

UPAYA PENINGKATAN SELF CARE MANAGEMENT MELALUI PENDEKATAN PEER GROUP SUPPORT PADA PASIEN DIABETES MELLITUS

Fakhriatul Falah¹, Syamsidar², Mira Astri Koniyo³

^{1,2,3} Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Gorontalo

fakhriatulfalah@gmail.com

Keywords :

*Peer Group, Self
Care, Grounded
Theory,
Motivation*

ABSTRACT

One of the efforts to improve self care management in Patients with Diabetes Mellitus is to provide social support that can provide long-term support in Patients with Diabetes Mellitus. This social support can be provided in the form of peer group support. Objectives: This research aims to improve the self-care management abilities of diabetic mellitus patients and families in the community order. This research is a qualitative study with a grounded theory approach involving 10 people with diabetes mellitus. Data collection uses interview, observation and focus group discussion methods. Results: From the results of thematic analysis, four research themes were found, namely the benefits obtained from participating in peer group, changes in self care, barriers and motivation to join peer group . Conclusions: The application of peer group can increase the motivation of self care management of patients with diabetes mellitus. This study can be applied as one form of health care puskesmas by involving families and people with diabetes mellitus.

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah suatu gangguan metabolisme glukosa yang mengakibatkan permasalahan pada kontrol glukosa sehingga kadar gula darah menjadi tinggi. Tujuan pengobatan Diabetes Mellitus akan berhasil bila penatalaksanaan diabetes dilakukan berdasarkan kemampuan pasien untuk memulai dan melakukan tindakan secara mandiri melalui aktivitas self-care atau dikenal dengan *self care management*. Kemampuan pasien Diabetes Mellitus dalam menjalankan kebiasaan self-care yang tepat dan sukses berhubungan erat dengan angka morbiditas dan mortalitas dan secara signifikan mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup (Rantung, Yetti, & Herawati, 2015).

Penderita Diabetes Mellitus di Indonesia setiap tahunnya semakin meningkat. Indonesia menempati urutan ke-6 dari sepuluh negara dengan jumlah pasien diabetes tertinggi, yakni 10,3 juta pasien per tahun 2017 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 16,7 juta pasien per tahun 2045 (Puspitasari, 2020). Gorontalo menempati urutan ke 7 angka penderita Diabetes Mellitus dari 35 Provinsi di Indonesia dengan prevalensi yang meningkat dari 1,3 % pada tahun 2013 menjadi 2,4 % pada tahun 2018 (Risikesdas, 2018).

Salah satu upaya untuk meningkatkan self care management pada pasien Diabetes Mellitus adalah dengan memberikan dukungan social yang dapat memberikan support jangka

panjang pada pasien Diabetes Mellitus. Dukungan social ini dapat diberikan dalam bentuk peer group support. *Peer group support* merupakan salah satu support system dari sekelompok orang yang menderita penyakit yang sama. *Peer group support* mempunyai fungsi utama dalam *self-care management* Diabetes Mellitus meliputi membantu dalam *self-care management* harian, mengurangi depresi, membantu dalam perawatan klinis, menjadikan role model dalam *self-care management* Diabetes Mellitus (Diatiningsih, Kusnanto, & Bakar, 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Peimani (2018) menemukan *peer group support* efektif untuk meningkatkan *self care management* pada pasien Diabetes Mellitus. Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Peters, Nawijn, & Kesteren (2015) menemukan pasien Diabetes Mellitus mendapatkan pengalaman yang positif selama mengikuti *peer group support*, mendapatkan motivasi hidup dan memperbaiki stigma negative terkait penyakit yang diderita. Implementasi *Peer Group Support* sudah mulai dikembangkan di beberapa wilayah di Indonesia, namun untuk di wilayah Gorontalo, belum dilaksanakan, terutama di tatanan komunitas. Hal inilah yang melatarbelakangi dilaksanakannya penelitian terkait pengembangan *peer group support* sebagai langkah strategis dalam menekan angka kematian pasien Diabetes Mellitus di wilayah Gorontalo.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan *grounded theory*. Penelitian ini akan menggali manfaat yang didapatkan pasien Diabetes Mellitus dalam mengikuti *peer group support*, serta factor pendukung dan penghambat dilaksanakannya metode *peer group support*.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Kota Timur Kota Gorontalo pada bulan Juli sampai September 2021.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat pengguna layanan Puskesmas Kota Timur. Jumlah sampel 10 yang

dibagi menjadi 2 grup masing-masing terdiri atas 1 orang *peer supporter* dan 4 orang *peer member* (anggota). Metode sampling menggunakan sistem linear snow ball sampling.

Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dengan menggunakan metode wawancara, observasi dan *focus group discussion*. Tujuan utama metode FGD adalah untuk memperoleh interaksi data yang dihasilkan dari suatu diskusi sekelompok partisipan/responden dalam hal meningkatkan kedalaman informasi menyingkap berbagai aspek dapat didefinisikan dan diberi penjelasan (Iryana, 2019). Instrumen yang digunakan meliputi tape recorder dan catatan lapangan.

Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data menggunakan analisis verbatim dengan tahapan reduksi data meliputi meringkas data, mengkode menelusur tema melalui analisis tematik dan membuat gugus-gugus, selanjutnya penyajian data teks naratif dalam bentuk catatan lapangan dan transkrip wawancara dari tiap informan dan diakhir proses analisis data dilakukan penarikan kesimpulan.

HASIL

Karakteristik Responden

Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 10 orang dengan karakteristik sebagai berikut

Table 1. Karakteristik Responden

Kode Informan	JK	Usia (Tahun)	Lama Menderita DM (Tahun)
1	P	55	4
2	P	58	3
3	P	57	2
4	P	59	3
5	P	60	4
6	P	55	3
7	P	60	2
8	L	59	5
9	P	55	2
10	P	56	4

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan 9 orang (90%) dengan range usia responden 55-60 tahun serta lama menderita diabetes mellitus 2-5 tahun

a. Analisis data dilakukan dengan pendekatan model Spradley melalui analisis domain dan tematik diperoleh empat tema dari *indepth interview* sebagai berikut :

1. Manfaat yang didapatkan selama mengikuti *peer group*

Tema ini disimpulkan dari dua subtema yaitu peningkatan *health literacy*/pengetahuan terkait *self care* dan penurunan gula darah. Adapun analisis kata kunci dari setiap subtema adalah sebagai berikut :

a) Pengetahuan tentang *Self Care Management* Meningkat

Dari hasil analisis kata kunci pada informan ditemukan adanya peningkatan pengetahuan tentang diabetes mellitus dan cara perawatannya. Berikut beberapa pernyataan terkait yang dapat dikutip dari informan

"Dari kegiatan yang dilakukan, kita menjadi tau gejala penyakit yang kita derita seperti kolesterol, diabetes dan asam urat. Kita bisa mengetahui hal-hal apa yang harus dilakukan dan dihindari sehingga gula darah bisa menjadi normal kembali (Informan 3) "

"Membantu sih karena kita bisa mengetahui tentang diabetes itu dan cara mengontrolnya seperti apa, sehingga kita dapat mengontrol pola makan kita, kita juga dapat mengontrol status kesehatan kita (Informan 6) "

"Di kegiatan ini ada alat periksanya dan kita diperiksa, sehingga kita bisa mengontrol gula darah kita (Informan 7) "

"Karena ikut kegiatan, saya menjadi tau apa makanan yang tidak boleh di makan dan apa yang boleh dimakan (Informan 9) "

b) Penurunan Kadar Glukosa Darah
 Dari hasil analisis kunci dari informan, didapatkan informan mengalami penurunan glukosa

darah setelah mengikuti *peer group*. Sebagian besar informan menuturkan adanya perubahan kadar glukosa darah sebesar 100 – 200 mg/dL . Hal ini dapat dilihat dalam beberapa kutipan wawancara sebagai berikut :

" Gula darah saya sekarang sudah normal setelah ikut kegiatan ini (Informan 3) "

" Kita dapat mengetahui glukosa darah kita turun atau tidak, seperti kemarin gula darah saya sudah 400 , sekarang sudah turun menjadi 200 (Informan 4). "

"Sebelum ikut kegiatan ini, gula saya sekitar 400 atau 300, setelah ikut kegiatan ini, gula saya sudah turun " (Informan 7).

