

DAFTAR PUSTAKA

1. Kendek K, Haskas Y, Arna Abrar E, Tinggi S, Kesehatan I, Hasanuddin N, et al. Hubungan self care dengan quality of life pada penderita diabetes melitus tipe ii. *J Ilm Kesehat Diagnosis*. 18:2302–531.
2. Murtiningsih MK, Pandelaki K, Sedli BP. Gaya hidup sebagai faktor risiko diabetes melitus tipe 2. *e-CliniC*. 2021;9(2).
3. Suyatno S, Kurniawan B, Suharmanto S. Hubungan profil lipid terhadap kontrol glikemik DM tipe 2 peserta program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) di fasilitas kesehatan provinsi Lampung tahun 2021. *J Anal Kesehatan*. 2021;10(1).
4. Debi Nur Arifin. Tanda dan gejala diabetes mellitus. *J Wind Eng Ind Aerodyn*. 2022;2(6).
5. Fowler MJ. Microvascular and macrovascular complications of diabetes. *Clin Diabetes*. 2011;29(3):116–22.
6. Nobel Bistara D, Keperawatan Adi Husada Surabaya A, Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya F. Hubungan pola makan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus. 2018;3(1). Available from: <http://journal.ugm.ac.id/jkesvo>
7. Andala S, Akbar Y. Hubungan aktivitas fisik dan kualitas hidup pasien diabetes melitus the relationship between physical activity and quality of life of diabetes mellitus patients. Vol. 8, *Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan*. Online; 2023.
8. Ramadhani M, Induniasih I, Sutejo S. Review literatur : Kualitas hidup penyandang diabetes mellitus ditinjau dari health locus of control. *Cerdika J Ilm Indones*. 2022;2(4):452–62.
9. Apriyanti GD. Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Ambarawa Kabupaten Semarang. Univ Ngudi Waluyo [Internet]. 2019;1–7. Available from: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
10. Nuraida D. Terapi non farmakologi untuk penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. 2022;
11. Suhita, Byba Melda., Fitrianingrum, Cindy Linggar., Setiawan A. Pengaruh aktivitas fisik dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 : Literature review. *J Ilmu Kesehat*. 2021;10(1):8.
12. Hati Y, Muchsin R. Pengaruh brisk walking terhadap kadar glukosa darah sewaktu pasien diabetes melitus tipe ii. *Poltekita J Ilmu Kesehat*. 2022 May 29;16(1):74–9.
13. Ummu Muntamah, Wulansari. Prevalensi diabetes distress dan analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes distress pada pasien DM tipe 2 di puskesmas kabupaten Semarang. *Media Inf Penelit Kabupaten Semarang*. 2022;4(1):44–53.

