

MENINGKATKAN KEMANDIRIAN, KESEHATAN PSIKOLOGIS DAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL LANSIA PENDERITA DIABETES MELLITUS (DM) TIPE 2 DENGAN SPIRITUAL GROUP THERAPY (SGT)

Improving Independence, Psychological Health and Spiritual Well-Being of Elderly People with Type 2 Diabetes Mellitus (DM) with Spiritual Group Therapy (SGT)

Siti Nur Hasina*, Umdatus Soleha, M. Shodiq, Mei Wulandari, Muhamad Nur Ikhsan, Miftachul Ilmi

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Jl. Tenggilis Utara No.14, Tenggilis Mejoyo, Surabaya

Alamat korespondensi : sitinurhasina@unusa.ac.id

ABSTRAK

Diabetes Mellitus Tipe 2 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memberikan tekanan psikologis dan spiritual yang signifikan. Lansia dengan DM sering kali menghadapi stres, depresi, dan kecemasan akibat pengelolaan penyakit yang kompleks dan berkelanjutan. Kondisi psikospiritual yang terganggu dapat memperburuk pengendalian kadar gula darah, meningkatkan risiko komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan neuropati, serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Tujuan pengabdian masyarakat ini meningkatkan kemandirian lansia dalam mengelola penyakit mereka sekaligus memperkuat kemandirian dan kesehatan psikologis serta kesejahteraan spiritual mereka melalui pendekatan partisipatif berbasis komunitas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Mahatma RW.03 Manukan Kulon Surabaya. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk edukasi berupa sosialisasi dan penyuluhan, demonstrasi dan pelatihan terkait . Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan peningkatan pemahaman, ketrampilan, kesadaran dan peningkatan jumlah kunjungan posyandu. Serta terbentuknya aplikasi SGT DM Corner yang dirancang khusus untuk pasien lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 khususnya serta lansia lain yang lebih luas. Diperlukan edukasi dan sosialisasi terstruktur agar lansia dapat patuh dalam pengobatan dan terhindar dari komplikasi Diabetes Mellitus tipe 2. Perlu peningkatan skill dan kemampuan kader posyandu khususnya dalam hal kesehatan. Sehingga menjadi rujukan dasar dalam palitif care di Posyandu Lansia. Posyandu lansia terstruktur baik akan berdampak pada kesehatan lansia khususnya dalam hal Kemandirian, Kesehatan Psikologis dan Kesejahteraan Spiritual Lansia.

Kata kunci : diabetes mellitus, kemandirian, kesehatan psikologis, kesejahteraan spiritual, spiritual group therapy

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) exerts a profound impact beyond physical health, imposing significant psychological and spiritual burdens on the elderly. Seniors living with T2DM frequently experience stress, depression, and anxiety due to the complex and lifelong demands of disease management. Such disrupted psychospiritual conditions can adversely affect glycemic control, thereby increasing the risk of severe complications—including cardiovascular disease, renal failure, and neuropathy—while simultaneously diminishing overall quality of life. To address these challenges, this community service initiative aims to enhance elderly independence in disease management while reinforcing psychological health and spiritual well-being through a participatory, community-based approach. The program was conducted at the Mahatma Elderly Posyandu (Integrated Healthcare Center) in RW.03 Manukan Kulon, Surabaya, utilizing a framework of socialized education,

counseling, and practical training demonstrations. The results of this initiative demonstrate a significant increase in the participants' understanding, practical skills, and health awareness, as reflected by a higher attendance rate at the Posyandu. Furthermore, the program led to the development of the "SGT DM Corner" application, specifically designed to support elderly patients with Type 2 Diabetes Mellitus and the broader geriatric population. The findings suggest that structured education and socialization are vital for ensuring medication adherence and preventing diabetic complications. Additionally, enhancing the skills of Posyandu cadres—particularly in health management—is essential for establishing a foundational reference for palliative care at the community level. Ultimately, a well-structured elderly Posyandu plays a critical role in fostering the independence, psychological resilience, and spiritual well-being of the elderly.

