

MEDIA EDUKASI YANG TEPAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 TERHADAP KEPATUHAN DIET : *LITERATURE REVIEW*

Afriyani^{1*}, Suriadi², Argitya Righo²

^{1*}Mahasiswa, Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura

²Dosen, Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura

Email : Apikafriyani@gmail.com

ABSTRACT

Background: Education is an activity of delivering health messages to individuals or individuals to obtain better knowledge. Educational media is a tool that explains most of all learning programs that are difficult to solve verbally. The media chosen in this search literature are pocketbooks, leaflets, and audiovisual (video). The media were chosen because they are simple, concise, complete with information and patients can directly ask health officials as well as discuss information delivered. **Aims:** Knowing the use of appropriate educational media for knowledge and adherence to the diet of patients with type 2 diabetes mellitus. **Method:** This type of research is a literature review study, The method used is a database search on PubMed, Google Scholar, and Science Direct with a range of years of the publication period 2015-20120. **Result:** Appropriate health education media for people with type 2 diabetes mellitus to adhere to the diet are pocketbooks, leaflets, and audiovisual (video). **Conclusion:** The use of educational media for people with type 2 diabetes mellitus is to use pocketbook media and leaflets for diet compliance.

Keywords: diet compliance, knowledge, type 2 diabetes mellitus education media.

ABSTRAK

Latar belakang: Edukasi adalah kegiatan penyampaian pesan kesehatan kepada kelompok atau individu dengan tujuan dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik. Media edukasi merupakan alat bantu yang berfungsi dalam menjelaskan sebagian ataupun keseluruhan program pembelajaran yang sulit dijelaskan secara verbal. Media yang dipilih dalam penelusuran literature ini adalah buku saku, leaflet, audiovisual (video), dan media sosial. **Tujuan:** Mengetahui penggunaan media edukasi yang tepat terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian literature review, metode yang digunakan adalah penelusuran database pada PubMed, Google Scholar, dan Science Direct dengan rentang periode publikasi tahun 2015-2020. **Hasil:** Media edukasi kesehatan yang tepat untuk penderita diabetes melitus tipe 2 terhadap kepatuhan diet yaitu leaflet. **Kesimpulan:** Media edukasi yang tepat untuk penderita diabetes melitus tipe 2 yaitu menggunakan media leaflet terhadap kepatuhan diet.

Kata Kunci : diabetes melitus tipe 2, kepatuhan diet, media edukasi, pengetahuan.

LATAR BELAKANG

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronik yang disebabkan oleh pankreas tidak memproduksi cukup insulin secara efektif. Insulin merupakan hormon pengatur keseimbangan kadar gula didalam darah (Ardianti, 2019). Adapun faktor yang menyebabkan seseorang terkena DM antara lain faktor ras/etnis, usia, obesitas, gaya hidup, kurang gerak badan, keturunan, kehamilan, infeksi, stres, dan obat-obatan (Tandra, 2017). Diabetes Melitus diklasifikasikan menjadi dua tipe, yaitu tipe 1 dan tipe 2. Diabetes Melitus tipe 2 merupakan DM yang tidak tergantung pada insulin atau *Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus* (NIDDM) kurang lebih 90-95% penderita. DM tipe 2 adalah jenis yang paling banyak ditemukan sehingga DM tipe 2 perlu dilakukan penelitian lebih lanjut (Maghfirah, 2015).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2013 angka prevalensi diabetes melitus di Indonesia jika estimasi jumlah penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas pada tahun 2013 sebesar 176.689.336 orang, maka diperkirakan jumlah penderita diabetes melitus kurang lebih berjumlah 12 juta orang (Riskesdas, dalam Pusdatin Kemenkes RI, 2014). WHO memperkirakan ditahun 2025 Indonesia menempati peringkat kelima didunia dengan estimasi penderita diabetes melitus sebesar 12.4 juta orang (Aqarista, 2017).

Meningkatnya kasus DM diakibatkan oleh beberapa faktor salah satunya yang berkaitan dengan gaya hidup, yaitu asupan makanan yang berlebihan sehingga terjadi peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia) (Febry, 2013). Menurut Centers for Disease Control and Prevention, National Diabetes Statistics Report

(2017), upaya pencegahan dan peningkatan kualitas hidup pasien DM diperlukannya manajemen DM bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa darah normal, jika kadar gula darah tidak terkendali berbagai komplikasi DM muncul seperti penyakit kardiovaskuler, gagal ginjal, gangguan penglihatan dan sistem saraf (Heriyanto, 2019).

