



Pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang pencegahan diabetes mellitus

Knowledge and behavior of adolescent girls about diabetes mellitus prevention

Puanna Tasya Sasqia^{1*} dan Cut Mutiah²

^{1,2}.Prodi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh
Jl. Islamic Center, Paya Bujok Beuramo Kec. Langsa Barat
Langsa, Aceh, Indonesia, 24414

*E-mail: pntsya@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci :

Diabetes mellitus,
Pengetahuan, Perilaku,
Remaja putri

Keywords :

*Diabetes mellitus; Knowledge;
Behaviour; Adolescent girl*

History:

Submitted 01/04/2025

Revised 28/04/2025

Accepted 09/05/2025

Published 01/06/2025

Penerbit



ABSTRAK

Latar Belakang: Pengetahuan adalah efek dari mengerti yang terjadi setelah seseorang menggunakan indra untuk memperhatikan objek tertentu. Perilaku merujuk pada segala tindakan atau ucapan yang dilakukan oleh manusia. Setiap perilaku dapat memiliki beberapa dimensi yang dapat diukur, seperti durasi dan intensitasnya. **Tujuan:** Mengetahui pengetahuan dan perilaku remaja putri terhadap pencegahan diabetes mellitus. **Metode:** Jenis penelitian deskriptif kualitatif. Populasi adalah remaja 10-19 tahun bertempat tinggal di Desa Karang Anyar. Sampel berjumlah 77 responden. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. **Hasil:** Responden mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 50,6% dan perilaku responden sebahagian besar pada kategori cukup sebanyak 51,9%. **Kesimpulan:** Semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan diabetes mellitus, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam menerapkan pola hidup sehat.

ABSTRACT

Background: Knowledge is the effect of understanding that occurs after someone uses their senses to pay attention to a particular object. Behavior refers to all actions or words carried out by humans. Behavior can have several measurable dimensions, such as its duration and intensity. **Purpose:** Knowing the knowledge and behavior of adolescent girls towards preventing diabetes mellitus **Methods:** The type of research is descriptive qualitative. The population is adolescent aged 10-19 years living in Karang Anyar Village. The sample consists of 77 respondents. The measuring instrument used is a questionnaire. **Results:** The majority of respondents had good knowledge at 50.6% and the majority of respondents' behavior was in the sufficient category at 51.9%. **Conclusion:** The higher the level of knowledge of young women regarding the prevention of diabetes mellitus, the better their behavior in implementing a healthy lifestyle.

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) semakin menjadi perhatian global karena dapat menyebabkan sekitar 70% kematian, salah satunya diabetes mellitus. Diabetes terjadi ketika tubuh kekurangan insulin atau tidak dapat menggunakannya dengan efektif, sehingga menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah. Kondisi ini, jika tidak terkontrol, dapat merusak berbagai organ tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah (WHO, 2024). Menurut (Budiman et al., 2024) diabetes mellitus (DM) menempati peringkat ke-6 sebagai penyebab kematian, dengan sekitar 1,3 juta orang meninggal akibat penyakit ini, dan 4% di antaranya meninggal sebelum usia 70 tahun. Pada tahun 2030, DM diperkirakan akan menduduki posisi ke-7 sebagai penyebab kematian global. Di Indonesia, diperkirakan jumlah penderita DM akan mencapai 21,3 juta jiwa pada tahun yang sama.

Menurut laporan Ikatan Dokter Anak Indonesia, tercatat sebanyak 1.369 kasus diabetes mellitus pada remaja di tahun 2022, dan jumlah tersebut meningkat menjadi 1.645 kasus pada tahun 2023 (Enjelia et al., 2024). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi Diabetes Melitus (DM) di Indonesia mencapai 2% pada kelompok usia ≥ 15 tahun. Prevalensi DM pada perempuan tercatat sebesar 1,78%, sementara pada laki-laki mencapai 1,21%. Secara global, terdapat sekitar 537 juta orang yang menderita diabetes, dengan rentang usia 20 hingga 79 tahun (Prasetya, 2024). Maka dapat disimpulkan bahwa prevalensi DM pada remaja di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya.

