

**DIABETES SELF-MANAGEMENT EDUCATION BERBASIS
EXPERIENTIAL LEARNING TERHADAP KEPATUHAN DIET DAN
KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES**

Priyo Sulistiono¹, Yenny Puspitasari², Agusta Dian Ellina³
Institut Ilmu Kesehatan Strada Indonesia Kediri^{1,2,3}
sulistionopriyo88@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Diabetes *Self-Management Education* (DSME) Berbasis *Experiential Learning* terhadap Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes di RSUD Dr. R. Koesma Tuban. Metode yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *control group design*. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *simple random sampling* sebanyak 40 responden. Data dikumpulkan menggunakan lembar kuesioner dan dianalisis dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai *Asymp.Sig (2-tailed) = 0,000 < 0,05*, yang berarti H_1 diterima. Hal ini menunjukkan terdapat Pengaruh Diabetes *Self-Management Education* (DSME) Berbasis *Experiential Learning* Terhadap Kepatuhan Diet Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes di RSUD Dr. R. Koesma Tuban. Simpulan, DSME berbasis *experiential learning* memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes di RSUD Dr. R. Koesma Tuban.

Kata Kunci: Diabetes, Kepatuhan Diet, Kualitas Hidup, Teknologi

ABSTRACT

*This study aims to analyze the effect of Experiential Learning-Based Diabetes Self-Management Education (DSME) on dietary adherence and quality of life among diabetes patients at RSUD Dr. R. Koesma Tuban. A quasi-experimental method with a control group design was employed. The sample consisted of 40 respondents selected using simple random sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results indicate that, based on the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of $\alpha = 0.05$, the obtained *Asymp.Sig (2-tailed) value was 0.000 < 0.05*, which means H_1 is accepted. This finding demonstrates that Experiential Learning-Based DSME significantly affects dietary adherence and quality of life among diabetes patients at RSUD Dr. R. Koesma Tuban. In conclusion, DSME based on experiential learning has a significant impact on improving dietary adherence and quality of life for diabetes patients at RSUD Dr. R. Koesma Tuban.*

Keywords: Diabetes, Diet Adherence, Quality of Life, Technology

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) merupakan masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat, yang berpotensi menyebabkan komplikasi serius dan seringkali mengakibatkan kematian. Data terbaru menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus global terus meningkat, dengan estimasi mencapai 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) pada tahun 2021 (International Diabetes Federation, 2022). *American Diabetes Association* (ADA) menyatakan bahwa setiap 21 detik, satu orang di Amerika Serikat terdiagnosis diabetes mellitus. Hampir setengah dari populasi orang dewasa di Amerika Serikat menderita diabetes mellitus (Davies et al., 2022). Indonesia menduduki peringkat keempat di dunia dengan prevalensi diabetes mellitus tipe 2 sebesar 8,6% dari total populasi, yang diperkirakan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030 (Ridwan & Dewi, 2024).

Tren epidemiologi diabetes mellitus tipe 2 terus meningkat akibat perilaku tidak sehat, urbanisasi, kurangnya aktivitas fisik, perubahan pola makan, peningkatan obesitas, dan rendahnya kepatuhan dalam pengobatan. Kepatuhan pengobatan yang rendah mempengaruhi kontrol glikemik terkait kadar glukosa darah, HbA1c, dan kolesterol, yang berdampak pada kualitas hidup dan masalah psikologis serta memperburuk gangguan metabolik (Syaipuddin et al., 2023). Pada 5 Januari 2024, studi pendahuluan di RSUD dr. R. Koesma Tuban melibatkan wawancara dengan 10 pasien diabetes rawat inap mengenai kepatuhan diet 3J (Jumlah, Jenis, dan Jadwal Makan) sesuai rekomendasi PERKENI. Hasilnya menunjukkan 6 dari 10 pasien mematuhi diet, sedangkan 4 lainnya mengalami kesulitan karena ketidakdisiplinan. Masalah utama dalam pelayanan diabetes di rumah sakit Indonesia adalah penanganan kasus yang belum optimal dan kurangnya budaya memandirikan pasien. Di RSUD dr. R. Koesma, edukasi mengenai pencegahan komplikasi belum maksimal, berdampak pada ketidakpatuhan diet dan kualitas hidup pasien. Walaupun penyuluhan telah dilakukan, lebih dari 50% pasien tidak melaksanakannya, menandakan perlunya peningkatan edukasi dan pendekatan yang lebih efektif dalam manajemen diabetes.