Upaya pengendalian kadar gula darah untuk mencegah terjadinya komplikasi DM dapat dilakukan dengan menjalani kepatuhan diet dengan cara mengatur pola makan dan jumlah makanan yang tepat. Diet merupakan salah satu poin penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus karena bertujuan untuk mencapai atau mempertahankan kadar glukosa darah dan lipid mendekati normal, mencegah komplikasi akut dan kronik, serta meningkatkan kualitas hidup (Damayanti, 2015). Mematuhi kepatuhan diet dan mengkonsumsi makanan sehat sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan terapi diet terutama pada penyakit yang tidak menular seperti penyakit Diabetes Melitus (Yaqin, 2017).

Menurut teori Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2014) menerangkan bahwa satu diantara yang mempengaruhi perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan. Semakin sering seseorang mendapat edukasi, maka semakin baik pula perilakunya (Notoatmodjo, 2014). Menurut American Diabetes Association (ADA) (2017), pendidikan kesehatan penderita diabetes melitus merupakan komponen penting dalam manajemen diri untuk mendapatkan informasi serta pengetahuan terkait DM yang didukung tim kesehatan dan orang-orang disekitarnya.

Studi yang dilakukan oleh Haryono & Suryati (2018) didapatkan hasil penelitian bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang diet DM terhadap kepatuhan diet pasien menggunakan media leaflet dan lembar balik dengan hasil p value = 0,000 artinya ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan tentang diet DM terhadap kepatuhan pasien DM (Suratun, 2018). Edukasi kesehatan diet diabetes melitus menggunakan media massa terbukti berhasil dari penelitian yang dilakukan oleh Dwipayanti (2017) untuk membentuk perilaku kepatuhan dalam menjalani diet untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan penderita DM dengan keberhasilan nilai p value = 0,000 dengan nilai korelasi sebesar 0,817 (Dwipayanti, 2017).

METODOLOGI

Desain penelitian yang digunakan adalah *literature review*. Literatur review merupakan menganalisis, mengevaluasi dan mensintesis adanya temuan teori oleh penelitian sebelumnya (Suardi, 2019). Kerangka kerja pada penelitian ini adalah kerangka kerja PICO. Dengan menggunakan kata kunci yang dikombinasikan “education type 2 diabetes mellitus patients diet” dalam bahasa Inggris dan “edukasi diet diabetes melitus” dalam bahasa Indonesia Didapatkan 10 artikel jurnal yang terpilih yang telah melewati eliminasi dan skrining kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

HASIL

Media Edukasi Kesehatan Buku Saku dan Leaflet

Hasil penelitian yang diperoleh Haryono & Suryati (2018) bahwa

pendidikan kesehatan tentang diet DM dan kepatuhan diet menunjukkan nilai *mean* kepatuhan diet pasien DM pada kelompok intervensi sebesar 71.05, sedangkan pada kelompok kontrol nilai *mean* 61.03 dan hasil p value = 0,000 artinya ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan tentang diet DM terhadap kepatuhan diet pasien DM. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin besar pengetahuan dan semakin mudah mengembangkan pengetahuan yang berdampak pada peningkatan kesejahteraan seseorang. Pendidikan menjadi penting karena memengaruhi pola pikir seseorang tentang sesuatu hal sehingga berpengaruh dalam pengambilan suatu keputusan (Notoatmodjo, 2014).

Didukung hasil penelitian Heriansyah (2014) menyatakan ada pengaruh antara edukasi dengan pendekatan prinsip diabetes *self management education* terhadap peningkatan pengetahuan responden (Suratun, 2018). Menurut studi penelitian yang dilakukan oleh JW Muchiri (2016) edukasi kesehatan menggunakan media *leaflet* terbukti berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan responden dengan cara ceramah dan tatap muka dengan evaluasi hasil bahwa informasi yang diberikan perawat atau tenaga kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku diet pada pasien DM.

Menurut hasil studi penelitian Widajati (2015) mengatakan bahwa penderita DM tipe 2 dapat menerima edukasi menggunakan media *leaflet* yang dimodifikasi dari segi penampilan dan isi pesan. Media leaflet yang dimodifikasi dapat meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan diet untuk mencapai kadar gula darah normal (Widajati, 2015). Sejalan dengan penelitian dari negara

Taiwan yang dilakukan penelitian oleh Ouyang (2017) menyatakan bahwa kepatuhan diet penderita DM tipe 2 dengan mengatur pola makan dan asupan nutrisi agar normalnya kadar gula darah. Tenaga kesehatan mampu memberikan informasi proposi kesehatan dengan cara ceramah dan diskusi menggunakan media *leaflet* (Ouyang, 2017).