"Saya kemarin habis diukur gula darah , Alhamdulillah sudah turun jadi 200 lebih, sebelumnya biasanya saya punya gula 300 an brgitu" (Informan 9).

c) Motivasi Diri Meningkat

Dari hasil analisis tematik yang didapatkan didapatkan datanya adanya peningkatan efikasi diri dari informan .

" Saya jadi yakin bisa merubah pola hidup saya, karena saya liat ibu x saja yang lebih tua dari saya bisa mengontrol gula darahnya, jadi pasti bisa (informan 1) "

" Dulu saya sudah pasrah, sudah tua begini, tapi setelah saya sering diskusi dengan mereka saya jadi yakin bisa sehat kembali (informan 3)

" saya senang ikut kegiatan ini, punya kenalan yang sesama penderita diabetes, jadi bisa diskusi bersama, jadi semangat untuk merawat diri saya (Informan 5) "

" kan disini kita bisa saling bercerita tentang keseharian kita dan penyakit kita, jadi senang dan semangat untuk merawat diri, supaya penyakitnya tidak jadi parah (Informan 9)

2. Perubahan Pola *Self Care Management*

Berdasarkan hasil analisis kategorik, didapatkan dua subtema yang

menyusun tema perubahan *self care management*, yaitu perubahan keteraturan minum obat dan perubahan pola makan

a) Perubahan Keteraturan Minum Obat dan Check Up Kesehatan

Dari hasil indepth interview dengan informan didapatkan data adanya peningkatan kepatuhan informan dalam minum obat dan check up kesehatan, hal ini dapat dilihat dalam kutipan wawancara sebagai berikut :

“Sejak kegiatan ini, saya sudah rutin minum obat yang diberikan pihak puskesmas, juga rutin memeriksa gula darah saya (Informan 3)

“Alhamdulillah saya sudah minum obat secara teratur dan memeriksa ke puskesmas satu atau dua kali dalam sebulan (Informan 5).

“Kita sudah minum obat teratur yang kecil-kecil warna hijau , ada juga yang warna biru” (Informan 7).

b) Perubahan Pola Makan/Diet

Hasil wawancara menunjukkan adanya perubahan pola makan dari informan di antaranya mulai mengurangi makanan dan minuman mengandung gula tinggi, dan memperbanyak konsumsi sayur, hal ini dapat dilihat dalam kutipan wawancara sebagai berikut

“saya sudah control makanan, tidak makan banyak nasi, tidak minum kopi, hanya minum air putih” (Informan 1)

“Saya sudah kurangi makan makanan yang banyak gula dan makan nasi”. Gula juga sekarang pakai tropicana yang dibeliakan sama anak saya (Informan 4)

“Tetap seperti biasa, Cuma saya sudah kurangi porsi makan, kurangi nasi , sudah mulai banyak makan sayur”. Cuma saya takut makan sayur bayam karena saya takut asam urat saya (Informan 5) .

“Saya sekarang sudah makan nasi merah, makan sayur dan

buah juga , kadang kalau lapar makan ubi atau kentang yang direbus.” (Informan 9)

Dari kedua subtema di atas, didapatkan adanya peningkatan *self care* atau perawatan diri, kecuali pada komponen aktifitas. Sebagian besar informan mengemukakan belum ada waktu luang untuk olahraga rutin di rumah, tetapi informan sudah memiliki aktifitas tinggi seperti mencuci, memasak dan pekerjaan rumah lainnya disebabkan mayoritas informan merupakan ibu rumah tangga. Hal ini dapat dilihat pada beberapa kutipan wawancara informan sebagai berikut :

“Saya ini tidak olahraga, shubuh sudah olahraga didapur, soalnya kalau lari-lari di jalan makan waktu, kalau habis sholat shubuh sudah mulai beraktivitas (informan 4)”

“ saya ini shubuh sudah memasak, pokoknya dalam rumah, kesana kemari berjalan, pulang dari kegiatann ini saya tetap bekerja , saya ini kan satu rumah banyak orang. Saya tidak pernah Cuma duduk-duduk, kecuali sarapan dengan sholat.(Informan 5) ”

