

***“CURIOUS GUIDE” BOOKLET* SEBAGAI MEDIA EDUKASI GIZI
PADA PASIEN PREDIABETES MELITUS TIPE 2
(Studi di Wilayah Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung)**



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi

Oleh:

Dian Meidiana

NIM. 2106901

**PROGRAM STUDI S-1 GIZI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

Lembar Hak Cipta

=====

***“CURIOUS GUIDE”* BOOKLET SEBAGAI
MEDIA EDUKASI GIZI PADA PASIEN
PREDIABETES MELITUS TIPE 2
(Studi di Wilayah Puskesmas
Babakan Sari Kota Bandung)**

Oleh
Dian Meidiana

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Gizi pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Dian Meidiana 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Mei 2025

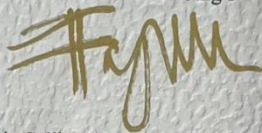
Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

DIAN MEIDIANA
“*CURIOUS GUIDE*” BOOKLET SEBAGAI MEDIA EDUKASI GIZI
PADA PASIEN PREDIABETES MELITUS TIPE 2
(Studi di Wilayah Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung)

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Fajria Saliha Puspita P. S.Gz., M.Si., Dietisien
NIPT. 920200419950419201

Pembimbing II



Asti Dewi Rahayu F. S.KM., M.K.M.
NIPT. 920190219910416201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Gizi



Widya Astuti, S.Gz., M.Si.
NIPT. 920200419930102201

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dian Meidiana

NIM : 2106901

Program Studi : Gizi

Judul Karya : “*Curious Guide*” Booklet Sebagai Media Edukasi pada Pasien Prediabetes Melitus Tipe 2 (Studi di Wilayah Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung)

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas.

Jika di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia.

Bandung, 15 Mei 2025



(Dian Meidiana)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Curious Guide Booklet* Sebagai Media Edukasi pada Pasien Prediabetes Melitus Tipe 2 Studi di Wilayah Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Gizi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia. Penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia atas arahannya selama menjalani proses akademik.
2. Ibu Widya Astuti, S.Gz., M.Si., selaku Ketua Program Studi Gizi, yang telah memfasilitasi dan mendukung kelancaran studi penulis.
3. Ibu Fajria Saliha Puspita Prameswari, S.Gz., M.Si., Dietisien., selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing skripsi, atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Asti Dewi Rahayu Fitriyaningsih, S.KM., M.KM., selaku dosen pembimbing skripsi, atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ayu Mutiara Santanu, S.Farm., Apt., M.KM., selaku dosen Penguji, yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf akademik Program Studi Gizi, atas ilmu dan pelayanan selama penulis menempuh pendidikan.
7. Dinas Kesehatan Kota Bandung dan Puskesmas Babakan Sari yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas sebagai tempat pelaksanaan penelitian, sehingga proses pengumpulan data dapat berjalan dengan lancar.

8. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi yang berharga dalam penelitian ini.
9. Orang tua tercinta Bapak Endang Suherman Ahmad Fariz Abdurrahman dan Ibu Rosmiyati, yang selalu mendoakan, mendukung secara moril maupun materiil, serta menjadi sumber semangat utama dalam menyelesaikan studi ini.
10. Sahabat-sahabat dan rekan seperjuangan, khususnya teman-teman Program Studi Gizi Angkatan 2021, atas kebersamaan, kerja sama, dan saling menyemangati selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
11. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam berbagai bentuk

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi ilmiah yang bermanfaat bagi semua pihak.

Bandung, April 2025



Dian Meidiana

ABSTRAK

“CURIOUS GUIDE” BOOKLET SEBAGAI MEDIA EDUKASI GIZI PADA PASIEN PREDIABETES MELITUS TIPE 2 (Studi di Wilayah Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung)

Dian Meidiana

NIM. 2106901

email: dianmei1602@gmail.com

Pendahuluan: Diabetes melitus tipe 2 (DM) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, yang sering didahului oleh kondisi pradiabetes. Kondisi ini dapat dikelola melalui perubahan gaya hidup dan edukasi yang efektif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh media edukasi gizi “*Curious Guide*” booklet terhadap peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, dan perilaku pasien prediabetes melitus tipe 2. **Metode:** Penelitian Quasi-eksperimental ini menggunakan desain *pretest-posttest* satu kelompok dengan melibatkan 36 pasien prediabetes di Puskesmas Babakan Sari. Data dianalisis menggunakan uji *paired T-Test* atau uji non-parametrik, dengan skor N-Gain digunakan untuk menilai peningkatan. **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan peningkatan yang signifikan pada aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta setelah pemberian edukasi booklet ($p < 0.05$). Skor N-Gain menunjukkan peningkatan sedang pada pengetahuan dan perilaku, sedangkan peningkatan sikap tergolong rendah. **Simpulan:** “*Curious Guide*” booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pasien prediabetes. Ketiga aspek ini saling mendukung, menjadikan edukasi ini efektif dalam upaya pencegahan diabetes melitus tipe 2.