Penelitian Sopiandi (2018) menyatakan bahwa adanya perbedaan peningkatan pengetahuan setelah diberikannya edukasi gizi dengan media buku saku dan *leaflet* (Sopiandi, 2018). Diperkuat oleh penelitian Restuning (2015) menyatakan bahwa komunikasi petugas kesehatan dengan melalui edukasi diabetes dalam bentuk ceramah dengan media *leaflet* dapat meningkatkan kepatuhan pasien diabetes. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya. Klien diabetes perlu mendapat informasi tentang pengertian tentang DM terutama perencanaan makan. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan komponen yang penting agar pengelolaan diabetes itu bisa berjalan dengan baik (Restuning, 2015).

Menurut penelitian Mujib (2018) hasil studi memperlihatkan bahwa adanya efektifitas pemberian edukasi media *leaflet* terhadap kepatuhan pola makan penderita DM. Rendahnya tingkat pendidikan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang dalam proses memahami dan menerapkan apa yang telah disampaikan seperti menerapkan pola makan (diet) yang tepat untuk penderita Diabetes tipe 2 (Mujib, 2018).

Media Edukasi Kesehatan Audiovisual

Hasil penelitian Habibah (2019) didapatkan penjelasan bahwa

berdasarkan uji statistik *t-dependent* didapatkan mean nilai *Self Care Behavior* sebelum diberikan DSME adalah 36,73 dengan standar deviasi 11,65, untuk mean nilai *Self Care Behavior* setelah diberikan DSME adalah 60,93 dengan standar deviasi 10,15, dimana *p value* = 0.000 lebih kecil daripada nilai *alpha* ($p < 0,05$). Hal ini berarti didapatkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan nilai *Self Care Behavior* pada pasien DM dengan menggunakan media audiovisual sebelum dan setelah diberikan DSME.

Penelitian Nonce (2019) juga menyebutkan bahwa media edukasi menggunakan video merupakan salah satu media penyampai pesan yang dianggap efektif dengan penerimaan pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indera (Nonce, 2019). Menurut penelitian para ahli indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah indera pandang. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia disalurkan melalui indera pandang, 13% melalui indera dengar dan 12% lainnya tersalurkan melalui indera yang lain (Tuzzahroh, 2015).

Sejalan dengan penelitian Kallo (2018) menyatakan bahwa edukasi kesehatan dengan metode Video sangat efektif dalam peningkatan pengetahuan parapasien DM. Metode yang lebih menarik membantu pasien dalam penyerapan informasi Informasi yang diberikan lewat video juga lebih mudah didapatkan karena para responden bisa melihat kembali edukasi yang diberikan lewat internet sewaktu-waktu jika diperlukan. Metode edukasi yang seperti itu memungkinkan para pasien untuk semakin tertarik dalam mengikuti penyuluhan-penyuluhan kesehatan selanjutnya yang akan diselenggarakan (Kallo, 2018).

Media Edukasi Kesehatan Sosial Media

Penelitian menurut Yunitasari (2019) didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian edukasi sosial media *whatsapp* pada kelompok perlakuan dengan *p value* 0.000. Sama halnya dengan variable sikap dimana terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian edukasi pada kelompok perlakuan dengan *p value* 0.000. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutiawati (2013) bahwa edukasi gizi menggunakan sosial media *whatsapp* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan secara berkala pada pasien DM dengan nilai $p=0,031$, edukasi gizi dapat memperbaiki pola makan dengan nilai $p=0,003$ edukasi gizi juga dapat mengontrol kadar glukosa darah $p=0,000$.

Penelitian yang dilakukan oleh Taufiq (2015) dengan tujuan untuk mengetahui efektifitas pembelajaran menggunakan aplikasi *whatsapp* membuktikan bahwa 95% responden penggunaan aplikasi *whatsapp* efektif dapat meningkatkan pengetahuan. Sejalan dengan penelitian Ayu (2014) menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian edukasi gizi sosial media *whatsapp* pada peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap pada penderita diabetes melitus tipe 2 dengan nilai ($p\text{-value}=0,000$) Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan media sosial *whatsapp* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap penderita diabetes melitus tipe 2.