14. Dinas Kesehatan. Jawa Tengah Tahun 2021. Profil kesehatan provinsi Jawa Tengah Tahun 2021. 2021;i-123.
15. Kumar R, Saha P, Sahana S, Dubey A. a Review on diabetes mellitus: type1 & type2. 2020;9(10):838–50. Available from: www.wjpps.com
16. Banday MZ, Sameer AS, Nissar S. Pathophysiology of diabetes: An overview. *Avicenna J Med.* 2020;10(04):174–88.
17. Lestari, Zulkarnain, Sijid, Aisyah S. Diabetes melitus: Review etiologi, patofisiologi, gejala, penyebab, cara pemeriksaan, cara pengobatan dan cara pencegahan. *UIN Alauddin Makassar [Internet].* 2021;1(2):237–41. Available from: <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
18. Hardianto D. Telaah komprehensif diabetes melitus: Klasifikasi, gejala, diagnosis, pencegahan, dan pengobatan. *J Bioteknol Biosains Indones.* 2021;7(2):304–17.
19. Cahyaningrum N. Hubungan pola makan 3J (jumlah, jenis, jadwal) dan perilaku sedentari dengan pengendalian gula darah pasien DM tipe 2. *Nutr Res Dev J.* 2023;03(1):12–23.
20. Anggraini S. Hubungan peran keluarga, pola makan, dan status gizi terhadap pencegahan diabetes mellitus gestasional di BPM wilayah kerja kecamatan Payung. *Dohara Publ Open Access J.* 2024;3(Mei):1473–82.
21. Rianti Nurpalah, Meti Kusmiati, Meri Meri, Hendro Kasmanto, Dina Ferdiani. Deteksi dini diabetes melitus gestasional (Dmg) melalui pemeriksaan glukosa darah sebagai upaya pencegahan komplikasi pada ibu hamil. *J-ABDI J Pengabdian Kpd Masy.* 2023;2(9):6425–32.
22. Fitriani, Nasution; Andilala; Ambali AS. Faktor risiko kejadian diabetes mellitus. *J Ilmu Kesehat [Internet].* 2021;9:94–102. Available from: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
23. Wijayanti SPM, Nurbaiti TT, Maqfiroch AFA. Analisis faktor risiko kejadian diabetes mellitus tipe ii di wilayah pedesaan. *J Promosi Kesehat Indones.* 2020;15(1):16.
24. Umam MH, Solehati T, Purnama D. Gambaran kualitas hidup pasien dengan diabetes melitus. *J Kesehat Kusuma Husada.* 2020;70–80.
25. Palupi BS, Rianita M, Sinaga E, Keperawatan S, Tinggi I, Kesehatan B, et al. Hubungan status kesehatan fisik dengan kualitas hidup lansia di kabupaten Gunungkidul Yogyakarta. 2022;000:71–85.
26. Ramadan HRKY. Overview of the level of independence of the elderly in fulfillment of daily activities at tresna social health center werdha nobility Jambi province year 2023. *Pinang Masak Nurs J.* 2023;2(1):42–51.
27. Mawaddah N, Wijayanto A. Peningkatan kemandirian lansia melalui activity daily living training dengan pendekatan komunikasi terapeutik di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. *Hosp Majapahit.* 2020;12(1):32–40.
28. Julianus H, Soelama J, Rattu JM, Djouvy J, Gessal AR, Ratulangi S, et al. Gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) pada mahasiswa kedokteran:

- hambatan praktik aktivitas fisik. Sam Ratulangi J Public Heal. 2022;3(2):14–22.
29. Untuk D, Literature M, Program R, Keperawatan S, Studi P, Fakultas K, et al. Pengaruh aktivitas fisik terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe-2: Literature Review Naskah Publikasi.
 30. Wahyuni S, Sari NP, Kurniawan Y. Asuhan keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus dengan terapi walking exercise (jalan kaki) di wilayah kerja puskesmas Telaga Dewa. J Ilmu Kesehat. 2022;01(02).
 31. Kasmad K, Abdillah AJ, Karnelia M. The impact of using brisk walking exercise in lower blood sugar of patients with type 2 diabetes mellitus. Int J Nurs Inf. 2022 Sep 30;1(1):10–7.
 32. Rochman MI, Kurdi F, Kholis AH. Effect of brisk walking exercise on blood sugar levels in prolanis members at community health center. J Kegawatdaruratan Medis Indones. 2024 Feb 28;3(1):104–22.
 33. Muzakki DH. Pengaruh brisk walking exercise terhadap tingkat kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2. repositori.ubs-ppni.ac.id. 2017;
 34. Hartiti T, Silfiyanti LD, Rejeki S, Pohan VY, Yanto A. Relationship of spiritual caring with quality of live for hemodialysis patients: A literature review. Open Access Maced J Med Sci. 2021;9(T5).
 35. Khasana U. Gambaran kualitas hidup pada pasien lanjut usia dengan hipertensi. J Keperawaatan Univ Muhammadiyah Purwokerto. 2020;1(2).
 36. Opoku B, De Beer-Brandon CR, Quartey J, Mshunqane N. Effects of brisk walking on fasting blood glucose and blood pressure in diabetic patients. J Metab Heal. 2023 Feb 23;6(1).
 37. Dharmansyah D, Budiana D. Indonesian adaptation of the international physical activity questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties. J Pendidik Keperawatan Indones. 2021;7(2):159–63.
 38. Chusmeywati V. Hubungan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup penderita diabetes melitus di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta unit II. Skripsi. 2016;
 39. Sriyanti NP, Basit M, Warjiman. Hubungan kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup pasien pasca stroke. J Keperawatan Suaka Insa. 2019;1:1–8.
 40. Wulandari, Ziara Arum; Firdaus, Insanul; Rahmasari I. Efektivitas brisk walking terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe ii. J Penelit Perawat Prof. 2025;7:297–304.
 41. Zakiyah A. Analisis determinan diabetes mellitus pada kelompok umur $\geq$ 45 tahun di provinsi Jambi (analisis data riskesdas 2018) [Internet]. 2023. Available from: <https://repository.unja.ac.id/>
 42. Yudha MB, Suhendro A. Edukasi brisk walking sebagai pencegahan peningkatan kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Cilongok I kabupaten Banyumas. J Peduli Masy. 2024;6:459–68.
 43. Purwaningsih P. Intervensi pemberian air rebusan daun sirih merah pada perawatan luka perineum ibu postpartum di keluarga. 2024;
 44. Musdalifah, Nugroho S. Hubungan jenis kelamin dan tingkat ekonomi