Kata kunci: Prediabetes, pengetahuan, sikap, perilaku, *booklet*

ABSTRACT

THE “CURIOUS GUIDE” BOOKLET AS A NUTRITION EDUCATION TOOL FOR PATIENTS WITH TYPE 2 PREDIABETES MELLITUS (A Study at Babakan Sari Public Health Center, Bandung City)

Dian Meidiana

NIM. 2106901

email: dianmei1602@gmail.com

Introduction: Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a significant public health concern, often preceded by a condition known as prediabetes. This condition can be managed through lifestyle modifications and effective education. **Objective:** This study aims to analyze the impact of the nutritional education media, the “Curious Guide” booklet, on improving knowledge, changing attitudes, and modifying behaviors among patients with prediabetes. **Methods:** This quasi-experimental study employed a one-group pretest-posttest design involving 36 prediabetic patients at Babakan Sari Public Health Center. Data were analyzed using paired t-tests or non-parametric tests, with N-Gain scores utilized to assess improvement. **Results:** The study demonstrated a significant improvement in participants’ knowledge, attitudes, and behaviors following the educational intervention using the booklet ($p < 0.05$). N-Gain scores indicated a moderate increase in knowledge and behavior, while the improvement in attitudes was classified as low. **Conclusion:** The “Curious Guide” booklet has proven effective in improving the knowledge, attitudes, and behaviors of prediabetic patients. These three aspects are interrelated and mutually reinforcing, making this educational intervention effective in the prevention of type 2 diabetes mellitus.

Keywords: Prediabetes, knowledge, attitude, behavior, booklet

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN BEBAS PLAGIARISME	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Praktis.....	4
1.4.2 Manfaat Teoritis	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep-Konsep dan Teori.....	7
2.1.1 Diabetes Melitus	7
2.1.2 Terapi atau Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2	12
2.1.3 Media Edukasi Prediabetes Melitus Tipe 2	20
2.1.4 Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku.....	22
2.2 Penelitian Terdahulu.....	26
2.3 Kerangka Teori.....	30
2.4 Kerangka Konsep	31
2.5 Tabel Definisi Operasional.....	31
2.6 Hipotesis.....	34
BAB III.....	36

METODE PENELITIAN	36
3.1 Jenis Penelitian	36
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	38
3. 4 Teknik Pengumpulan Data	39
3.4.1 Jenis Data.....	39
3.4.2 Alur penelitian	41
3.4.3 Instrumen	50
3.5 Prosedur Pengambilan Data	58
3.6 Prosedur Analisis Data	59
3.6.1 Pengolahan Data	59
3.6.2 Analisis Data.....	60
3.7 Isu Etik Penelitian	62
BAB IV	63
HASIL DAN PEMBAHASAN	63
4.1 Hasil.....	63
4.1.1 Karakteristik Responden.....	63
4.1.2 Sebaran Jawaban Kuesioner	64
4.1.3 Analisis Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	75
4.1.4 Uji Efektivitas Media Edukasi Prediabetes “ <i>Curious Guide</i> ” <i>Booklet</i> Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku	76
4.2 Pembahasan	77
4.2.1 Gambaran Pengetahuan Terkait Penyebab Diabetes Melitus Tipe 2, Indeks Glikemik, Makanan Sehat, dan Komplikasi Diabetes, serta Prinsip Manajemen Prediabetes Sebelum dan Sesudah Edukasi “ <i>Curious Guide</i> ” <i>Booklet</i>	77
4.2.2 Efektivitas Perubahan Pengetahuan Pasien Prediabetes Pasca Edukasi melalui “ <i>Curios Guide</i> ” <i>Booklet</i>	78
4.2.3 Gambaran Sikap Terkait Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Kepatuhan Kontrol Gula Darah Sebelum dan Sesudah Edukasi “ <i>Curious Guide</i> ” <i>Booklet</i>	80
4.2.4 Efektivitas Perubahan Sikap Pasien Prediabetes Pasca Edukasi melalui “ <i>Curios Guide</i> ” <i>Booklet</i>	83
4.2.5 Gambaran Perilaku Terkait Pola Makan, Konsumsi Makanan Manis, dan Kepatuhan Jadwal Makan Sebelum dan Sesudah Edukasi “ <i>Curious Guide</i> ” <i>Booklet</i>	86