PEMBAHASAN

Media edukasi merupakan alat atau bahan yang digunakan sebagai media untuk pesan yang disampaikan dengan

tujuan untuk lebih mudah memperjelas pesan, atau untuk lebih memperluas jangkauan pesan. Penggunaan media bertujuan untuk memaksimalkan indera yang ada dalam menangkap pesan (Sopiyandi, 2018). Pengetahuan yang diberikan melalui indera penglihatan ialah 75% sampai 87%, melalui indera pendengaran ialah 13%, dan 12% dari indera yang lain. Semakin banyak indera dilibatkan dalam penangkapan pesan, maka semakin mudah pesan dapat diterima oleh sasaran pendidikan. Media edukasi kesehatan dapat berupa media cetak dan media elektronik (Notoatmodjo, 2014).

Menurut teori Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2010) menerangkan bahwa satu diantara yang mempengaruhi perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan. Semakin sering seseorang mendapat edukasi, maka semakin baik pula perilakunya (Restuning, 2015). Hasil penelitian Phitri (2013) tentang pengetahuan responden mengenai diet DM terhadap 54 pasien didapatkan hasil 12 orang dengan kategori baik, 18 orang dalam kategori cukup, dan 24 orang dalam kategori kurang, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan responden tentang diet DM sebagian besar kurang sebanyak 24 responden (44,4%).

Pasien DM masih sering mengabaikan dalam menjalankan program diet DM, hal yang sering diabaikan dalam melakukan diet adalah tidak mengurangi konsumsi makanan yang manis meskipun telah menggunakan gula pengganti, jarang mengonsumsi sayuran, tidak berolahraga dan tidak mengontrol berat badan (Bertalina, 2016).

Informasi yang sangat diperlukan yaitu informasi terkait pesan tentang

penyampaian kesehatan terkait kepatuhan diet DM, diantaranya penyampaian informasi yang dapat dilakukan oleh perawat adalah penyuluhan atau edukasi kesehatan dengan menggunakan media. Media yang sering digunakan untuk penyampaian pendidikan kesehatan atau edukasi yaitu berupa media *leaflet* dengan metode ceramah atau diskusi dan audiovisual (Ardianti, 2019).

Menurut Tomastola (2015) bahwa penyediaan bahan edukasi yang informatif dan menarik merupakan pendukung yang sangat kuat didalam memberikan penyuluhan kesehatan karena dengan cepat akan meningkatkan pengetahuan. Media dalam penelitian ini yang digunakan adalah buku saku dipilih karena ukurannya yang kecil, ringan, bisa disimpan disaku, sehingga praktis untuk dibawa kemana-mana, dan kapan saja bisa dibaca.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eliana dan Sholikhah (2013) terjadi perubahan pengetahuan sesudah diberikan edukasi dengan media buku saku. Pada variabel pengetahuan menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan responden dengan pemberian edukasi gizi melalui media buku saku dan media *leaflet*. Pada saat edukasi responden kedua kelompok mendengarkan dengan baik apa yang disampaikan oleh pemberi informasi menggunakan buku saku dan *leaflet*. Hal ini sesuai dengan teori bahwa media edukasi dapat menciptakan kondisi tertentu sehingga memungkinkan responden memperoleh pengetahuan, keterampilan atau sikap yang baru (Suparisa, 2013).

Menurut penelitian yang dilakukan Mujib (2018) menyatakan bahwa

pemberian edukasi menggunakan media *leaflet* dapat menambah pengetahuan responden terhadap perilaku kepatuhan diet dengan mengatur pola makan. Hasil studi memperlihatkan bahwa pendidikan terakhir pasien pada kelompok intervensi hampir seluruhnya adalah SD yaitu 14 orang (82,3%). Penelitian Kusumawati (2015) menjelaskan terdapat perbedaan kepatuhan menjalani diet ditinjau dari tingkat pendidikan. Rendahnya tingkat pendidikan akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang dalam proses memahami dan menerapkan apa yang telah disampaikan seperti pola makan atau diet yang tepat untuk penderita DM tipe 2. Sependapat dengan penelitian JW Muchiri (2016) bahwa telah dilakukan evaluasi setelah pemberian intervensi edukasi kesehatan menggunakan media *leaflet* terbukti dapat mengontrol pola makan penderita DM tipe 2.