Keywords: diabetes mellitus, independence, psychological health, spiritual well-being, spiritual group therapy

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 merupakan salah satu tantangan kesehatan global yang terus berkembang, memberikan tekanan besar pada sistem kesehatan dan menurunkan kualitas hidup individu yang mengalaminya. Berdasarkan laporan International Diabetes Federation (IDF), pada tahun 2021 lebih dari setengah miliar orang di seluruh dunia menderita diabetes, dengan proyeksi jumlah ini akan terus meningkat secara signifikan di tahun-tahun mendatang (Hasina, S.N., et al., 2023; Ratnawati, D., et al., 2018). Di Indonesia, tren serupa juga terlihat. Survei nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mencatat bahwa prevalensi diabetes pada penduduk berusia 15 tahun ke atas mencapai 8,5%, menunjukkan peningkatan dibandingkan angka tahun 2013 (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

DM Tipe 2 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memberikan tekanan psikologis dan spiritual yang signifikan. Lansia dengan DM sering kali menghadapi stres, depresi, dan kecemasan akibat pengelolaan penyakit yang kompleks dan berkelanjutan. Penelitian menunjukkan bahwa kondisi psikospiritual yang terganggu dapat memperburuk pengendalian kadar gula darah, meningkatkan risiko komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan neuropati, serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan (Hasina, S. N., Noventi, I., Livana, P. H., & Hartono, D., 202; Sujana, R. C., Wahyuningsih, H., & Uyun, Q. (2015)). Selain itu, kehilangan makna hidup (meaning of life) dan kesejahteraan spiritual menjadi tantangan besar bagi lansia penderita DM (Hasina, S.N., et al., 2024).

Posyandu Lansia Mahatma terdapat di RW. 03 Manukan Kulon Surabaya, terdapat 152 Lansia yang aktif mengunjungi Posyandu dan terdapat 63 lansia penderita DM Tipe 2 yang menghadapi berbagai tantangan dalam pengelolaan penyakit mereka. Observasi langsung dan wawancara dengan kader kesehatan serta tokoh masyarakat mengungkap beberapa permasalahan utama:

1. Kurangnya Pengetahuan dan rendahnya kesadaran masyarakat tentang Penanganan dan pencegahan komplikasi Diabetes Mellitus Tipe 2: Pemahaman masyarakat tentang pencegahan dan pengelolaan DM masih terbatas. Banyak lansia belum sepenuhnya menyadari pentingnya gaya hidup sehat atau langkah-langkah pencegahan komplikasi khususnya dalam masalah psikologis dan spiritual.
2. Aksesibilitas Layanan Terbatas: Jadwal Posyandu Lansia yang tidak konsisten menyebabkan penurunan motivasi lansia untuk memanfaatkan layanan kesehatan secara rutin.
3. Kurangnya Dukungan Psikososial dan spiritual Sebaya dan Kader: Rendahnya dukungan sebaya dan kader dalam meningkatkan pengetahuan terkait kemandirian, meningkatkan kesehatan psikologi dan kesejahteraan spiritual lansia sehingga lansia tidak merasa terisolasi dan kualitas hidup lansia meningkat
4. Potensi Kader yang Belum Optimal: Kader kesehatan memiliki potensi besar untuk mendukung penanganan Diabetes Mellitus secara holistik, tetapi membutuhkan pelatihan lebih lanjut untuk memberikan edukasi dan bimbingan spiritual group therapy dalam meningkatkan kemandirian, Kesehatan psikologi dan kesejahteraan spiritual lansia.