4.2.6 Efektivitas Perubahan Perilaku Pasien Prediabetes Pasca Edukasi melalui “ <i>Curios Guide</i> ” Booklet.....	88
4.2.7 Implikasi dan Keterpaduan Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku.....	89
BAB V.....	92
SIMPULAN DAN SARAN	92
5.1 Simpulan.....	92
5.2 Saran	92
5.2.1 Saran Praktis	92
5.2.2 Saran Teoritis.....	93
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	101

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kadar Tes Laboratorium Darah Untuk Diagnosis Diabetes Melitus Dan Prediabetes	7
Tabel 2.2 Perhitungan Kebutuhan Kalori.....	14
Tabel 2.3 Jadwal Makan Pasien DM	17
Tabel 2.4 Bahan Makanan yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan.....	18
Tabel 2.5 Penelitian Terdahulu	26
Tabel 2.6 Definisi Operasional Variabel.....	32
Tabel 2.7 Kategori Persentase Skor Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi.....	33
Tabel 3.1 Sepuluh Besar Penyakit di UPTD Puskesmas Babakan Sari tahun 2024	38
Tabel 3.2 <i>Booklet “CURIOUS Guide”</i>	45
Tabel 3.3 Kriteria Uji Validitas Media	46
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Oleh Ahli.....	46
Tabel 3.5 Kriteria Uji Keterbacaan	48
Tabel 3.6 Hasil Uji Keterbacaan Media	49
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Kuesioner Variabel Pengetahuan	51
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Kuesioner Variabel Sikap	53
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Kuesioner Variabel Perilaku	54
Tabel 3.10 Isi Kuesioner dan Konten Booklet	56
Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Pasien Perempuan dengan Prediabetes di Puskesmas Babakan Sari Tahun 2025.....	63
Tabel 4.2 Sebaran Skor Pengetahuan <i>Pretest</i> Subjek.....	64
Tabel 4.3 Sebaran Jawaban Kuesioner <i>Pretest</i> Pengetahuan.....	65
Tabel 4.4 Sebaran Skor Pengetahuan <i>Posttest</i> Subjek.....	66
Tabel 4.5 Sebaran Jawaban Kuesioner <i>Posttest</i> Pengetahuan.....	66
Tabel 4.6 Sebaran Skor Sikap <i>Pretest</i> Subjek.....	68
Tabel 4.7 Sebaran Jawaban Kuesioner <i>Pretest</i> Sikap	68
Tabel 4.8 Sebaran Skor Sikap <i>Posttest</i> Subjek.....	69
Tabel 4.9 Sebaran Jawaban Kuesioner <i>Posttest</i> Sikap.....	70
Tabel 4.10 Sebaran Skor Perilaku <i>Pretest</i> Subjek.....	71
Tabel 4.11 Sebaran Jawaban Kuesioner <i>Pretest</i> Perilaku.....	72
Tabel 4.12 Sebaran Skor Perilaku <i>Posttest</i> Subjek	73
Tabel 4.13 Sebaran Jawaban Kuesioner <i>Posttest</i> Perilaku.....	74
Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas (<i>Shapiro Wilk</i>).....	75
Tabel 4.15 Analisis Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku <i>Pre-Post</i>	75
Tabel 4.16 Analisis Efektivitas Media Edukasi.....	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patofisiologi Penyakit DM Tipe 2.....	9
Gambar 2.2 Konsep Prinsip 3J.....	13
Gambar 2.3 Panduan Piring Makan Model T	18
Gambar 2.4 Kerangka Teori.....	30
Gambar 2.5 Kerangka Konsep	31
Gambar 3.1 Peta Wilayah kerja UPTD Puskesmas Babakan sari	37
Gambar 3.2 Diagram Alir Alur Penelitian	41