Penelitian yang dilakukan Habibah (2019) menyatakan pemberian pendidikan kesehatan pada pasien diabetes melitus sangat penting untuk membantu terjadinya perubahan perilaku pada pasien DM agar menjadi lebih baik. Didapatkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan nilai *Self Care Behavior* pada pasien Diabetes Mellitus dengan menggunakan media audiovisual terhadap kepatuhan diet.

Media pendidikan kesehatan disebut juga sebagai alat peraga. Media yang dapat digunakan yaitu dengan alat bantu lihat dengar (*Audio Visual Aids*). Alat bantu audio visual adalah alat yang digunakan oleh pembicara materi dalam menyampaikan pesan kesehatan melalui alat bantu lihat dengar, seperti video, film dan lain-lain (Induniasih, 2018). Pada penelitian yang dilakukan Nonce (2019) menyatakan sebagian besar pengetahuan responden mengalami

peningkatan setelah diberikan konseling gizi dengan menggunakan video makanan yaitu sebesar 64.7%. Peningkatan pengetahuan dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan diet pasien dengan peningkatan sebesar 97.1% dan kadar gula darah mengalami penurunan yaitu 195,2 md/dl.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil analisa diatas diketahui bahwa sebagian besar penderita DM tipe 2 menerima edukasi kesehatan media *leaflet* terkait kepatuhan diet DM, baik dari segi penampilan maupun isi pesan. Hasil yang didapatkan ada peningkatan pengetahuan penderita terkait kepatuhan diet DM antara sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan media *leaflet*.

Diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan inovasi edukasi kesehatan terkait penyakit yang diderita lebih menarik dalam penyampaian media edukasi yang digunakan. Media edukasi kesehatan tentang kepatuhan diet merujuk ke semua pasien diabetes yang dirawat inap maupun rawat jalan untuk mendapatkan penjelasan tentang penatalaksanaan diet DM yang tepat. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan metode penelusuran web pencarian artikel. Penambahan referensi terhadap media apa saja yang lebih inovatif serta sangat berpengaruh dalam penyampaian edukasi kesehatan.

REFERENSI

- Aquarista, N. C. (2017). Differences characteristics patients diabetes mellitus type 2 with and without coronary heart disease. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5 (1), 37-47. DOI: 10.20473/jbe.v5i1.2017.37-47.
- Ardianti, T. & Fitri, J. F. (2019). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di poli penyakit dalam RSUD Idaman Banjarbaru tahun 2018. *Jurkessia*, Vol. IX (2). DOI: <http://dx.doi.org/10.33657/jurkessia.v9i2.171>.
- Association, A. D. (2017). Standards of medical care in diabetes. *The Journal of Clinical and Applied Research and Education*, 40 (1). DOI: 10.2337/dc17-S002.
- Bertalina, B. (2016). Hubungan lama sakit, pengetahuan, motivasi pasien dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 7 (2), 329-340. DOI: <http://dx.doi.org/10.26630/jk.v7i2.211>.
- Damayanti, N. P. (2015). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 dalam pencegahan ulkus kaki diabetik di poliklinik RSUD Panembahan Senopati Bantul. *Jurnal Keperawatan Respati*, 11 (1). DOI: <https://doi.org/10.35842/jkry.v2i1.173>.
- Dwipayanti, P. I. (2017). Hubungan pengetahuan tentang diet diabetes melitus dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan*, 47-53.