Tanpa intervensi yang terstruktur dan berkelanjutan, berbagai dampak negatif dapat terjadi, seperti peningkatan prevalensi DM akibat kurangnya kesadaran masyarakat, risiko komplikasi yang lebih tinggi akibat pengelolaan penyakit yang tidak optimal, serta penurunan kualitas hidup lansia akibat isolasi sosial dan kehilangan makna hidup. Program Spiritual Group Therapy (SGT) dirancang sebagai solusi holistik untuk mengatasi permasalahan ini. SGT adalah pendekatan berbasis komunitas yang mengintegrasikan dukungan psikologis dan spiritual melalui diskusi kelompok terstruktur, latihan mindfulness, serta edukasi kesehatan mengenai manajemen DM. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa SGT secara signifikan dapat meningkatkan *meaning of life* dan kesejahteraan spiritual pada lansia penderita DM Tipe 2 ($p < 0,05$) (Hasina, S. N., et al., 2024). Selain itu, penelitian Hasina et al. (2023) menunjukkan bahwa latihan ergonomis berbasis perawatan spiritual efektif dalam menurunkan tingkat distress pada lansia dengan DM (Hasina, S. N., et al., 2023).

Program ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam mengelola penyakit mereka sekaligus memperkuat kemandirian dan kesehatan psikologis serta kesejahteraan spiritual mereka melalui pendekatan partisipatif berbasis komunitas. Asta Cita dalam Pengabdian masyarakat ini mengacu pada kemakmuran: kesejahteraan material dan spiritual bagi seluruh rakyat Indonesia, pemenuhan kebutuhan dasar dan kesempatan untuk pengembangan diri. Dengan pendekatan ini, diharapkan program SGT dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi lansia penderita DM di Posyandu Lansia Mahatma Surabaya sekaligus menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di wilayah lain.

METODE KEGIATAN

Pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan dengan semangat kolaborasi dan partisipasi aktif dari lansia penderita DM Tipe 2 di Posyandu Lansia Mahatma RW. 03 Manukan Kulon, Surabaya, Indonesia. Metode pelaksanaan dirancang untuk memastikan bahwa solusi yang ditawarkan sesuai dengan kebutuhan riil mitra sasaran, serta memberikan dampak positif yang berkelanjutan.

1. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu:

- a. Sosialisasi dan persiapan: Pada tahap ini, tim akan melakukan sosialisasi program kepada seluruh lansia yang terdaftar di Posyandu Lansia Mahatma, kader kesehatan, tokoh masyarakat, serta pihak-pihak terkait lainnya. Sosialisasi akan dilakukan melalui pertemuan tatap muka yang interaktif dan inklusif, dengan memberikan penjelasan mendalam mengenai tujuan program, manfaat yang diharapkan, serta peran dan tanggung jawab masing-masing pihak.
- b. Edukasi Pelatihan Kader Kesehatan dan lansia: Kader kesehatan merupakan garda terdepan dalam memberikan pelayanan kepada lansia di Posyandu. Oleh karena itu, tim pengusul akan memberikan pelatihan intensif kepada kader kesehatan mengenai: Pengukuran Tingkat Pengetahuan Lansia terkait Penyakit Diabetes Mellitus, Konsep dasar DM Tipe 2 dan komplikasi yang mungkin terjadi, Teknik pengukuran kadar gula darah dan tekanan darah yang benar, Prinsip-prinsip diet sehat berbasis indeks glikemik rendah, Panduan aktivitas fisik ringan yang aman dan efektif bagi lansia., Teknik fasilitasi kelompok Spiritual Group Therapy (SGT) yang efektif dan Penggunaan aplikasi pendukung program (WhatsApp untuk koordinasi dan penyebaran informasi).
- c. Sosialisasi dan pelatihan penggunaan Aplikasi SGT DM Corner: Pada tahap ini, tim akan mensosialisasikan tentang aplikasi SGT DM Corner. Dalam sesi ini akan disosialisasikan dan dipraktikkan langsung oleh pengguna yaitu kader dan lansia terkait aplikasi tersebut. Sesi ini akan mencakup berbagai kegiatan yang dirancang untuk meningkatkan kemandirian, kesehatan psikologis, kesejahteraan spiritual, dan pengetahuan tentang manajemen DM
- d. Pendampingan dan Evaluasi: Tim pengusul akan melakukan pendampingan secara berkala kepada kader kesehatan dalam melaksanakan program SGT, serta memberikan umpan balik konstruktif untuk perbaikan berkelanjutan. Selain itu, tim pengusul juga akan melakukan evaluasi terhadap efektivitas program dengan mengumpulkan data dari peserta (kadar gula darah, dan kuesioner pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan)
- e. Keberlanjutan Program: Untuk memastikan keberlanjutan program, tim pengusul akan menjalin kemitraan dengan berbagai pihak terkait, seperti Puskesmas setempat, Dinas