DAFTAR SINGKATAN

ADA	:	<i>American Diabetes Association</i>
BB	:	Berat Badan
DM	:	Diabetes Melitus
DPP	:	<i>Dipeptidyl Peptidase</i>
GLP	:	<i>Glucagon Like Peptide</i>
GLUT	:	<i>Glucose Transporter</i>
HDL	:	<i>High Density Lipoprotein</i>
IMT	:	Indeks Massa Tubuh
KEK	:	Kurang Energi Kronis
KHNC	:	<i>Koma Hiperosmolar Non Ketotik</i>
NIDDM	:	<i>Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus</i>
NIM	:	Nomor Induk Mahasiswa
PSP	:	Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku
RI	:	Republik Indonesia
SAFA	:	<i>Saturated Fatty Acid</i>
SGLT	:	<i>Sodium Glucose Co Transporter</i>
SPSS	:	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
TNF	:	<i>Tumor Necrosis Factor</i>
TZD	:	<i>Thiazolidinedione</i>
WHO	:	<i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti	101
Lampiran 2. Lembar Pengesahan Proposal dan Skripsi.....	102
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Kampus.....	104
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian dari Lokasi Penelitian.....	106
Lampiran 5. Sertifikat <i>Ethical Clearance</i>	111
Lampiran 6. Instrumen Penelitian (Kuesioner, pedoman wawancara, atau observasi)	112
Lampiran 7. Pedoman Skoring Instrumen Penelitian.....	124
Lampiran 8. Output SPSS (Uji Validitas Reliabilitas, Uji univariat, dan bivariat)	126
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan Penelitian (opsional).....	144
Lampiran 10. Draft Artikel Ilmiah.....	145
Lampiran 11. Bukti Turnitin Skripsi (Plagiarisme < 20%).....	153
Lampiran 12. Bukti Turnitin Draft Artikel Ilmiah (Plagiarisme < 15%).....	154
Lampiran 13. Media “ <i>Curious Guide</i> ” Booklet.....	155

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A. N., Fatin, M. A., Ghassani, F. S., & Lismandasari, L. (2022). Analisis Tingkat Pendidikan, Tingkat Pengetahuan, Serta Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tangga Di RT 04 RW 05 Kelurahan Ciriung Kabupaten Bogor. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), 203-208. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.3.203-208>
- Alaofè, H., Houunkpatin, W. A., Djrolo, F., Ehiri, J., & Rosales, C. (2021). Knowledge, Attitude, Practice Aand Associated Factors Among Patients Wwith Type 2 Diabetes Iin Cotonou, Southern Benin. *BMC Public Health*, 21, 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10289-8>
- American Diabetes Association. (2020). Standards Of Medical Care In Diabetes2020. <https://doi.org/10.2337/dc20-S002>
- American Diabetes Association. (2023). Standards Of Medical Care In Diabetes—2023. *Diabetes Care*, 46(Supplement 1), S1-S2. <https://doi.org/10.2337/dc23-S001>
- Ananda, R. A., & Sugiyono, V. A. (2022). Pengembangan Media *Booklet* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Matematika Segi Banyak. 9, 254–264. <http://doi.org/10.30998/fjik.v9i3.14048>
- Anggraini, F. D. P., Aprianti, A., Setyawati, V. A. V., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran Statistika Menggunakan Software SPSS Untuk Uji Validitas Dan Reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491-6504. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3206>
- Anggriyani, R. (2021). Metode Penyampaian Edukasi Gizi Yang Efektif. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 19(1), 55–62.
- Ardiani, H. E., Permatasari, T. A. E., & Sugiatmi, S. (2021). Obesitas, Pola Diet, Dan Aktifitas Fisik Dalam Penanganan Diabetes Melitus Pada Masa Pandemi Covid-19. *Muhammadiyah Journal Of Nutrition And Food Science (Mjnf)*, 2(1), 1-12. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.1-12>
- Az-Zahra, A., Muyassar, I., & Maharani, S. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Kejadian Obesitas Di Indonesia. *Researchgate. Net*, 4, 110.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations Of Thought And Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Budianto, R. E., Linawati, N. M., Kamasan, I. G., Arijana, N., Ayu, I., Wahyuniari, I., Nyoman, I. G., & Wiryawan, S. (2021). *Jurnal Sains Dan Kesehatan*. 4(5), 548–556.
- Cantika, A. P., Yuvi, A., Handika, B., Nugroho, T., & Handayani, D. T. (2024). Pengaruh Pola Hidup Mahasiswa Fakultas Bahasa Dan Seni Unnes Terhadap Risiko Diabetes Miletus. 3(2), 206–221.
- Dewi, L. C. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Scrapbook Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Dalam Pembelajaran Ipa Kelas