3. Kendala atau hambatan yang dialami selama mengikuti *peer group*.

Dari tema ini didapatkan kendala yang dihadapi antara lain banyaknya aktifitas di luar kegiatan *peer group* sehingga terkadang sulit meluangkan waktu untuk mengikuti *peer group*. Sebagian besar informan mengemukakan sulitnya mencari waktu luang karena aktifitas rutin yang dijalani. Hal ini dapat dilihat dari analisis kata kunci sebagai berikut :

“Saya suka ikut kegiatannya, hanya kadang banyak pekerjaan di rumah”(informan 1)

“Kendalanya itu waktu yang susah, kalau tidak ada waktu nda bisa” (Informan 2)”

“Tidak ada hambatan kecuali bekerja di rumah, Cuma sekarang ditinggal

dulu, tapi dua-duanya penting (Informan 3).

4. Strategi yang diterapkan untuk meningkatkan motivasi mengikuti *peer group*

Strategi yang diterapkan untuk meningkatkan motivasi yaitu dengan menjelaskan pentingnya *peer group* pada masyarakat. Menurut informan, strategi yang diterapkan pada masyarakat adalah dengan menekankan manfaat yang didapatkan dari kegiatan, seperti dapat dilihat dari hasil analisis kata kunci sebagai berikut :

“ Mungkin mau, kalau dijelaskan mereka bisa diperiksa gula darah, dan akan diberikan informasi tentang penyakitnya (Informan 1) ”.

“Disampaikan ke mereka, kalau ikut kegiatan ini, kita akan diberitahu tentang penyakit kita” (Informan 3)

“Tergantung ibu (nakes), bagaimana caranya memotivasi kami, dengan cara dikasi tau akan ada periksa gula darah gratis atau akan ada obat dari dokter (Informan 6)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis tematik didapatkan 4 tema yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini yaitu manfaat yang didapatkan melalui pendekatan *peer group*, perubahan *self care management*, kendala yang dihadapi selama pembentukan *peer group* dan strategi yang diterapkan untuk meningkatkan motivasi mengikuti *peer group*. Dari analisis terhadap manfaat yang didapatkan informan selama mengikuti *peer group*, didapatkan 3 subtema yaitu peningkatan *health literacy* masyarakat terkait Diabetes Mellitus, penurunan glukosa darah dan peningkatan motivasi diri informan dalam melakukan manajemen perawatan diri. *Health literacy* adalah tingkat kemampuan seseorang untuk mengakses, memahami, menilai dan mengaplikasi informasi serta pelayanan kesehatan yang dibutuhkan untuk mengambil keputusan yang layak mengenai kesehatan. *Canadian Public Health Association (CPHA) Expert Panel on Health Literacy* menggambarkan *health literacy* sebagai kemampuan untuk mengakses, memahami, menilai, dan mengaplikasi informasi sebagai

cara untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan dalam berbagai keadaan. Masyarakat yang tidak memiliki *health literacy* berisiko untuk membuat keputusan yang salah, kondisi kesehatan masyarakat dapat memperparah kesehatan mereka (Maulina, 2015). Berdasarkan hasil wawancara, informan mengemukakan setelah mengikuti kegiatan, lebih memahami tentang perawatan dirinya, mengetahui aktivitas atau makanan yang harus dihindari dan rutin dalam memeriksakan gula darahnya. Informan mendapatkan tambahan pengetahuan dari edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan dan dari *sharing* pengalaman yang diceritakan dari sesama pasien Diabetes Mellitus yang merupakan anggota *peer group*. Hasil ini sejalan dengan studi kasus yang dilakukan oleh Nursanti & Utami (2021) yang menemukan bahwa *peer group* dapat membangun komunikasi dan diskusi antar pasien sehingga dapat meningkatkan *health literacy* pasien dan merubah gaya hidup pasien. Selain meningkatkan *health literacy*, informan juga mengemukakan adanya penurunan kadar glukosa darah setelah terlibat dalam aktivitas *peer group*. Dari hasil wawancara dengan 10 orang informan, didapatkan adanya penurunan glukosa darah pada rentang 100-200 mmHG setelah mengikuti kegiatan, bahkan sekitar 5 orang informan, mengemukakan gula darahnya telah kembali ke rentang normal. Penelitian yang dilakukan oleh Khiyali et al., (2021) di Iran dengan pendekatan kuasi eksperimen menemukan terdapat pengaruh *peer group* terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus ($P < 0.001$). Manfaat lain yang didapatkan informan yaitu meningkatnya motivasi diri dalam melakukan manajemen perawatan diri. Dari hasil analisis tematik, informan mengemukakan setelah berinteraksi dengan penderita diabetes lain yang berhasil mengontrol gula darahnya dan memiliki gaya hidup sehat, informan menjadi yakin mampu merubah kebiasaan buruk yang sebelumnya dilakukan selama menderita diabetes mellitus. Informan menjadi yakin dapat melakukan perubahan dalam melakukan perawatan diri, baik dari segi diet, keteraturan minum obat dan pola aktifitas. Diabetes mellitus merupakan yang tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikontrol, sehingga membutuhkan motivasi tinggi dari penderita dalam melakukan manajemen perawatan diri