Kesehatan Kota Surabaya, organisasi keagamaan, serta tokoh masyarakat. Selain itu, tim pengusul juga akan membantu kader kesehatan dalam menyusun proposal untuk mendapatkan dana hibah atau dukungan lainnya dari pihak eksternal.

2. Metode Pendekatan dan Penerapan Teknologi dan Inovasi: Inovasi Spiritual Group Therapy (SGT): Program ini mengadopsi model SGT yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan spiritual pasien DM Tipe 2. Model SGT yang diimplementasikan dalam program ini akan dimodifikasi sesuai dengan konteks budaya dan agama masyarakat setempat, sehingga lebih relevan dan mudah diterima.
3. Partisipasi mitra: Mitra sasaran (lansia penderita DM dan kader Posyandu) akan dilibatkan secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi program.
4. Evaluasi Pelaksanaan dan Keberlanjutan Program: Evaluasi Pelaksanaan: Evaluasi pelaksanaan program akan dilakukan secara berkala melalui pengumpulan data kuantitatif (misalnya, tingkat kehadiran peserta, perubahan kadar gula darah) dan data kualitatif (misalnya, wawancara mendalam, fokus group discussion). Data ini akan dianalisis untuk mengetahui efektivitas program dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
Keberlanjutan Program: Keberlanjutan program akan diupayakan melalui:
 - a. Penguatan kapasitas kader kesehatan sebagai fasilitator SGT.
 - b. Penyusunan panduan pelaksanaan SGT yang mudah diikuti.
 - c. Pembentukan jaringan kemitraan dengan berbagai pihak terkait.
 - d. Pencarian sumber pendanaan yang berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini mendapatkan pendanaan pada program Pengabdian kepada Masyarakat oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi tahun anggaran 2025 yang dilaksanakan pada bulan Juli-September. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat ini didokumentasikan pada gambar dibawah ini:



Gambar 1. Kegiatan Program Pengabdian masyarakat

Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil bahwa:

No	Permasalahan	Solusi	Target Luaran	Hasil Pengabdian Masyarakat
1	Kurangnya Pengetahuan dan rendahnya kesadaran masyarakat tentang Penanganan dan pencegahan Komplikasi Diabetes Mellitus Tipe 2:	Melaksanakan penyuluhan kesehatan di komunitas untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang diabetes dan pentingnya gaya hidup sehat.	Setiap sesi dihadiri oleh minimal 30 lansia dan menghasilkan materi edukasi berupa modul cetak dan digital yang dapat diakses melalui aplikasi WhatsApp	Pada kegiatan ini dihadiri oleh 100% lansia yang menderita diabetes mellitus tipe 2. Terdapat Peningkatan pengetahuan tentang manajemen diabetes sebesar 90% berdasarkan pre-test dan post-test
2	Kurangnya Dukungan Psikososial dan spiritual Sebaya dan Kader:	Pelatihan Spiritual group therapy dan Membentuk Kelompok Spiritual Group Therapy (SGT) yang terstruktur, di mana lansia dapat saling mendukung secara emosional dan spiritual serta terciptanya aplikasi "SGT DM Corner" yang mana didalamnya terdapat berbagai terapi yang merujuk pada nilai spiritual dalam pencegahan komplikasi Diabetes dalam segi psikologis dan fisik.	Terbentuknya kelompok SGT, terciptanya aplikasi yang dimanfaatkan oleh kader serta penderita DM	Terciptanya aplikasi SGT DM Corner https://sgtdmcorner.com Peningkatan kemandirian sebesar 98%, peningkatan Kesehatan psikologis sebesar 82,5% dan kesejahteraan spiritual lansia sebanyak 88,8%.
3	Aksesibilitas Layanan Kesehatan yang Terbatas	Meningkatkan sistem layanan Posyandu Lansia dengan jadwal kunjungan rutin. (Sistem kunjungan rutin akan melibatkan kader Posyandu	Minimal 70% dari lansia yang terdaftar di Posyandu mendapatkan pemeriksaan kesehatan rutin setiap bulan	Jumlah kunjungan ke Posyandu Lansia meningkat sebesar 93% dalam periode program.

