. Penduduk usia > 40 tahun 1.447 jiwa (BPS Gresik, 2025). Peserta edukasi merupakan peserta posbindu yang diundang dan dihadiri oleh Sebagian kecil lansia di Desa sejumlah 9 orang.

Hasil kegiatan edukasi menunjukkan partisipasi aktif dari para lansia dan keluarga pendamping dalam sesi penyuluhan. Peserta mengajukan pertanyaan peserta 1 “Bagaimana cara pemeriksaan yang pasti untuk mengetahui seseorang mengalami diabetes?” Pertanyaan peserta 2 yaitu “Apa kah memang orang diabetes tidak diperbolehkan mengkonsumsi nasi putih?”. Pertanyaan peserta 3 yaitu “Jika konsumsi gula harus dibatasi, apa alternatif untuk pengganti gula?”. Dari semua pertanyaan peserta telah sangat berkaitan dengan materi edukasi pada kegiatan ini. Hal ini menunjukkan peserta ada ketertarikan pada materi edukasi tentang pengelolaan diabetes melalui pola makan sehat dan manajemen gaya hidup. Melalui sesi tanya

jawab dan diskusi, peserta mampu mengidentifikasi jenis makanan yang dianjurkan maupun yang perlu dihindari, serta memahami cara mengatur porsi makan sehari-hari.

Evaluasi singkat yang dilakukan setelah kegiatan menyebutkan bahwa 85% peserta merasa materi yang disampaikan mudah dipahami dan relevan dengan kondisi lansia (Budiati et al., 2025). Penilaian dari 9 peserta dilakukan setelah sesi tanya jawab tentang kepuasan materi dan narasumber dengan skor 4 (puas) sebesar 80% dan skor 5 (sangat puas) sebesar 20% meliputi materi mudah dipahami, bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, narasumber menyampaikan materi dengan menarik, dan narasumber mampu menjawab pertanyaan peserta. Penilaian peserta terhadap kepuasan pada fasilitas dan pelayanan tim sebesar 88% skor 4 (puas) dan 12% skor 5 (sangat puas) terhadap media edukasi, konsumsi atau akomodasi kegiatan memadai, tim pengabdian ramah dan responsif, serta kegiatan berjalan tertib dan terorganisir. Dan penilaian peserta tentang dampak dan kebermanfaatan kegiatan sebesar 78% skor 4 (puas) dan 22% skor 5 (sangat puas) bahwa kegiatan ini dapat menambah pengetahuan peserta, meningkatkan kesadaran atau perilaku positif, peserta tertarik untuk menerapkan kegiatan ini, dan harapan peserta untuk diadakan Kembali kegiatan serupa. Adapun masukan dari peserta tentang hal yang paling bermanfaat dari kegiatan ini yaitu sasaran sudah sesuai melibatkan para lansia dan keluarga lansia serta diadakan pemeriksaan kesehatan sekaligus sebelum dilaksanakan pemaparan materi. Keluasan materi sesuai dengan kondisi dan kebutuhan Masyarakat. Saran untuk kegiatan ke depan pada waktu pelaksanaannya kurang sesuai dengan peserta yaitu di siang hari banyak Masyarakat tidak dapat ikut serta kegiatan dikarenakan adanya kesibukan bekerja ataupun sedang tidak di tempat. Perlu adanya penyesuaian waktu di Masyarakat yang dapat dilakukan acara pada malam hari atau saat hari libur.

Pembahasan mengenai pengaruh edukasi ini terhadap perilaku kesehatan lansia menunjukkan adanya potensi perubahan positif (Susanti et al., 2024). Peningkatan pemahaman tentang manajemen diet diyakini dapat mendorong kepatuhan lansia dalam menjaga pola makan yang sesuai, sehingga membantu kontrol kadar gula darah dan mengurangi risiko komplikasi diabetes melitus (Sholichin et al., 2023). Selain itu, keterlibatan keluarga pendamping dalam kegiatan ini juga menjadi faktor penting untuk mendukung pelaksanaan diet di rumah (Pujiwati et al., 2023). Namun, pada kegiatan ini terbatas dalam melakukan monitoring perilaku pada waktu yang singkat dikarenakan adanya keterbatasan durasi waktu pelaksanaan kegiatan ini. Keberlanjutan dampak dan perubahan perilaku perlu mendapat perhatian dalam intervensi selanjutnya atau pada kegiatan posbindu ke depan.