Salah satu intervensi yang dapat diterapkan pasien DM adalah program *Diabetes Self Management Education* (DSME). Studi sebelumnya telah mengidentifikasi beberapa keterampilan khusus yang disebut manajemen diri yang membantu merubah berbagai faktor yang berhubungan dengan kepatuhan yang dapat membantu merubah gaya hidup (Roberta et al., 2023; Uly et al., 2024). DSME menggunakan metode pedoman, konseling, dan intervensi perilaku untuk meningkatkan pengetahuan mengenai diabetes dan meningkatkan keterampilan individu dan keluarga dalam mengelola penyakit DM (Lai et al., 2024). *Model experiential learning* mendefinisikan pembelajaran sebagai sebuah proses yang didapatkan melalui kombinasi antara memperoleh pengalaman (*grasping experience*) dengan mentransformasi pengalaman (*transformation of experience*). Proses pembelajaran bermula dari adanya suatu pengalaman yang diobservasi dan direfleksikan. Dari hasil proses tersebut, individu akan membentuk konsep-konsep abstrak yang kemudian dicobakan pada berbagai situasi baru. Mencoba menerapkan pada situasi baru suatu konsep abstrak yang telah dibentuk, memberikan suatu pengalaman baru lagi bagi individu, demikian seterusnya proses pembelajaran berlangsung, seperti sebuah siklus. *Experiential learning* adalah proses belajar, yaitu proses perubahan yang menggunakan pengalaman sebagai media belajar atau pembelajaran (Kolb & Kolb, 2022).

Beberapa penelitian terdahulu seperti yang dilakukan oleh Chowdhury et al. (2024) dengan judul "*The effectiveness of diabetes self-management education*

intervention on glycaemic control and cardiometabolic risk in adults with type 2 diabetes in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis" menunjukkan hasil bahwa DSME efektif dalam meningkatkan kontrol glikemik pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Penelitian tersebut menggunakan metode *systematic review* dan meta-analisis dari 44 studi *randomized controlled trial*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Camargo-Plazas et al. (2023) berjudul "*Diabetes self-management education (DSME) for older persons in Western countries: A scoping review*" menunjukkan bahwa DSME secara signifikan meningkatkan kualitas hidup dan kepatuhan pengobatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Penelitian tersebut menggunakan *scoping review* dengan menganalisis 44 studi.

Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah integrasi DSME dengan model *experiential learning*, yang belum banyak dieksplorasi dalam penelitian sebelumnya. Aspek *novelty* dari penelitian ini terletak pada penggabungan DSME dengan model *experiential learning*, yang bertujuan untuk meningkatkan efektivitas edukasi manajemen diri diabetes. Pendekatan ini diharapkan dapat mengakomodasi situasi sosial, kreativitas, dan intelektual penderita DM melalui proses pembelajaran berbasis pengalaman. Selain itu, penelitian ini juga berfokus pada kepatuhan diet dan kualitas hidup sebagai hasil utama, yang memberikan perspektif baru dalam evaluasi efektivitas intervensi edukasi diabetes.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *Quasy-Experimental* dengan pendekatan *control group design*, membandingkan kelompok yang menerima intervensi DSME yang diintegrasikan dengan *experiential learning* dengan kelompok kontrol. Penelitian dilakukan di RSUD Dr. Koesma Tuban, Ruang Teratai, pada bulan Desember 2023 sampel sebesar 40 pasien. Persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia telah diperoleh (nomor: 001364/EC/KEPK /1/06/2024). Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan SOP DSME, yang validitas dan reliabilitasnya telah diuji. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner yang mengukur karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan), kepatuhan diet, dan kualitas hidup. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dan dianalisis menggunakan *software* SPSS dengan uji *Man-Whitney* untuk membandingkan dua kelompok independen dan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk analisis data berpasangan, dengan tingkat signifikansi 0,05. Observasi dilakukan untuk memastikan pelaksanaan intervensi DSME sesuai dengan SOP. Data yang terkumpul di input dan dianalisis untuk menentukan perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kontrol, dengan tujuan mengevaluasi efektivitas intervensi terhadap kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.
Karakteristik Responden di RSUD Dr. R. Koesma Tuban Mei-Juni 2024 (n= 40)