jangka panjang. Penelitian yang dilakukan oleh (Ikafah & Kusnanto (2019) yang menemukan *peer group* efektif dalam meningkatkan keyakinan pasien diabetes mellitus dalam mengontrol gula darahnya, yang lebih dikenal dengan *self efficacy*. *Self-efficacy* termasuk aspek psikososial mengenai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan sesuatu, hal ini sangat penting bagi penderita DM dalam mengelola penyakitnya.

Terdapat Perubahan pola *self care management* didapatkan pada informan setelah mengikuti kegiatan *peer group* khususnya terkait pola makan dan keteraturan minum obat dan *check up* rutin. Seluruh informan mengemukakan adanya perubahan pola diet , seperti mengurangi makanan dan minuman dengan kadar gula tinggi seperti nasi, kue atau kudapan yang manis, teh dan kopi. Selain itu , informan juga mulai mengkonsumsi makanan sehat seperti buah, sayuran , lebih memilih mengkonsumsi umbi-umbian dan nasi merah sebagai sumber karbohidrat rendah gula. Selain itu, informan juga rutin dalam melakukan *controlling* gula darah dan *medical check up* di Puskesmas. Penelitian yang dilakukan oleh Apriani et al.,(2015) menemukan edukasi berbasis kelompok dapat meningkatkan perilaku perawatan diri pada pasien diabetes mellitus pada komponen pengaturan makan, olahraga, penggunaan obat diabetes, pemantauan kadar gula darah, dan pemeriksaan rutin ke tempat pelayanan kesehatan. Dalam penelitian ini, tidak didapatkan adanya perubahan terkait olahraga karena informan mengemukakan banyaknya aktifitas di rumah, sehingga belum dapat menyempatkan diri untuk rutin berolahraga. Sebagian besar informan menganggap olahraga sudah tidak dilakukan , karena telah melakukan aktivitas membakar energi tiap hari dengan melakukan pekerjaan rumah tangga tiap pagi hari.

Dari hasil wawancara ditemukan tema terkait kendala yang dihadapi informan dalam mengikuti *peer group* yaitu sulitnya mencari waktu luang karena banyaknya aktifitas yang dilakukan oleh informan. Informan mengemukakan sangat tertarik dan antusias mengikuti setiap agenda kegiatan , hanya saja terkadang bantutkan dengan tanggung jawab dan aktivitas lain yang harus dikerjakan. Sebagian besar informan adalah ibu rumah tangga yang

tiap hari disibukkan dengan kegiatan memasak, membersihkan rumah, mencuci dan menjaga anak atau cucu. Terdapat satu orang informan yang mengemukakan kendala lain yakni tidak ada kendaraan ke tempat pertemuan dan tidak ada anggota keluarga yang menemani. Dukungan keluarga merupakan hal yang penting dalam mendukung anggota *peer group* mengikuti kegiatan. Penelitian yang dilakukan oleh Dennis, Phinney, & Chuateco (2005) menemukan keluarga dan *peer support* merupakan dua faktor yang paling berperan penting dalam melakukan perubahan perilaku. Bentuk dukungan keluarga dapat dalam bentuk membantu aktifitas pasien di rumah , menemani pasien menghadiri *peer group* dan melakukan modifikasi lingkungan untuk membantu perawatan diri pasien di rumah.