Secara keseluruhan, edukasi ini memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan lansia mengenai diabetes melitus dan manajemen diet (Jamaludin, 2023). Hal ini relevan dengan jawaban peserta tentang pemeriksaan yang sesuai untuk mengetahui kondisi diabetes mellitus yaitu jawaban peserta "pemeriksaan gula darah dan HbA1c". Pada sesi tanya jawab pemanis pengganti gula dijawab oleh peserta "pemanis dari golongan gula alkohol seperti xylitol dan mannitol, sorbitol serta pemanis tak berkalori seperti sakarin dan aspartame". Upaya hasil yang diperoleh dapat berkelanjutan, disarankan adanya monitoring berkala dan pendampingan lebih intensif, termasuk penyediaan sumber daya dan dukungan sosial yang memadai (Pati & Boling, 2024). Kegiatan ini juga membuka peluang untuk pengembangan program edukasi lanjutan yang lebih komprehensif dan terintegrasi dengan pelayanan kesehatan di tingkat desa (Supriatiningrum, 2021).

Para lansia setelah mengikuti edukasi dilaporkan menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap penyakit diabetes melitus, terutama dalam hal pengelolaan pola makan dan gaya hidup sehat yang teratur (Runtu et al., 2024). Mereka mampu mengidentifikasi jenis makanan yang dianjurkan serta menghindari makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah secara signifikan. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pendidikan mandiri diabetes meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengelolaan diabetes pada lansia, sehingga berdampak positif pada kontrol gula darah dan kualitas hidup peserta (Anggraini & Permana, 2025).

Para lansia setelah mengikuti edukasi dilaporkan menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap penyakit diabetes melitus, terutama dalam hal pengelolaan pola makan dan gaya hidup sehat yang teratur (Supriatiningrum et al., 2022). Mereka mampu mengidentifikasi jenis makanan yang dianjurkan serta menghindari makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah secara

signifikan. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pendidikan mandiri diabetes meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengelolaan diabetes pada lansia, sehingga berdampak positif pada kontrol gula darah dan kualitas hidup peserta (Zatihulwani et al., 2025). Namun, beberapa kendala juga ditemukan, seperti kesulitan mengakses bahan makanan sehat yang sesuai dengan diet diabetes dan kebiasaan lama yang sulit diubah meskipun sudah memahami edukasi. Faktor lingkungan, ekonomi, dan keterbatasan fisik turut mempengaruhi keberhasilan implementasi manajemen diet (Yunieswati et al., 2023). Studi kualitatif menyoroti tantangan sosial dan ekonomi sebagai hambatan nyata dalam pengelolaan diabetes mandiri pada lansia, terutama di daerah pedesaan (Kristanto et al., 2025).

Program edukasi berbasis komunitas tentang pengelolaan dan pola makan diabetes mellitus bagi orang dewasa lanjut usia, di kegiatan serupa selanjutnya direkomendasikan terutama adalah menciptakan inisiatif yang interaktif serta relevan dengan potensi lokal di Gresik. Kegiatan awal dilakukan dengan sesi penyuluhan yang singkat dengan bahasa yang mudah dimengerti sesuai di Masyarakat dan usia peserta, leaflet bergambar, dan demonstrasi pembuatan menu diet dengan indeks glikemik rendah sebagai pilihan sarapan, bahan pangan lokal yang dapat diakses dengan mudah di lingkungan sekitar. Kegiatan dapat melibatkan tim lintas disiplin, meliputi ahli gizi, dokter umum, dan kader posyandu untuk membangun kepercayaan di antara peserta, ditambah dengan aktivitas praktik aktivitas fisik contoh senam untuk diabetik untuk mencegah terjadinya ulkus serta meningkatkan sirkulasi darah, sehingga pengetahuan peserta dapat berkembang secara signifikan dari tingkat awal yang rendah menjadi lebih baik.