Menurut penelitian (Rizkqi et al., 2024) Mengatakan perempuan lebih rentan terhadap diabetes melitus (DM)

karena mereka cenderung memiliki kadar trigliserida yang lebih tinggi, yang merupakan jenis kolesterol jahat yang dapat menyebabkan penyakit ini. Penurunan kadar estrogen pada wanita menopause menyebabkan resistensi insulin, yang berujung pada penumpukan lemak tubuh dan peningkatan pelepasan asam lemak bebas, yang berkontribusi pada tingginya prevalensi DM pada perempuan. Temuan ini menegaskan adanya kaitan antara jenis kelamin dan prevalensi diabetes, yang menunjukkan bahwa perempuan lebih berisiko dibandingkan laki-laki.

Diabetes mellitus dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia dan menyebabkan lonjakan biaya perawatan kesehatan, sehingga diperlukan program pengendalian faktor risiko untuk penyakit ini. Faktor risiko penyakit tidak menular, termasuk diabetes, dibagi menjadi dua kategori. Pertama, ada faktor risiko yang tidak bisa diubah, seperti jenis kelamin, usia, dan faktor genetik. Kedua, ada faktor risiko yang dapat dimodifikasi, seperti kebiasaan merokok, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan lainnya (Fandinata & Ernawati, 2020).

Faktor-faktor utama yang berkontribusi terhadap perkembangan diabetes melitus tipe 2 pada remaja mencakup pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan faktor genetik. Pola makan yang buruk, yang sering ditandai dengan konsumsi makanan tinggi kalori dan rendah serat, berkontribusi pada peningkatan berat badan dan obesitas, yang merupakan faktor risiko utama untuk DM tipe 2 pada remaja. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik, yang sering kali dipengaruhi oleh penggunaan perangkat elektronik yang berlebihan dan gaya hidup yang

cenderung sedentari, juga meningkatkan risiko diabetes. Faktor genetik turut berperan, karena adanya riwayat keluarga dengan diabetes dapat meningkatkan kemungkinan seorang remaja untuk mengembangkan penyakit ini (Ayudia et al., 2024).

Pentingnya diagnosis dini dan pengelolaan diabetes melitus tipe 2 (DMT2) secara efektif tidak bisa dianggap remeh. Pengelolaan DMT2 bertujuan tidak hanya untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal, tetapi juga untuk mencegah komplikasi jangka panjang, seperti neuropati, retinopati, penyakit jantung, dan gagal ginjal kronis. Metode pengelolaan yang ada, seperti perubahan gaya hidup, pengobatan, dan penggunaan insulin, memberikan hasil yang bervariasi tergantung pada karakteristik individu, kelompok etnis, dan status sosial ekonomi (Nofi Susanti et al., 2024).

Perubahan gaya hidup yang signifikan, seperti mencapai berat badan ideal, rutin berolahraga, dan mengadopsi pola makan seimbang, dapat membantu mengurangi resistensi insulin dan meningkatkan efektivitas penggunaannya. Terapi obat sebaiknya dilengkapi dengan pengaturan pola makan yang seimbang dan aktivitas fisik yang cukup untuk memaksimalkan hasil pengobatan. Manajemen diri ini mencakup berbagai aspek, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik teratur, pemantauan kadar gula darah, dan kepatuhan terhadap pengobatan merupakan tahap yang dapat kita lakukan dalam pencegahan DM (Putri & Puspitasari, 2024).

Pembentukan Posyandu remaja bertujuan untuk menjadi sarana bagi remaja dalam memahami isu-isu kesehatan yang dihadapi, mencari solusi atas masalah tersebut, serta membentuk

kelompok dukungan remaja sebagai bagian dari upaya pemberdayaan dan mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam berbagai kegiatan kesehatan. Pemantauan terhadap faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) yang utama mencakup kebiasaan merokok, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, stres, konsumsi alkohol, hipertensi, hiperglikemi, hiperkolesterol, serta tindak lanjut awal terhadap faktor risiko yang ditemukan melalui konseling kesehatan. Deteksi dini, seperti pemeriksaan tekanan darah, cek kadar gula darah, pengukuran tinggi badan, berat badan, dan lingkar perut, diharapkan dapat membantu masyarakat dan lembaga dalam mengenali faktor risiko yang ada pada individu dan mengambil langkah untuk mengubah gaya hidup demi kesehatan yang lebih baik secara mandiri (Rahayu & Sudrajat, 2024).