Berdasarkan hasil wawancara, untuk meningkatkan motivasi anggota *peer group* dalam mengikuti kegiatan, dapat ditempuh dengan menjelaskan manfaat kegiatan di awal program . Informan mengemukakan minat masyarakat akan meningkat bila dijelaskan tujuan dari kegiatan seperti dapat mengetahui bagaimana cara mengelola penyakitnya, dapat mengontrol gula darahnya dan mendapatkan pemeriksaan kesehatan rutin dari tenaga kesehatan. Terdapat satu informan yang mengemukakan strategi tambahan lain, dengan menempatkan sesama pasien diabetes mellitus yang memiliki rumah berdekatan sehingga mereka dapat saling memotivasi dengan berangkat bersama ke tempat pertemuan *peer group*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendekatan model *peer group* dapat meningkatkan motivasi *self care management* pada pasien Diabetes Mellitus dengan adanya perubahan pola makan dan peningkatan kepatuhan pasien DM melakukan *check up* rutin dan pemeriksaan gula darah. Selain itu, manfaat lain yang diperoleh adalah peningkatan *health literacy* dalam melakukan manajemen perawatan diri dan penurunan kadar glukosa darah.

Model *Peer Group* yang dikembangkan dalam penelitian ini dapat diterapkan sebagai salah satu bentuk layanan kesehatan Puskesmas yang diberikan pada

penderita Diabetes Mellitus dengan melibatkan tenaga kesehatan dan kader kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, I. (2018). Teknik Pengumpulan dan Analisis Data Kualitatif. Retrieved from Academia Webpage website: https://www.academia.edu/4055918/Teknik_analisa_data_kualitatif
- Apriani, S., Raksanagara, A. S., Windani, C., Sari, M., Program, M., Keperawatan, M., ... Program, S. P. (2015). Pengaruh Program Edukasi Dengan Metode Kelompok Terhadap Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Padjajaran Nursing Journal*, 18(5), 16–20. Retrieved from <http://ejournal.stikesborromeus.ac.id/file/jurnal3.pdf>
- Dennis, J. M., Phinney, J. S., & Chuateco, L. I. (2005). The role of motivation, parental support, and peer support in the academic success of ethnic minority first-generation college students. *Journal of College Student Development*, Vol. 46, pp. 223–236. <https://doi.org/10.1353/csd.2005.0023>
- Diatiningsih, Y., Kusnanto, K., & Bakar, A. (2019). Kepatuhan Pengelolaan Penyakit Diabetes mellitus Tipe II melalui Peer Group Support di Wilayah Kerja Puskesmas Kebonsari Surabaya. *Critical Medical and Surgical Nursing Journal*, 1(1). <https://doi.org/10.20473/cmsnj.v1i1.11973>
- Fatimah, R. N. (2016). Diabetes Mellitus Tipe 2. *Indonesian Journal of Public Health*, 27(2), 74–79. <https://doi.org/10.14499/indonesianjpharm27iss2pp74>
- Hasanah, U. (2017). Pengaruh Peer Group Support Terhadap Tingkat Kepatuhan Pengobatan Pada Klien Tuberkulosis Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Klampis Bangkalan. *Ners Journal Airlangga University*, 8(5), 26–34. Retrieved from http://repository.unair.ac.id/76519/2/KK_C_KK_FKP.N.189-18_Har_p_SKRIPSI.pdf
- Ikafah, & Kusnanto. (2019). Peer Group Support Terhadap Self-Efficacy, Kontrol Gula darah dan Self Care Activities Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Universitas Airlangga*, 53(9), 1689–1699.
- Iryana, R. K. (2019). Tehnik Pengumpulan Data Metode Kualitatif. Retrieved from STAIN Sorong Webpage website: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwim9ujPsZftAhVRXSsKHZvbCUgQFjAAegQIARAC&url=https%3A%2F%2Fosf.io%2Fcy9de%2Fdownload%2F%3Fformat%3Dpdf&usg=AOvVaw2gPhgzus-rAX--WjHjawdq>
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor Risiko Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68. <https://doi.org/10.31101/jkk.550>
- Khiyali, Z., Ghasemi, A., Toghrol, R., Ziapour, A., Shahabi, N., Dehghan, A., & Yari, A. (2021). The effect of peer group on self-care behaviors and glycemic index in elders with type II diabetes. *Journal of Education and Health Promotion*, Vol. 10. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_990_20
- Novianti, D., Indriyawati, N., & Setyonegoro, S. A. (2019). Efektivitas Diabetes Self Management Education Dan Community Based Interactive Approach Terhadap Self Care Penderita Diabetes Mellitus. *Jendela Nursing Journal*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.31983/jnj.v3i1.4453>
- Nursanti, S., & Utami, W. *Peer Support Group Health Literacy Case Study of HIVAIDS Patients*. , (2021).
- Paul, G., Keogh, K., D'Eath, M., & Smith, S. M. (2018). Implementing a peer-support intervention for people with type 2 diabetes: A qualitative study. *Family Practice*, 30(5), 593–603. <https://doi.org/10.1093/fampra/cmt027>
- Peters, L. W. H., Nawijn, L., & van Kesteren, N. M. C. (2015). How Adolescents with Diabetes Experience Social Support from Friends: Two Qualitative Studies.