Gambar 1. Penyuluhan Manajemen dan Diet Diabetes pada Lansia di Desa Sambogunung



Gambar 2. Pendataan Peserta Penyuluhan



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan Masyarakat Desa Sambogunung



Gambar 4. Penyampaian Materi tentang Manajemen Diabetes

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi manajemen dan diet diabetes melitus untuk lansia di Desa Sambogunung, Gresik, adalah bentuk kegiatan dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para lansia mengenai pentingnya pengelolaan diabetes melalui pola makan yang tepat dan gaya hidup sehat. Lansia dan keluarga pendamping menunjukkan pemahaman dan kepuasan pada penilaian dari kegiatan edukasi tentang diet diabetes dalam kehidupan sehari-hari, yang berkontribusi pada peningkatan kontrol kadar gula darah dan kualitas hidup. Keterlibatan keluarga sebagai pendukung juga memperkuat keberhasilan pada monitoring secara rutin sebagai implementasi manajemen diet diabetes. Kegiatan ini dapat diterima peserta dan mendapatkan masukan untuk kegiatan serupa dalam hal waktu agar terlaksana lebih efektif. Melalui pendekatan partisipatif yang melibatkan tokoh masyarakat, sesi interaktif, dan materi edukasi sederhana berbasis makanan lokal, program ini mendapatkan penilaian kepuasan peserta sebesar 80% puas dengan materi edukasi, 88% puas terhadap fasilitas dan layanan tim pengabdian serta dampak dan kebermanfaatan edukasi ini berdasarkan penilaian peserta sebesar 78% maka selanjutnya peserta dapat meningkatkan kepatuhan diet rendah glikemik indeks. Hasil ini tidak hanya memperkuat kemandirian lansia dalam pencegahan komplikasi DM, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup komunitas secara berkelanjutan. Kegiatan edukasi yang serupa di desa-desa lain di Gresik dapat direkomendasikan, dengan integrasi monitoring jangka panjang dan kolaborasi lintas sektor untuk mengatasi prevalensi DM yang tinggi di kalangan lansia pedesaan Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Alviani, K. R. (2022, August 8). *Lansia Sehat, Makan Tenang dengan Diabetes*. Kemenkes: Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1203/lansia-sehat-makan-tenang-dengan-diabetes
- Anggraini, N. A., & Permana, A. C. (2025). Edukasi Berbasis Self-care untuk Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Masyarakat dalam Mengontrol Gula Darah pada Penyakit Diabetes Mellitus di RSUD Jombang. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 24–32. <https://doi.org/10.58545/djpm.v4i1.486>
- Budiati, E., Adyas, A., Sartono, P., Winarto, A., & Putri, D. U. P. (2025). Penyuluhan Tentang Diabetes Melitus dan Hipertensi Pada Anggota Prolanis Senam Klinik Maharaja Medical Centre. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat*, 5(1), 41–48. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/psnpkm.v5i1.7078>
- Campos, B. M., Kieffer, E. C., Sinco, B., Palmisano, G., Spencer, M. S., & Piatt, G. A. (2018). Effectiveness of a community healthworker-led diabetes intervention among older and younger Latino participants: Results from a randomized controlled trial. *Geriatrics (Switzerland)*, 3(3). <https://doi.org/10.3390/geriatrics3030047>