Karakteristik	Kategori	Perlakuan		Kontrol	
		n	%	n	%
Umur	25-45 tahun	8	15	5	25
	46-55 tahun	6	30	5	25
	>55 tahun	11	55	10	50
Total		20	100	20	100

Karakteristik	Kategori	Perlakuan		Kontrol	
		n	%	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	6	30	4	20
	Perempuan	14	70	16	80
	Total	20	100	20	100
Pekerjaan	IRT	13	65	12	60
	Swasta	3	15	3	15
	Wiraswasta	3	15	3	15
	Lain-lain	1	5	2	10
	Total	20	100	20	100
Pendidikan	SD	13	65	7	35
	SMP	2	10	1	5
	SMA	3	15	4	20
	Tidak sekolah	2	10	8	40
	Total	20	100	20	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa karakteristik berdasarkan usia sebagian besar berusia > 55 tahun pada kelompok eksperimen sebanyak 11 responden (55,3%) pada kelompok kontrol sebanyak 10 responden (50%). Karakteristik berdasarkan jenis kelamin responden menunjukkan data bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan pada kelompok eksperimen sebanyak 14 responden (70%), dan pada kelompok kontrol sebanyak 16 responden (80%). Karakteristik berdasarkan pekerjaan responden menunjukkan data sebagian besar sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) pada kelompok eksperimen sebesar 13 responden (65%) dan kelompok kontrol sebesar 12 responden (60%). Karakteristik berdasarkan pendidikan responden menunjukkan data sebagian besar pendidikan terakhir SD pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol sebagian besar tidak sekolah sebesar 8 responden (40%).

Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Sebelum dan Sesudah Intervensi DSME Berbasis *Experiential Learning* pada Kelompok Eksperimen

Tabel 2.
Distribusi Variabel Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes di Kelompok Eksperimen RSUD Dr. R. Koesma Tuban Mei-Juni 2024 (n=20)

Variabel	Pre		Post	
	n	%	n	%
Kepatuhan Diet				
Baik	1	2.5	7	17.5
Cukup	2	5	13	32.5
Buruk	17	42.5	0	0
Total	20	100	20	100
Kualitas Hidup				
Baik	0	0	10	50
Cukup	3	15.0	10	50
Kurang	17	85.0	0	0
Total	20	100	20	100

Berdasarkan Tabel 2, distribusi variabel kepatuhan diet dan kualitas hidup pada pasien diabetes di kelompok eksperimen RSUD Dr. R. Koesma Tuban selama Mei-Juni 2024 menunjukkan perubahan signifikan. Sebelum intervensi, 42,5% responden memiliki kepatuhan diet buruk, 5% cukup, dan 2,5% baik; setelah intervensi, tidak ada yang buruk, 32,5% cukup, dan 17,5% baik. Untuk kualitas hidup, 85% responden tergolong kurang, 15% cukup, dan 0% baik sebelum intervensi; setelah intervensi, tidak ada yang kurang, 50% cukup, dan 50% baik. Data ini menunjukkan bahwa intervensi

yang dilakukan berhasil meningkatkan kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes di kelompok eksperimen.

Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Sebelum dan Sesudah Intervensi DSME Berbasis *Experiential Learning* pada Kelompok Kontrol

Tabel 3.
Distribusi Variabel Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup Pada pasien Diabetes di Kelompok Kontrol RSUD dr. R. Koesma Tuban Mei-Juni 2024 (n= 20)

Variabel	Pre		Post	
	n	%	n	%
Kepatuhan Diet				
Baik	1	5	4	20
Cukup	3	15	14	70
Buruk	16	80	2	10
Total	20	100	20	100
Kualitas Hidup				
Baik	0	0	0	0
Cukup	3	15	9	45
Kurang	17	85	11	55
Total	20	100	20	100

Berdasarkan Tabel 3, distribusi variabel kepatuhan diet dan kualitas hidup pada pasien diabetes di kelompok kontrol RSUD Dr. R. Koesma Tuban dari Mei-Juni 2024 menunjukkan perubahan terbatas. Sebelum intervensi, 80% responden memiliki kepatuhan diet buruk, 15% cukup, dan 5% baik; setelah intervensi, kepatuhan diet buruk menurun menjadi 10%, dengan yang cukup meningkat menjadi 70% dan yang baik menjadi 20%. Untuk kualitas hidup, tidak ada responden yang tergolong baik baik sebelum maupun setelah intervensi. Sebelum intervensi, 85% responden berada dalam kriteria kurang dan 15% cukup; setelah intervensi, kualitas hidup kurang meningkat menjadi 55% dan yang cukup menjadi 45%. Perubahan dalam kepatuhan diet terlihat, tetapi perbaikan dalam kualitas hidup tetap terbatas.

Analisis Pengaruh Diabetes Self-Management Education (DSME) Berbasis *Experiential Learning* Terhadap Kepatuhan Diet Di RSUD dr. R Koesma Tuban

Tabel 4
Pengaruh *Diabetes Self-Management Education* (DSME) Berbasis *Experiential Learning* Terhadap Kepatuhan Diet Di RSUD dr. R Koesma Tuban

Variabel	Perlakuan				Kontrol				Hasil Uji <i>Mann-Whitney</i>
	Pre		Post		Pre		Post		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kepatuhan Diet									
Baik	1	5	7	35	1	5	4	20	<i>p-value</i> 0,021
Cukup	2	10	13	65	3	15	14	70	
Buruk	17	85	0	0	16	80	2	10	
Total	20	100	20	100	20	100	20	100	
Kualitas Hidup									
Baik	0	0	10	50	0	0	0	0	<i>p-value</i> 0,000
Cukup	3	15	10	50	3	15	9	45	
Kurang	17	85	0	0	11	85	11	55	

Total	20	100	20	100	20	100	20	100
-------	----	-----	----	-----	----	-----	----	-----

Berdasarkan Tabel 4, data menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan, sebelum diberikan edukasi (DSME), hampir seluruh responden memiliki kepatuhan diet yang tergolong buruk, yaitu sebanyak 17 orang (85%). Setelah diberikan edukasi, sebagian besar responden mengalami peningkatan kepatuhan diet ke dalam kriteria cukup, sebanyak 13 orang (65%). Untuk kelompok kontrol, sebelum edukasi, sebagian besar responden juga memiliki kepatuhan diet yang buruk, yaitu sebanyak 16 orang (80%). Setelah edukasi, sebagian besar responden di kelompok kontrol mengalami peningkatan kepatuhan diet ke dalam kriteria cukup, yaitu sebanyak 14 orang (70%). Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai $p = 0,021$ dengan $\alpha = 0,05$, sehingga $p = 0,021 < \alpha = 0,05$, yang berarti ada pengaruh signifikan dari *Diabetes Self-Management Education* (DSME) Berbasis *Experiential Learning* terhadap kepatuhan diet di RSUD Dr. R. Koesma Tuban.