- dengan kejadian diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas Palaran kota Samarinda tahun 2019. *Borneo Student Res.* 2020;1(2).
45. Saydah S, Lochner K. Socioeconomic status and risk of diabetes-related mortality in the U.S. *Public Health Rep.* 2010;125(3):377–88.
 46. Musdalifah, Nugroho PS. Hubungan jenis kelamin dan tingkat ekonomi dengan kejadian diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas Palaran kota Samarinda tahun 2019. *Borneo Student Res.* 2020;1(2):2020.
 47. Funakoshi M, Azami Y, Matsumoto H, Ikota A, Ito K, Okimoto H, et al. Socioeconomic status and type 2 diabetes complications among young adult patients in Japan. *PLoS One.* 2017;12(4):1–14.
 48. Alshahrani JA, Alshahrani AS, Alshahrani AM, Alshalaan AM, Alhumam MN, Alshahrani NZ. The impact of diabetes mellitus duration and complications on health-related quality of life among type 2 diabetic patients in Khamis Mushit City, Saudi Arabia. *Cureus.* 2023;15(8).
 49. Paris S, Nurlinda R, Novarina Kasim VA, Sulistiani Basir I, Rahim NK. Hubungan lama menderita dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus the relationship of long suffering with quality of life in diabetes mellitus patients 1. *An Idea Nurs J ISSN.* 2023;2(01):1.
 50. Windiramadhan AP, Studi P, Keperawatan S, Melitus D, Mellitus D. Gaya hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di ruang poli penyakit. 2024;132:30–7.
 51. Organization WH. Physical activity. 2024.
 52. Wahyuningtias P, Yovsyah Y, Arsyati AM. Pengaruh aktivitas fisik terhadap kontrol glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe 2. *STIKES ICME Jombang.* 2017;
 53. Yudha MB, Sari NIK. Brisk walking untuk menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2: A literature review Nur Intan Kartika Sari RISE Foundation. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan [Internet].* 2024;2(1):248–60. Available from: <https://doi.org/10.61132/protein.v2i1.139>
 54. Sriwahyuni, Haskas Y, Darmawan S, Kasim J, Thalib A. The effectiveness of yoga exercise with fast walking on changes in blood pressure and random blood glucose (rbp) in diabetes mellitus women at tamalanrea health center makassar. *Multidiscip Sci J.* 2025;7(6):1–9.
 55. Putri, A. R., & Hidayat R. Pengaruh usia terhadap kapasitas fisik dan aktivitas jasmani pada penderita diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* 2021;16:112–8.
 56. Nugroho, A., Wulandari, S., & Prasetyo A. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan latihan fisik pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia.* 2022;10:45–53.
 57. Santoso, H., Rahmawati, D., & Wibowo I. Hubungan motivasi intrinsik dengan kepatuhan latihan fisik pada pasien diabetes mellitus. *Jurnal Psikologi Kesehatan.* 2020;8:25–32.
 58. Wang X, Patterson BW, Smith GI, Kampelman J, Reeds DN, Sullivan SA, et al. A ~60-min brisk walk increases insulin-stimulated glucose disposal but has no effect on hepatic and adipose tissue insulin sensitivity in older