Upaya pengendalian faktor risiko penyakit DM tipe 2 yang telah dipromosikan adalah aksi CERDIK, yaitu dengan melakukan: 1) Cek kesehatan secara teratur untuk mengendalikan berat badan, periksa tekanan darah, gula darah, dan kolesterol secara teratur, 2) Enyahkan asap rokok dan jangan merokok, 3) Rajin melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, 4) Diet seimbang dengan mengonsumsi makanan sehat dan gizi seimbang, 5) Istirahat yang cukup dan, 6) Kelola stres dengan baik dan benar (Helmi et al., 2024; Silalahi, 2019).

Pemahaman dan kesadaran yang tinggi tentang diabetes melitus sangat bergantung pada tingkat pengetahuan masyarakat yang memadai mengenai penyakit ini. Pengetahuan yang baik menjadi dasar untuk membentuk kesadaran masyarakat akan pentingnya perilaku hidup sehat, sehingga dapat

mendeteksi tanda-tanda dan gejala sejak dini. Deteksi dini diabetes melitus adalah langkah awal untuk mencegah kemungkinan terjadinya penyakit ini, agar dapat segera ditangani dengan tepat guna menghindari komplikasi yang lebih serius (Kalsum et al., 2023)

Pengetahuan merupakan suatu pemahaman atau kesadaran yang muncul dalam pikiran seseorang, yang diperoleh melalui berbagai cara seperti pengalaman, pembelajaran, pengamatan, dan interaksi dengan lingkungan sekitar. Sementara itu, sikap (attitude) adalah suatu konsep psikologi yang menggambarkan pola-pola prinsip positif yang dapat dimiliki oleh individu atau kelompok (Wawan & M, 2013)

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Populasi penelitian ini seluruh remaja putri yang berusia 10-19 tahun yang bertempat tinggal di wilayah kerja polindes Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro. Penelitian ini menggunakan teknik stratified sampling, yaitu membagi populasi ke dalam sub-kelompok yang homogen agar semua kelompok terwakili dalam sampel jadi total sampel berjumlah 77 orang yang terdapat dari 6 buah dusun Di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro

Teknik pengumpulan data adalah prosedur yang digunakan dalam suatu penelitian untuk mendapatkan informasi dari subjek yang relevan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner sebagai alat untuk mengumpulkan data dari responden, yaitu remaja putri yang bertempat tinggal di wilayah kerja desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro.

Kuesioner DKQ-24 terdiri dari 24 item pertanyaan untuk mengukur

pengetahuan tentang diabetes mellitus, dengan jawaban benar (1) dan salah/tidak tahu (0). Skor akhir dihitung dengan rumus: (jumlah skor + 1) × 4. Kategori hasil: 1–55 (kurang), 56–75 (cukup), dan 76–100 (baik). Kuesioner Self-Management Diabetes Mellitus (SMDM) terdiri dari 29 pertanyaan mengenai aktivitas manajemen diri dalam 7 hari terakhir, 3 bulan terakhir, dan 7 kali aktivitas. Skor jawaban: tidak pernah (1), jarang (2), sering (3), selalu (4). Skor total dihitung dengan menjumlahkan seluruh jawaban. Kategori skor: 1–29 (perilaku buruk), 30–86 (cukup), 87–116 (baik)."

Analisis data secara univariat adalah mengidentifikasi distribusi pada setiap variabel, lalu menyajikan karakteristik individu pada variabel-variabel tertentu dan memberikan gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan diabetes mellitus berdasarkan data yang ada.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan pada responden didapatkan hasil seperti terjadi pada tabel berikut ini:

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia dan pendidikan

Karakteristik	F	%
Usia		
Remaja awal	57	74
Remaja pertengahan	18	23,4
Remaja akhir	2	2,6
Pendidikan		
SD/MI	38	49,4
SMP/MTS	25	32,5
SMA/SMK/MAN	14	18,2
Total	77	100%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, pada pada karakteristik usia responden sebahagian besar berusia 10-13 tahun (remaja awal) sebanyak 74%. Pada karakteristik pendidikan sebahagian besar SD/MI sebanyak 49,4%.

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan remaja putri tentang pencegahan diabetes mellitus di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro

Pengetahuan	F	%
Kurang	7 Orang	9,1
Cukup	31 Orang	40,3
Baik	39 Orang	50,6
Jumlah	77 Orang	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, pada pengetahuan responden sebahagian besar pada kategori baik sebanyak 50,6%.