Untuk kualitas hidup, pada kelompok perlakuan, sebelum edukasi, hampir seluruh responden memiliki kualitas hidup yang tergolong kurang, yaitu sebanyak 17 orang (85%). Setelah edukasi, setengah dari responden mengalami peningkatan kualitas hidup ke dalam kriteria baik dan cukup, yaitu sebanyak 10 orang (50%). Sedangkan pada kelompok kontrol, sebelum edukasi, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup yang kurang, yaitu sebanyak 11 orang (85%). Setelah edukasi, hampir setengah dari responden di kelompok kontrol mengalami peningkatan kualitas hidup ke dalam kriteria cukup, yaitu sebanyak 9 orang (45%). Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai $p = 0,000$ dengan $\alpha = 0,05$, sehingga $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, yang berarti ada pengaruh signifikan dari *Diabetes Self-Management Education* (DSME) Berbasis *Experiential Learning* terhadap kualitas hidup di RSUD Dr. R. Koesma Tuban.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan responden di RSUD Dr. Koesma Tuban. Data menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan setelah diberikan edukasi dengan pendekatan prinsip DSME, 75% responden memiliki pengetahuan yang baik tentang diet. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai $p = 0,021$ dan nilai $\alpha = 0,05$, dengan $p < \alpha$, yang berarti ada pengaruh signifikan dari DSME berbasis *experiential learning* terhadap kepatuhan diet di RSUD Dr. R. Koesma Tuban. Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa DSME tentang *meal planning* meningkatkan pengetahuan pasien mengenai jenis makanan yang boleh dikonsumsi dan yang sebaiknya dikurangi (Bul et al., 2023). Studi terkait DSME juga menunjukkan bahwa intervensi ini dapat mengubah pengetahuan penderita DM tipe 2 (Berhanu et al., 2022). Pengetahuan merupakan domain penting dalam pembentukan tindakan seseorang, yang diperoleh setelah melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Metode seperti pemberdayaan masyarakat melalui pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus (Aini et al., 2024).

Pembelajaran dalam DSME bertujuan untuk memberikan pengetahuan pada penderita sehingga terjadi perubahan dalam proses informasi, pengambilan keputusan, dan emosi, yang pada akhirnya menghasilkan kontrol kognitif dalam otak untuk mekanisme belajar dan adaptasi (Syikir et al., 2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain usia, pendidikan, dan pengalaman. Perubahan pengetahuan pada kelompok perlakuan terjadi karena minat dan kesadaran responden dalam mengatur diet dengan benar sebagai salah satu cara menurunkan gula darah (Syikir et al., 2024). Edukasi bertahap dengan ceramah, diskusi, dan *sharing* antar penderita yang

melibatkan responden dan keluarga, serta *booklet* sebagai panduan, membantu mempercepat dan mempermudah penerimaan informasi (Megayanti & Wulandari, 2021; Prihati & Supriyanti, 2022).

Edukasi sangat penting dalam penatalaksanaan DM tipe 2 karena dapat mengubah perilaku pasien dalam perawatan mandiri. Mengubah perilaku pada penderita diabetes memerlukan motivasi berkelanjutan, dan edukasi dengan pendekatan DSME dalam empat pertemuan meningkatkan minat dan kesadaran responden di kelompok perlakuan dengan melibatkan mereka secara aktif. Keterlibatan pasien dan keluarga sangat penting untuk keberhasilan program pemberdayaan dan kemandirian pasien, yang berdampak pada kepatuhan dalam pengaturan makan (Berhimping et al., 2023; Wahyuni & Khalizar, 2023). Kepatuhan diet yang dianjurkan mempengaruhi kualitas hidup responden, juga dipengaruhi oleh kesadaran diri untuk berperilaku sehat dan menjaga kesehatan (Liawati et al., 2022).

Penelitian ini juga menunjukkan peningkatan kualitas hidup pada kelompok perlakuan setelah diberikan edukasi DSME. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai $\rho = 0,000$ dan nilai $\alpha = 0,05$, dengan $\rho < \alpha$, yang berarti ada pengaruh signifikan dari DSME berbasis *experiential learning* terhadap kualitas hidup di RSUD Dr. R. Koesma Tuban. Kualitas hidup mencerminkan kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan, dan dapat dipengaruhi oleh faktor seperti DSME. Studi sebelumnya juga menunjukkan bahwa DSME meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kepatuhan terhadap terapi, serta kualitas hidup pasien diabetes tipe 2 (Wijaya et al., 2024). Pengetahuan penderita tentang DM penting untuk membantu manajemen pengendalian penyakit, sehingga pengetahuan yang baik mempermudah kontrol DM (Kurniasih et al., 2024; Sonhaji et al., 2024). Manajemen diri dalam program DSME adalah proses berkelanjutan yang berisi strategi untuk membantu pasien, keluarga, dan pengasuh memahami dan mengelola penyakit, serta meningkatkan gaya hidup sehat (Nurfitrianiingsi Muhammad et al., 2024; Sonhaji et al., 2024).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari *Diabetes Self-Management Education* (DSME) Berbasis *Experiential Learning* terhadap kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes di RSUD Dr. R. Koesma Tuban. DSME berbasis *experiential learning* terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes. Berdasarkan temuan ini, DSME perlu diterapkan secara rutin kepada pasien diabetes untuk meningkatkan kepatuhan diet dan kualitas hidup mereka. Pasien dapat melakukan perencanaan makan, pemantauan glukosa darah mandiri, pengelolaan stres, aktivitas fisik, pengenalan komplikasi, dan penggunaan obat yang tepat. Dengan menerapkan hal ini dalam kehidupan sehari-hari, pasien diabetes diharapkan dapat meningkatkan kemampuan manajemen diri, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kepatuhan diet dan kualitas hidup. Pihak rumah sakit dan tenaga kesehatan disarankan untuk mengintegrasikan DSME berbasis *experiential learning* ke dalam program perawatan diabetes rutin untuk memaksimalkan manfaat bagi pasien.