- women. *J Appl Physiol*. 2013;114(11):1563–8.
59. Priyoto, Widyaningrum DA. Pengaruh senam kaki terhadap perubahan kadar gula darah pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2 di desa Balerejo kabupaten Madiun. *J Keperawatan*. 2020;13(1):1–7.
 60. Tumanggor J alex candra. Pengaruh pemberian isometri hanggrip exercise terhadap perubahan tekanan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Advent Medan. 2020.
 61. Ren JM, Semenkovich CF, Gulve EA, Gao J, Holloszy JO. Exercise induces rapid increases in GLUT4 expression, glucose transport capacity, and insulin-stimulated glycogen storage in muscle. *J Biol Chem*. 1994;269(20):14396–401.
 62. Sugiyarto S, Sumardino S, Yusran P. ADM. Literature review: Effect of brisk walking on blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus. *Basic Appl Nurs Res J*. 2022;3(2):37–45.
 63. Hayati K. Pengaruh brisk walking exercise terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien dm tipe ii di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. *J Penelit Keperawatan Med*. 2021;3(2):23–9.
 64. Eliza, Aprilianti D, Nazarena Y, Terati, Sumarman. Pemberian lakuto terhadap glukosa darah penderita diabetes melitus tipe 2. *J Ilm Kesehat*. 2022;4(1):1–12.
 65. Hamonangan PR. Pengaruh jalan cepat. *J Keperawatan*. 2019;5(2):629–34.
 66. Suryati I, Primal D, Sulni RP. Pengaruh terapi musik flute terhadap penurunan gula darah pada pasien diabetes melitus tipe ii. *J Kesehat PERINTIS (Perintis's Heal Journal)*. 2021;8(1):39–44
 67. Mustika IW, Sudiantara K, Suardana IW, Gama K. Brisk walking exercise as an effort to reduce blood glucose levels in diabetes mellitus. *J Cent Excell Heal Assist Technol*. 2024;2(1):57–65.
 68. Listyarini AD, Fadilah A. Brisk walking dapat menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus di desa klumpit kecamatan gebog kabupaten Kudus. *J Keperawatan dan Kesehat Masy Cendekia Utama [Internet]*. 2017;6(2):10–9. Available from: <http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/stikes/article/view/187>
 69. Kurniawan AW, Nurmayunita H, Rahmadani RP. Selfcare management in diabetic. 2024;4(2):85–95.
 70. Sani FN, Widiastuti A, Ulkhasanah ME, Amin NA. Gambaran kualitas hidup pada pasien diabetes melitus. *J Penelit Perawat Prof [Internet]*. 2023;5(3):1151–8. Available from: <https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg%0Ahttp://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
 71. Listiana D, Effendi, Indriati B. Efektivitas air rebusan daun sirih merah. *J Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*. 2019;7(August 2018):559–67.
 72. Kuman MJM, Nong Baba W. Penerapan inovasi brisk walking exercise dalam menurunkan kadar gula darah klien diabetes mellitus application of brisk walking exercise innovation in reducing blood sugar levels of diabetes mellitus Clients. *Jurnal Promotif Preventif*. 2024;7(2):329–34.

Available from: <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>