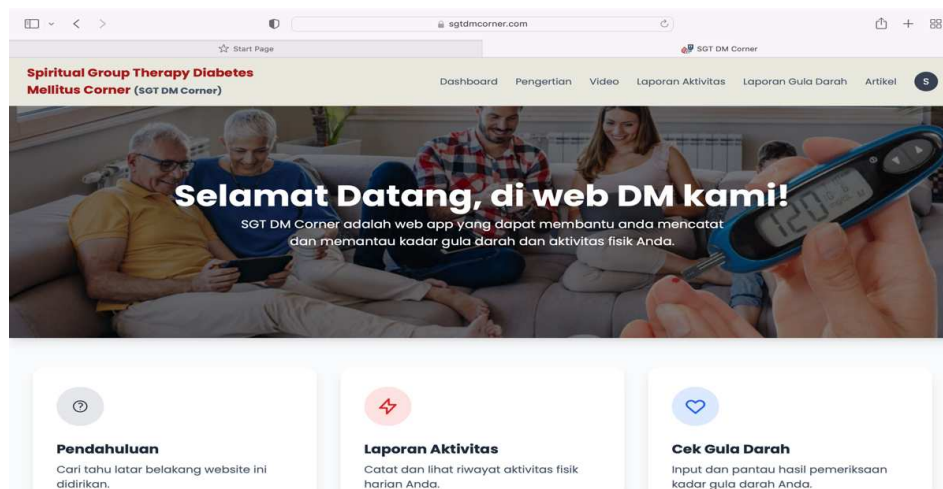
No	Permasalahan	Solusi	Target Luaran	Hasil Pengabdian Masyarakat
		untuk melakukan pemeriksaan kesehatan di rumah lansia yang memiliki keterbatasan mobilitas. Selain itu, jadwal kunjungan akan disusun secara terstruktur dan diinformasikan melalui media cetak serta grup WhatsApp komunitas lansia.)		
4	Potensi Kader yang Belum Optimal	Edukasi dan pelatihan kader terkait pengetahuan tentang penyakit diabetes mellitus dan pelatihan cara pencegahan komplikasi diabetes mellitus seperti diadakan kegiatan spiritual group therapy, dan kegiatan yang merujuk pada terapi nonfarmakologi lainnya dalam memandirikan lansia, meningkatkan Kesehatan psikologis dan kesejahteraan spiritual.	Peningkatan pengetahuan kader	Peningkatan pengetahuan kader tentang diabetes sebesar 93% berdasarkan survei sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan

Hasil pelaksanaan program pengabdian masyarakat memperlihatkan peningkatan signifikan pengetahuan dan kesadaran lansia beserta kader terkait manajemen serta pencegahan komplikasi diabetes mellitus tipe 2 setelah penyuluhan dan edukasi kesehatan berbasis komunitas. Edukasi yang diberikan melalui ceramah, demonstrasi, pelatihan serta pemanfaatan WhatsApp terbukti efektif, di mana hasil evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 90%. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian oleh Fauziah et al. (2020) yang membuktikan bahwa edukasi kesehatan berdampak nyata pada peningkatan pengetahuan dan kemampuan pencegahan komplikasi pada pasien diabetes. Dukungan dari kelompok sebaya melalui program Spiritual Group Therapy (SGT) dan inovasi aplikasi SGT DM Corner juga memperkuat outcomes psikososial, terbukti dengan adanya lonjakan kemandirian hingga 98%, peningkatan kesehatan psikologis 82,5%, dan kesejahteraan spiritual 88,8%.