Tabel 3. Distribusi frekuensi perilaku remaja putri tentang pencegahan diabetes mellitus di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro

Perilaku	F	%
Cukup	40 Orang	51,9
Baik	37 Orang	48,1
Jumlah	77 Orang	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa, pada perilaku responden sebahagian besar pada kategori cukup sebanyak 51,9%

Hasil penelitian ini menunjukkan distribusi usia remaja dalam tiga kategori yang berbeda. Kategori Remaja Awal (10-13 tahun) mencakup 57 orang dengan (74%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap remaja awal, menjadikannya kelompok dominan dalam penelitian ini.

Kategori Remaja Pertengahan (14-17 tahun) terdiri dari 18 orang (23,4%). Meskipun jumlahnya lebih sedikit dibandingkan dengan remaja awal, kelompok ini masih memiliki kontribusi signifikan dalam keseluruhan distribusi usia. Sementara itu, kategori Remaja Akhir (18-21 tahun) hanya terdiri dari 2 orang (2,6%), yang menunjukkan bahwa kelompok usia ini sangat kecil dalam sampel penelitian dan memiliki persentase yang rendah.

PEMBAHASAN

Pernyataan (Endang M.Y, S, 2020) menjelaskan bahwa perkembangan remaja terbagi menjadi tiga tahap yang mencerminkan kemajuan kemampuan kognitif menuju pola berpikir abstrak khas dewasa. Pada remaja awal, pemikiran masih konkret, egosentris, dan impulsif, sehingga kemampuan berpikir abstrak belum berkembang. Pada remaja pertengahan, kemampuan berpikir abstrak mulai muncul, memungkinkan remaja berpikir deduktif dan induktif serta memahami konsekuensi. Di tahap remaja akhir, mendekati dewasa muda, kemampuan berpikir semakin logis dan ilmiah, serta mampu memahami konsep kompleks dan situasi sosial dengan perspektif yang lebih luas.

Hasil penelitian ini menunjukkan distribusi tingkat pendidikan dalam populasi. Mayoritas responden berada pada tingkat pendidikan dasar, dengan 38 orang (49,4%) memiliki pendidikan setingkat SD/MI, yang menunjukkan bahwa hampir setengah dari mereka masih di jenjang pendidikan dasar. Sebanyak 25 orang (32,5%) berada pada tingkat SMP/MTS, mencakup sepertiga populasi, yang menunjukkan bahwa sebagian besar melanjutkan pendidikan setelah SD. Sementara itu, hanya 14 orang (18,2%) yang melanjutkan ke

SMA/SMK/MAN, menunjukkan proporsi yang lebih kecil di tingkat pendidikan menengah atas.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Madinah et al., 2017) mengatakan bahwa pendidikan kesehatan adalah suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk mengubah perilaku individu atau masyarakat menuju pola hidup yang lebih sehat. Upaya ini mencakup perubahan dalam aspek lingkungan, sosial, dan kebiasaan sehari-hari yang dapat berdampak pada kesehatan. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan tubuh, mental, dan sosial melalui informasi, pelatihan, serta penyuluhan yang relevan.

Pengetahuan remaja putri tentang pencegahan diabetes mellitus

Peneliti berpendapat bahwa pengetahuan yang baik responden terhadap penyebab umum diabetes mellitus yang disebabkan karena kurangnya insulin yang efektif dalam tubuh biasanya berhubungan dengan diabetes mellitus tipe 2 yang dimana resistensi insulin dalam tubuh, bisa terjadi karena peningkatan kadar gula darah, obesitas dan kurangnya aktivitas fisik.

Pernyataan di atas didukung oleh (Wawan & M, 2023), yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari pemahaman yang diperoleh setelah seseorang menggunakan indra untuk memperhatikan objek tertentu. Proses ini melibatkan panca indra, seperti pendengaran, penglihatan, penciuman, perabaan, dan perasaan. Hal ini juga diperkuat oleh pendapat (Saryanti & Nugraheni, 2019), yang menyatakan

bahwa pengetahuan masyarakat baik karena mereka telah memahami berbagai aspek terkait diabetes melitus, mulai dari gejala klinis, gejala klasik, pengobatan, pencegahan, hingga faktor risiko penyakit DM.

Peneliti berpendapat bahwa pengetahuan yang baik dari responden mengenai komplikasi diabetes mellitus sangat penting, karena salah satu komplikasi tersebut adalah terganggunya sistem peredaran darah, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kesehatan secara keseluruhan. Pengetahuan yang baik mengenai komplikasi ini memungkinkan responden untuk lebih waspada dan proaktif dalam menjaga kondisi tubuh, serta mencegah terjadinya gangguan lebih lanjut yang berpotensi serius.