- Febry, A. P. (2013). Ilmu gizi untuk praktisi kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Habibah, A. U. (2019). Pengaruh diabetes self management education (DSME) dengan metode audiovisual terhadap self care behavior pasien diabetes melitus. *Healthcare: Jurnal Kesehatan* 8 (2), 23-28. DOI: <https://doi.org/10.36763/healthcare.v8i2.53>
- Heriyanto, A. (2019). Pengaruh kepatuhan diet, aktivitas fisik dan pengobatan dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus Suku Rejang. *Jurnal Keperawatan Rafflesia*, 1 (1), 56-57. DOI: <https://doi.org/10.33088/jkr.v1i1.393>
- Induniasih, R. (2018). Promosi kesehatan: pendidikan kesehatan dalam keperawatan. 1st ed. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- International Diabetes Federation. (2017). Diabetes atlas eighth edition.
- JW Muchiri, G. G. (2016). Impact of nutrition education on diabetes knowledge and attitudes of adults with type 2 diabetes living in a resource-limited setting in South Africa: a randomised controlled trial. *Journal of Endocrinology, Metabolism and Diabetes of South Africa*, 27-33. DOI: <https://doi.org/10.1080/16089677.2016.1200324>
- Kallo, G. M. (2018). Efektifitas pemberian edukasi dengan metode video dan focus group discussion (FGD) terhadap tingkat pengetahuan pasien DM tipe 2 di klinik diabetes Kimia Farma Husada Manado. *e-journal keperawatan (e-Kep)*, 6 (1), 1-6. Diunduh 27 Juni, 2020, dari <https://www.semanticscholar.org/paper/EFEKTIFITAS-PEMBERIAN-EDUKASI-DENGAN-METODE-VIDEO-2-SupitMasi/48e834f7561903d018e38cc1e3e7978a3d9a9c19>
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI, waspada diabetes situasi dan analisis diabetes. Jakarta: Pusdatin.
- Maghfirah, S. S. (2015). Relaksasi otot progresif terhadap stres psikologis dan perilaku perawatan diri pasien diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 10 (2), 137-146. DOI: <https://doi.org/10.15294/kemas.v10i2.3374>.
- Mujib, H. A. (2018). Promosi Kesehatan dengan model sesama berpengaruh terhadap kepatuhan makan pasien DM tipe 2. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 294-305. DOI: <http://dx.doi.org/10.33366/cr.v6i3.1041>.
- Nonce, M. P. (2019). Media video makanan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet serta pengendalian kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe II. *GIZIDO*, 11 (2), 81-85. Diunduh 9 Juni, 2020, dari <https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/gizi/article/view/768>
- Notoatmodjo. (2014). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ouyang, C.-M. (2017). Dietary education for patients with type 2 diabetes: failure or success? Department of

- Dietetics, National Taiwan University Hospital Hsin-Chu Branch, Taiwan, 7 (5), 377-380. Diunduh 9 Juni, 2020, dari <https://www.openaccessjournals.com/articles/dietary-education-for-patients-with-type-2-diabetes-failure-or-success-12175.html>..
- Restuning, P. D. (2015). Efektifitas edukasi diabetes dalam meningkatkan kepatuhan pengaturan diet pada diabetes melitus tipe 2. *Mutiara Medika*, 15 (1), 37-41. Diunduh 20 Juni, 2020, dari <https://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/2492>.
- Rumahorbo, H. (2014). Mencegah diabetes melitus dengan perubahan gaya hidup. Bogor: IN MEDIA.
- Sari, D. P. (2017). Pengaruh pendekatan implementation intention dalam manajemen perawatan diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Journal of Health Sciences*, 10(2). DOI: <https://doi.org/10.33086/jhs.v10i2.133>.
- Sopiandi, M. H. (2018). Efektifitas penggunaan media edukasi buku saku dan leaflet terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di puskesmas. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 01(02), 67-68. DOI: 10.30602/pnj.v1i2.290.
- Suparisa, N. I. (2013). Pendidikan & konsultan gizi. Jakarta: EGC.
- Suratun, E. &. (2018). Pendidikan kesehatan tentang diet terhadap kepatuhan pasien diabetes melitus. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7 (2), DOI: 10.319839/JRK.V7I2.3308, 91-96.
- Tandra, H. (2017). Segala sesuatu yang harus anda ketahui tentang DIABETES, panduan lengkap mengenal dan mengatasi diabetes dengan cepat dan mudah edisi kedua dan paling komplit. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Tomastola, Y. S. (2015). Tanggapan pasien diabetes melitus komplikasi tentang penggunaan media leaflet dan foto bahan makanan pada konseling gizi di Poli gizi RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *GIZIDO*, 7(1), 1-12. Diunduh 22 Juni, 2020, dari <https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/gizi/issue/view/9>.
- Tuzzahroh, F. (2015). Pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video, poster dan permainan kwartet gizi terhadap pengetahuan gizi dan status gizi siswa disekolah dasar negeri karangasem III kota Surakarta. *Jurnal Keperawatan*. Diunduh 20 Juni, 2020, dari <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/39769>.
- Widajati, S. E. (2015). Leaflet modifikasi dan pengendalian kadar glukosa darah penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 4, (1), 25-32. ISSN 2301-4024.
- Yaqin, A. N. (2017). Efek self efficacy training terhadap self efficacy dan kepatuhan diet diabetes. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1 (1), 1-10. DOI: <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v1i1.45>.