Studi yang dilakukan oleh Haskas et al. (2020) menegaskan manfaat intervensi spiritual dan dukungan emosional kelompok sebaya dalam meningkatkan kualitas hidup, resiliensi, dan kesejahteraan pasien diabetes mellitus tipe 2 secara signifikan.

Selain itu, inovasi sistem kunjungan rutin pada Posyandu Lansia mendorong aksesibilitas layanan, dengan peningkatan 93% kunjungan lansia selama program berlangsung. Fenomena ini senada dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa akses layanan kesehatan berbasis komunitas secara aktif mampu mendeteksi dini komplikasi, menjaga status kesehatan lansia, serta memperkuat upaya promotif dan preventif pada penderita penyakit kronis (Baraz et al., 2017; Damayanti, 2015). Kemampuan kader Posyandu juga meningkat secara bermakna, terlihat pada kenaikan pengetahuan kader sebesar 93% setelah edukasi dan pelatihan. Peningkatan ini didukung oleh temuan-temuan yang menunjukkan bahwa penguatan kapasitas kader, khususnya dalam manajemen penyakit kronis seperti diabetes melalui pelatihan dan pendidikan, sangat menentukan keberhasilan intervensi kesehatan masyarakat (Aminah et al., 2021).

Seluruh hasil di atas memperlihatkan bahwa strategi intervensi berbasis komunitas, edukasi kesehatan, penguatan kelompok sebaya, penggunaan teknologi, serta penguatan peran kader bukan hanya mendukung pencapaian target luaran, tetapi juga memperkuat basis evidence-based practice sesuai rekomendasi ilmiah dan kebutuhan masyarakat sasaran. Berikut adalah website SGT DM Corner yang membantu dalam proses memandirikan, menyehatkan dan mensejahterakan lansia.



Gambar 2. Gambar Aplikasi SGT DM Corner

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan dalam bentuk sosialisasi penyuluhan, demonstrasi, dan pelatihan tentang Spiritual Group Therapy (SGT) sebagai Strategi Peningkatan Kemandirian, Kesehatan Psikologis dan Kesejahteraan Spiritual Lansia Penderita Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 di Posyandu Lansia Mahatma Surabaya didapatkan peningkatan pemahaman, ketrampilan, kesadaran dan peningkatan jumlah kunjungan posyandu. Serta terbentuknya aplikasi SGT DM Corner yang dirancang khusus untuk pasien lansia dengan Diabetes Mellitus khususnya serta lansia lain yang luas.

Saran yang dapat diberikan kepada lansia yaitu agar selalu aktif dalam mengikuti kegiatan posyandu lansia di Posyandu Lansia Mahatma Surabaya. Diperlukan edukasi dan sosialisasi terstruktur agar lansia dapat patuh dalam pengobatan dan terhindar dari komplikasi Diabetes Mellitus tipe 2. Perlu peningkatan skill dan kemampuan kader posyandu khususnya dalam hal kesehatan. Sehingga menjadi rujukan dasar dalam palitif care di Posyandu Lansia. Posyandu lansia terstruktur baik akan berdampak pada kesehatan lansia khususnya dalam hal Kemandirian, Kesehatan Psikologis dan Kesejahteraan Spiritual Lansia

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih atas terlaksananya kegiatan pengabdian ini disampaikan kepada:

1. Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi Republik Indonesia yang telah memberikan bantuan dana hibah kegiatan pengabdian masyarakat dengan Kontrak DPPM DIKTI - LLDIKTI WILAYAH VII, Tanggal Kontrak : 28 Mei 2025, Nomor Kontrak : 124/C3/DT.05.00/PM/2025. Kontrak LLDIKTI WILAYAH VII – UNUSA Tanggal Kontrak : 28 Mei 2025 Nomor Kontrak : 052/LL7/DT.05.00/PM/2025. Dan Kontrak LPPM UNUSA – PENERIMA Tanggal Kontrak : 04 Juni 2025 1514/UNUSA-LPPM/Adm.I/VI/2025 Surat Kontrak Turunan LPPM - SITI NUR HASINA
2. Bapak dan Ibu pengelola LPPM UNUSA yang telah memberikan perijinan dan bantuan informasi terkait tahapan hibah kegiatan pengabdian masyarakat
3. Ketua RW. 03 Manukan Kulon Surabaya, Ketua Posyandu Lansia Mahatma Surabaya, Kader Posyandu Lansia Mahatma Surabaya, dan seluruh lansia yang berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.
4. Tim pengabdian masyarakat UNUSA 2025 yang berkontribusi waktu, tenaga dan pikirannya.

Dan berbagai pihak yang membantu terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Amelia, K. R., Rianto, B., & Safitri, V. D. (2021). Pengaruh edukasi self management diabetes (DSME) dengan media booklet terhadap kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di Puskesmas Cimahi Selatan. *Malahayati Nursing Journal*, 4(2), 432–442. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.5912>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan nasional riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Baraz, S., Zarea, K., & Shahbazian, H. B. (2017). Impact of the self-care education program on quality of life in patients with type II diabetes. *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 11(2), S1065–S1068. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2017.07.043>
- Damayanti, Y. (2015). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 dalam pencegahan ulkus kaki diabetik di poliklinik RSUD Penembahan Senopati Bantul. *Jurnal Keperawatan Respati*, 2(1).
- Fauziah, N., Pelawi, A. M. P., Ernauli, M., & Karo, M. B. (2020). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dalam pencegahan ulkus kaki diabetik pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Padurenan. *Binawan Student Journal*, 2(3), 314–321.
- Hasina, R., et al. (2024). Spiritual well-being and its impact on diabetes management in older adults: A cross-sectional study in Indonesia. *International Journal of Medical Informatics*, 33(4), 123–130.
- Hasina, R., Noventi, I., Livana, P. H., & Hartono, D. (2021). Mindfulness meditation based on spiritual care to reduce community anxiety due to the impact of pandemic coronavirus disease. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(G), 41–46.
- Hasina, S. N., Shodiq, M., Ikwan, M., Putri, R. A., Noventi, I., & Setianto, B. (2023). The effect of ergonomic exercise based on spiritual care on distress levels in elderly with diabetes mellitus. *Bali Medical Journal*, 12(3), 2930–2935. <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i3.4358>
- Hasina, S. N., Shodiq, M., Misutarno, Putri, R. A., & Noventi, I. (2024). The effect of spiritual group therapy on meaning of life and spiritual well being in type 2 diabetes mellitus. *Frontiers in Health Informatics*, 13(3), 7041–7053. <https://doi.org/10.52783/fhi.vi.646>
- Haskas, Y., Rizkiani, I., & Restika, I. (2020). Literatur review: Evaluasi metode diabetes self

-
- management education (DSME) pada penderita diabetes mellitus tipe 2. *Nursing Arts*, 14(2), 127–141. <https://doi.org/10.36741/jna.v14i2.117>
- Ratnawati, D., Siregar, T., & Wahyudi, C. T. (2018). Terapi relaksasi Benson termodifikasi efektif mengontrol gula darah pada lansia dengan diabetes mellitus. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 14(2), 83–93. <https://doi.org/10.24853/jkk.14.2.83-93>
- Sujana, R. C., Wahyuningsih, H., & Uyun, Q. (2015). Peningkatan kesejahteraan psikologis pada penderita diabetes mellitus tipe 2 dengan menggunakan group positive psychotherapy. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 7(2), 215-232. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol7.iss2.art7>