Pernyataan di atas didukung (Megawati et al., 2020) mengatakan bahwa komplikasi jangka panjang dari diabetes mellitus tipe II dapat mencakup mikroangiopati dan makroangiopati. Komplikasi mikrovaskuler meliputi gangguan pada retina (retinopati), ginjal (nefropati), dan saraf (neuropati), sementara kerusakan makrovaskuler mencakup penyakit arteri koroner, kerusakan pembuluh darah otak, serta kerusakan pada pembuluh darah perifer di kaki yang sering dikenal dengan sebutan kaki diabetes.

Peneliti berpendapat bahwa pengetahuan baik responden terhadap klasifikasi diabetes mellitus yang memiliki 2 jenis utama yaitu diabetes mellitus tipe 1 bergantung pada insulin dan diabetes mellitus tipe 2 yang tidak bergantung pada insulin hal ini bisa didapatkan pada media sosial, edukasi lainnya terkait diabetes mellitus dan juga deteksi dini terhadap pencegahan diabetes mellitus.

Perilaku remaja putri tentang pencegahan diabetes mellitus

Pernyataan (Aulya et al., 2022) menjelaskan bahwa sikap mencerminkan kecenderungan seseorang untuk melakukan atau menghindari perilaku tertentu, dan bersifat pribadi, di mana setiap individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan dan menetapkan sikapnya sendiri. Dan didukung juga oleh (Sartika et al., 2024) berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa *Odds Ratio* (OR) untuk variabel riwayat keluarga dengan DM adalah 241,665. Hal ini berarti bahwa remaja yang memiliki riwayat keluarga dengan diabetes mellitus memiliki kemungkinan untuk mengembangkan DM 242 kali lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak memiliki riwayat keluarga dengan DM.

Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar responden cenderung jarang melibatkan diri dalam aktivitas fisik, khususnya latihan kekuatan otot, yang meliputi latihan seperti angkat beban atau latihan resistansi yang bertujuan untuk memperkuat dan meningkatkan massa otot tubuh. Hal ini menunjukkan rendahnya tingkat partisipasi responden dalam program olahraga yang dapat mendukung kesehatan otot dan kebugaran fisik secara keseluruhan.

Pernyataan diatas didukung oleh (Putri & Puspitasari, 2024), yang menyatakan pendidikan kesehatan mengenai diabetes mellitus (DM) adalah proses belajar dan pelatihan mengenai pengetahuan dan keterampilan dalam mencegah DM bagi masyarakat, dengan tujuan untuk mendukung perubahan perilaku sehingga mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Dan didukung juga oleh, yang menyatakan bahwa mencegah gejala dm adalah untuk mengatur pola makan, melakukan

olahraga, mengurangi kebiasaan merokok, dan menurunkan berat badan yang berlebihan.