SARAN

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah agar dilakukan evaluasi lebih mendalam mengenai komponen spesifik dari *Diabetes Self-Management Education* (DSME) yang paling berpengaruh terhadap kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes. Penelitian ini dapat mencakup variasi dalam pendekatan edukasi dan metode pelaksanaan untuk memahami elemen mana yang memberikan dampak paling signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, L., Astuti, L., & Anita, F. (2024). Peningkatan kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Melalui Penyuluhan Kesehatan tentang Diet Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Kelurahan Sukajaya Palembang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(1). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i1.12776>
- Berhanu, H., Feyissa, G. T., Geleta, D., & Sudhakar, M. (2022). Diabetes Mellitus Self-Management Education at Jimma University Medical Center: Evidence-Based Implementation Project. *JBIM Evidence Implementation*, 20(4), 280–288. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000312>
- Berhimpong, V. M., Akay, T. W. M., & Fernandez, G. V. (2023). Pengaruh Diabetes Self Manajemen Education (DSME) terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Diabetes Tipe 2 di RSUD Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 2030, 151–158. <https://doi.org/10.57213/jrikuf.v2i3.325>
- Bul, K., Holliday, N., Bhuiyan, M. R. A., Clark, C. C. T., Allen, J., & Wark, P. A. (2023). Usability and Preliminary Efficacy of An Artificial Intelligence-Driven Platform Supporting Dietary Management in Diabetes: Mixed Methods Study. *JMIR Human Factors*, 10. <https://doi.org/10.2196/43959>
- Camargo-Plazas, P., Robertson, M., Alvarado, B., Paré, G. C., Costa, I. G., & Duhn, L. (2023). Diabetes Self-Management Education (DSME) for Older Persons in Western Countries: A Scoping Review. *PLoS ONE*, 18(8 August). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0288797>
- Chowdhury, H. A., Harrison, C. L., Siddiquea, B. N., Tissera, S., Afroz, A., Ali, L., Joham, A. E., & Billah, B. (2024). The Effectiveness of Diabetes Self-Management Education Intervention on Glycaemic Control and Cardiometabolic Risk in Adults with Type 2 Diabetes in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review and Meta-Analysis. *PLOS ONE*, 19(2), e0297328. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297328>
- Davies, M. J., Aroda, V. R., Collins, B. S., Gabbay, R. A., Green, J., Maruthur, N. M., Rosas, S. E., Del Prato, S., Mathieu, C., Mingrone, G., Rossing, P., Tankova, T., Tsapas, A., & Buse, J. B. (2022). Management of Hyperglycemia in Type 2 Diabetes, 2022. A Consensus Report by the American Diabetes Association (ADA) and the European Association For the Study of Diabetes (EASD). *Diabetes Care*, 45(11). <https://doi.org/10.2337/dci22-0034>
- International Diabetes Federation. (2022). *IDF Diabetes Atlas 2021*. IDF Official Website.
- Kolb, A. Y., & Kolb, D. A. (2022). *Experiential learning theory: A dynamic, holistic approach to management learning, education and development*. In *The SAGE Handbook of Management Learning, Education and Development* (pp. 42–68). SAGE Publications Ltd.
- Kurniasih, E., Widia, C., Ratna Maulani, S. D., Kemuning, D. R., Aprianti, M., Irfansyah, I., & Baihaki, M. A. (2024). Penguatan Pengetahuan Mengenai Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus pada Masyarakat RT 02/ RW 01 Kecamatan Parigi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 5(1). <https://doi.org/10.36465/jupemas.v5i1.1292>
- Lai, Y. C., Chen, Y. S., Jiang, Y. D., Wang, C. S., Wang, I. C., Huang, H. F., Peng, H. Y., Chen, H. C., Chang, T. J., & Chuang, L. M. (2024). Diabetes Self-Management Education on The Sustainability of Metabolic Control in Type 2 Diabetes Patients: Diabetes Share Care Program in Taiwan. *Journal of the*