- Jamaludin. (2023). Media Edukasi Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 362–376. <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jkm.v11i3.1990>
- Kristanto, B., Ramba, H. La, Orizani, C. M., Safaruddin, Handayani, P. A., Ramadhani, D. Y., & Sovianti, V. (2025). *Asuhan Keperawatan Keluarga dan Komunitas: Menyongsong Tantangan Kesehatan Masa Kini*. PT Nasya Expanding Management (Penerbit NEM).
- Pati, D. U., & Boling, M. Y. S. (2024). Edukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia (Usia Lanjut) Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Di Desa Persiapan Kaju. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(3), 537–541. <https://doi.org/https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i3.857>
- Permadi, A. N., Agustine, F., Indallah, R. D. A., Putra, S. M., Bachtiar, T. O., Alawiyah, T., & Astuti, A. P. K. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Penyakit Diabetes Melitus Pada Lansia Terhadap Pencegahan Diabetes Melitus. *Bina Sehat Masyarakat*, 4(1), 21–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/bsn.v4i1.73426>
- Pujiwati, Hadiyanto, H., & Basri, B. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 4581–4587. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.16973>
- Purnami, N. M. N. A. (2022, November 23). *Diet Seimbang untuk Penderita Diabetes Mellitus*. RSU Negara: Unit Pelaksana Teknis Dinas. <https://rsu.jembranakab.go.id/berita/read/17/diet-seimbang-untuk-penderita-diabetes-melitus.html>
- Retnoningrum, D., Rachmawati, B., Widyastiti, N. S., Kurnia, I. E., Limijadi, S., Farhanah, N., Hendrianingtyas, M., & Suromo, L. B. (2024). Skrining dan Edukasi Diabetes Melitus dan Dislipidemia Pada Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Jomblang Semarang. *Jurnal Proactive*, 3(1), 6–12. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/proactive/article/view/21300>
- Runtu, A. R., Enggune, M., Pondaag, A., Lariwu, C., Sarayar, C., Pondaag, L., Lolowang, N., Merentek, G., Lontaan, E., & Sumarauw, J. (2024). *Penyuluhan Kesehatan Diabetes Mellitus dan Deteksi Kadar Gula Darah pada Lansia*. 5(1), 1492–1499. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i1.3009>
- Sholichin, S., Azzahra, K. N., Kristi, M., Rining, L., Khumaidi, K., & Syahrin, S. (2023). Diet Adherence among Elderly with Diabetes Melitus in Health Care Center Rapak Mahang Tenggara, East Borneo: A Kuantitative Descriptive Study. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 6(1), 97–101. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v6i1.10377>
- Supriatiningrum, D. N. (2021). Risk Factors for Obese Woman in Middel to Lower Socioeconomic Status. *Ghidza Media Jurnal*, 2(2), 163–168. <https://doi.org/https://doi.org/10.30587/ghidzamediajurnal.v2i2.3078>
- Supriatiningrum, D. N., Amelia, F., & Herawaty, A. (2022). Potensi Status Gizi dan Sosio Ekonomi Berdampak pada Wanita Usia Subur (WUS) mengalami Penyakit Hipertensi. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 6(2), 139–152. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i2.530>
- Susanti, A. L., Mustikasari, S., Rochmah, E. N., Ratunanda, S., Roslaeni, R., & Choerunisa, T. F. (2024). Edukasi Hidup Sehat dan Pemeriksaan Glukosa Darah Bagi Penderita Diabetes Melitus dan Warga di Desa Cilame Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, 5(2). <https://doi.org/10.26874/jakw.v5i2.473>
- Yunieswati, W., Yulianingsih, I., & Gery, M. I. (2023). Edukasi Gizi Seimbang Lansia dan Pemeriksaan Kesehatan pada Lansia Komunitas Olahraga Woodball. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 96–102. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i1.4193>
- Zatihulwani, E. Z., Sasmito, N. B., Putra, K. W. R., & Prawito. (2025). Diabetes Self Manajemen Education Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Desa Tugusumberjo Peterongan Jombang. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 3(1), 40–47. <https://doi.org/https://doi.org/10.53599/jap.v3i1.289>

Halaman Ini Dikosongkan