Peneliti berasumsi kelompok dengan perilaku cukup, remaja putri menunjukkan pemahaman yang cukup mengenai risiko diabetes mellitus dan langkah-langkah pencegahan dasar. Mereka memahami pentingnya mengonsumsi makanan sehat dan berolahraga secara teratur, namun dalam praktiknya, konsistensi mereka masih kurang. Beberapa remaja putri dalam kelompok ini terkadang kesulitan untuk menjaga pola makan yang sehat dan meluangkan waktu untuk berolahraga, meskipun mereka tahu manfaatnya. Faktor-faktor seperti tekanan teman sebaya, kebiasaan hidup yang sudah terbentuk, dan kurangnya motivasi jangka panjang menjadi tantangan dalam penerapan perilaku sehat yang lebih baik. Pernyataan di atas juga di dukung oleh (Sumarni et al., 2024) yang menjelaskan bahwa berbagai langkah pencegahan diabetes mellitus telah disosialisasikan, dipromosikan, dan dianjurkan oleh para ahli kesehatan, termasuk kampanye kesadaran masyarakat mengenai pemeriksaan gula darah serta edukasi tentang pentingnya menerapkan gaya hidup sehat untuk mengurangi risiko terkena diabetes. Selain itu, deteksi dini dan pemantauan rutin terhadap individu yang berisiko tinggi juga dapat membantu mengurangi angka penderita diabetes secara global. Pengelolaan pengobatan dapat dioptimalkan dengan meningkatkan social gula darah, memberikan edukasi kepada pasien, melakukan pemeriksaan gula darah secara teratur, serta memastikan kepatuhan pasien terhadap pengobatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan diabetes melitus, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam menerapkan pola hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, rutin melakukan aktivitas fisik atau olahraga, serta mampu mengelola stres dengan cara yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulya, S., Sukarni, & Murtilita. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Dalam Upaya Pencegahan Diabetes Melitus pada Masyarakat Kota Pontianak. *ProNers*, 7(2), 1–11. <https://doi.org/10.15900/j.cnki.zylf1995.2018.02.001>
- Ayudia, E. I., Harahap, H., Justitia, B., Imam, M., & Delfira, A. (2024). *Diabetes mellitus pada remaja di Kota Kambi*. 7, 77–81.
- Budiman, R. A., Nasir, P., Putra, F. M., & Rajab, R. (2024). Faktor Risiko Terjadinya Ulkus Diabetik di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Makassar Tahun 2020-2022. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 10970–10975.
- Endang M.Y, S, K. (2020). *Remaja dan Konformitas teman sebaya*. Ahlimedia Book.
- Enjelia, Frisilia, M., & Ovany, R. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pola Makan Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Diabetes Melitus (DM) pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 4 Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 10(254–263).
- Fandinata, S. S., & Ernawati, I. (2020). *Management Terapi Pada Penyakit Degeneratif (Menenal, Mencegah dan Mengatasi Penyakit Degeneratif Diabetes Mellitus dan Hipertensi)* (N. R. H (ed.)). Penerbit Graniti.
- Helmi, A., Veri, N., & Lina. (2024). Literature review: penanganan nonfarmakologi untuk penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes. *SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 547–555. <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v5i2.1703>
- Kalsum, U., Safitri, Y., Susanti, F., Jamiatun, J., & Nugraha, A. T. (2023). Hubungan Pengetahuan terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Masyarakat di RT 09 RW 01 Kelurahan Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur Tahun 2022. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 13(3), 236–243. <https://doi.org/10.52643/jbik.v13i3.3442>
- Madinah, S., Rahfiludin, M. Z., & S. A, N. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pendewasaan Usia Perkawinan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 332–340.
- Megawati, S. W., Utami, R., & Jundiah, R. S. (2020). Senam Kaki Diabetes pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 untuk Meningkatkan Nilai Ankle Brachial Indexs. *Journal of Nursing Care*, 3(2). <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i2.24445>
- Prasetya, H. (2024). *Perilaku Beresiko Remaja Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Pada Mahasiswa Keperawatan Semester 3 Universitas Muhammadiyah Gombong*.
- Putri, N. I. N. N. I., & Puspitasari, N. (2024). Literature Review: Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Penerapan Pola Hidup Sehat Sebagai Pencegahan Diabetes Melitus T2 Di Indonesia. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 4529–4540.
- Rahayu, S., & Sudrajat, A. (2024). Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Di Sekolah. *JOMPA*

ABDI: *Jurnal Pengabdian Masyarakat*.

WHO. (2024). *Media center: Diabetes Mellitus*. WHO.

- Rizkqi, P., Dewi, S., Barokah, W., & Susanti, N. (2024). Hubungan usia, jenis kelamin terhadap pola makan dan risiko diabetes melitus di desa air hitam. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(September), 7484–7487.
- Sartika, M., Armi, & Susanti, D. P. (2024). Determinan Penyebab Diabetes Melitus (DM) Pada Remaja di SMAN 3 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1), 24–27.
- Saryanti, D., & Nugraheni, D. (2019). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Penyakit Diabetes Melitus. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(1), 111. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i1.3626>
- Silalahi, L. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal PROMKES*, 7(2), 223. <https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.223-232>
- Sumarni, N., Rosidin, U., Witdiawati, W., Shalahuddin, I., Purnama, D., M Noor, R., & Luthfiyani, N. (2024). Penerapan Pola Hidup Sehat Agar Terhindar Dari Diabetes di RW 08 Kelurahan Ciwalen Kecamatan Garut Kota. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(2), 722–731. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i2.12981>
- Susanti, N., Rahayu, S., Mawarni, D., & Sabila, W. (2024). Faktor resiko dan penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2. *Healthy Tadulako Journal*, 10(4), 713–721.
- Wawan, A., & M, D. (2011). *Teori dan Pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku manusia: dilengkapi contoh kuesioner*. Nuha Medika.