- Formosan Medical Association*, 123(2).
<https://doi.org/10.1016/j.jfma.2023.09.010>
- Liawati, N., Arsyah, S. N., & Patimah, I. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Medika Cendikia*, 9(02).
<https://doi.org/10.33482/medika.v9i02.195>
- Megayanti, D. S., & Wulandari, K. S. (2021). Development of Diabetes Self-Care Management Using Audio-Visual Media. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 9(1), 38–45. <https://doi.org/10.36858/jkds.v9i1.263>
- Nurfitrianiingsi Muhammad, Kosegeran, E., & Djalil, R. H. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Pengetahuan Kepatuhan Minum Obat Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Tk II Robert Wolter Mongisidi Manado. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 2(1).
<https://doi.org/10.61132/obat.v2i1.75>
- Prihati, D. R., & Supriyanti, E. (2022). Promkes Manajemen Diabetik untuk Pencegahan Luka Diabetik pada Kelompok Kader Kesehatan Semarang Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(9).
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i9.6892>
- Ridwan, R. K. S., & Dewi, A. D. A. (2024). Family Support and Dietary Adherence in Individuals with Type 2 Diabetes Mellitus in Banten, Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 19(Supp.1). <https://doi.org/10.25182/jgp.2024.19.supp.1.27-34>
- Roberta, L., Amoakoh-Coleman, M., Djobalar, B., Grobbee, D. E., Adjei, G. O., & Klipstein-Grobusch, K. (2023). Diabetes Self-Management Education Interventions and Self-Management in Low-Resource Settings; A Mixed Methods Study. *PloS One*, 18(7). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0286974>
- Sonhaji, S., Hani, U., & Rahmani, R. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Manajemen Diri terhadap Tingkat Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus di Kabupaten Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 8(1).
<https://doi.org/10.33655/mak.v8i1.180>
- Syaipuddin, S., Haskas, Y., Nurbaya, S., Tawil, S., & Suhartatik, S. (2023). Management of Diabetes Self Management Education (DSME) as an Effort to Prevent Complications in People with Diabetes Mellitus in Kassi Kassi Village, Makassar City. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9).
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.10908>
- Syikir, M. S., Suherman, S., Astuti, A., Niar, N., & Kiki, K. S. (2024). Diabetes Self Management Education (DSME) berbasis Health Coaching (HC) pada Pasien Diabetes Mellitus Type II: Systematic Review. *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan*, 7(1). <https://doi.org/10.56467/jptk.v7i1.123>
- Uly, N., Fadli, Yanti, Y. D., Iskandar, R., & Amir, H. (2024). Self Care Behavior Models Based on Diabetes Self Management Education in Palopo City. *Multidisciplinary Science Journal*, 6(4).
<https://doi.org/10.31893/multiscience.2024038>
- Wahyuni, L., & Khalizar. (2023). Pelaksanaan Diabetes Self Management Education (DSME) pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Assyifa Ilmu Keperawatan Islami*, 8(1). <https://doi.org/10.54460/jifa.v8i1.63>
- Wijaya, A. K., Gita, A. D., & Andari, F. N. (2024). Hubungan Kepatuhan Diet, Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Bengkulu. *Malahayati Nursing Journal*, 6(1).
<https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1.12697>