- Scientifica*, 2(1), 1–8.
<https://doi.org/10.1155/2014/415849>
- Puspitasari, L. (2020). Angka Diabetes di Indonesia Semakin Tinggi, Berikut Faktanya! Retrieved from Siloam Hospitals Webpage website: <https://www.siloamhospitals.com/Contents/News-Events/Advertorial/2020/01/31/02/10/Angka-Diabetes-di-Indonesia-Semakin-Tinggi-Berikut-Faktanya>
- Rantung, J., Yetti, K., & Herawati, T. (2015). Hubungan Self-Care Dengan Kualitas Hidup Ppasien Diabetes Melitus (DM) di Persatuan Diabetes Indonesia (PERSADIA) Cabang Cimahi The Relationship Between Self-Care and Pairnts Diabetes Melutus (DM) in Persatuan Diabetes Indonesia (PERSADIA) in Cimahi. *Skolastik Keperawatan*, 1(1), 38–51.
- Riskesda. (2018). *Laporan Provinsi Gorontalo RISKESDAS 2018*. 65–108.
- Septiani, I., Isworo, A., Hidayat, A, I. (2020). PENGARUH PEER GROUP SUPPORT TERHADAP SELF-CARE MANAGEMENT PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI KECAMATAN KEMBARAN EFFECT OF PEER GROUP SUPPORT ON SELF-CARE MANAGEMENT IN DIABETES MELLITUS PATIENTS IN KEMBARAN SUB-DISTRICT PENDAHULUAN Penyakit diabetes mell. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 12 nomor 1, 66–76.
- Soelistijo, S., Novida, H., Rudijanto, A., Soewondo, P., Suastika, K., Manaf, A., ... Soetedjo, N. (2015). Konsesus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe2 Di Indonesia 2015. In *Perkeni*. Retrieved from <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2019/01/4.-Konsensus-Pengelolaan-dan-Pencegahan-Diabetes-melitus-tipe-2-di-Indonesia-PERKENI-2015.pdf&ved=2ahUKEwjy8KO8cfoAhXCb30KHQb1Ck0QFjADegQIBhAB&usg=AOv>
- Suciana, F., & Arifianto, D. (2019). PENATALAKSANAAN 5 PILAR PENGENDALIAN DM TERHADAP KUALITAS HIDUP PASIEN DM TIPE 2 Kata kunci : kualitas hidup , diabetes melitus MANAGEMENT 5 PILLAR DM CONTROL OF QUALITY OF LIFE OF DM TYPE 2 PATIENTS PENDAHULUAN. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(4), 311–318.
- Sulistria, Y. M. (2013). Tingkat Self care Pasien Rawat Jalan Diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kalirungkut Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol. 2, pp. 1–11.
- Tobing, D. hizki, Herdiyanto, Y. K., & Astiti, D. P. (2016). Bahan Ajar Metode Penelitian Kualitatif. *Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udaya*, 42.
- Utomo, A. Y. S. (2015). Hubungan antara 4 pilar pengelolaan Diabetes Mellitus dengan keberhasilan pengelolhan Diabetes Mellitus tipe 2. *Universitas Diponegoro Journal*, 1(2). Retrieved from http://eprints.undip.ac.id/32797/1/Acmad_Yoga.pdf