- V Organ Gerak Hewan Di Min 2 Kota Kediri (Doctoral Dissertation, Iain Kediri).
- Dewi, N. M. L. K. (2021). Gambaran Perilaku Pasien Diabetes Melitus Pada Lansia Di Desa Baler Bale Agung Kecamatan Negara Kabupaten Jembrana Tahun 2021 (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar).
- Diabetes Uk. (2022). Nutrition And Type 2 Diabetes. Diabetes Uk. Retrieved From <https://www.diabetes.org.uk>
- Febrianti, Devi Nurnadzifah (2022) Pengembangan Bahan Ajar *Booklet* Pada Materi Struktur Dan Fungsi Sel Kelas Xi IPA Di Man 3 Jember Tahun Pelajaran 2021/2022. Uin Kh Achmad Siddiq Jember.
- Fitriani, S., Hapsari, D., & Mulyani, N. (2022). Media Edukasi Visual Dalam Perubahan Sikap Pasien Diabetes. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 20(1), 89–97.
- Franz, M. J., Dkk. (2015). The Evidence For Medical Nutrition Therapy For Type 1 And Type 2 Diabetes In Adults. *Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics*, 115(8), 1323-1339. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2010.09.014>
- Friedman, L., Anderson, M., & Clark, S. (2019). The Limits Of Booklet-Based Health Education: A Review. *Patient Education And Counseling*, 102(3), 456–463.
- Gay, L. R., & Diehl, P. L. (1992). *Research Methods For Business And Management*. Macmillan Publishing Company.
- Gunawan, I. S., Patria, S. Y., & Rusmawatiningtyas, D. (2022). Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Anak: Sebuah Laporan Kasus. Departemen Ilmu Kesehatan Anak, Rsup Dr. Sardjito / Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, Dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Hardianto, V. E. (2022). Model Faktor Risiko Prediabetes Pada Penduduk Usia $\geq$ 15 Tahun Di Dki Jakarta (Analisis Lanjut Data Riskesdas Tahun 2018). Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Harvard School Of Public Health*. (2023). The Nutrition Source: Healthy Eating For Type 2 Diabetes. Harvard T.H. Chan School Of Public Health.
- Hawaij, T. H., & Khomsan, A. (2022). Pemberdayaan Perempuan, Pola Konsumsi Pangan, Dan Status Gizi Pekerja Bordin Di Tasikmalaya.
- Herawati, E. (2024). Monitoring Mandiri Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Prediabetes. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(1), 22–30.
- Hossain, M. B., Alam, M. Z., Islam, M. S., Sultan, S., Faysal, M. M., Rima, S., ... & Mamun, A. A. (2021). Health Belief Model, Theory Of Planned Behavior, Or Psychological Antecedents: What Predicts COVID-19 Vaccine Hesitancy Better Among The Bangladeshi Adults? *Frontiers In Public Health*, 9, 711066. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.711066>
- International Diabetes Federation (IDF). Diabetes Atlas, Eighth Edition 2017. International Diabetes Federation, 2017.

- International Diabetes Federation. (2023). IDF Diabetes Atlas (10th Ed.). International Diabetes Federation. <https://www.idf.org>
- Iqbal, M., Zahroh, N., & Handayani, F. (2022). Pemberian Booklet Gizi Kepada Pasangan Usia Subur: Respons Dan Dampaknya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 95–102.
- Jenkins, D. J. A., Kendall, C. W. C., Augustin, L. S. A., Mitchell, S., Sahye-Pudaruth, S., Blanco Mejia, S., ... & Sievenpiper, J. L. (2023). The Health Effects Of Low Glycemic Index And Low Glycemic Load Diets: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Nutrients*, 15(1), 1–20. <https://doi.org/10.3390/nu15010001>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). Utilization Of Mass Communication By The Individual. In J. G. Blumler & E. Katz (Eds.), *The Uses Of Mass Communications: Current Perspectives On Gratifications Research* (Pp. 19–32). Beverly Hills, CA: Sage.
- Kaur, N., Kaur, R., & Singh, J. (2015). Effectiveness Of Structured Teaching Program On Knowledge Regarding Diabetes Mellitus Among Diabetic Patients. *Nursing And Midwifery Research Journal*, 11(2), 93–98.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Promosi Kesehatan Melalui Pendekatan Cerdik. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Fungsi Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan. Diakses Pada 14 Desember 2024
- Khomsan A. 2021. Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Bogor (ID): IPB Press.
- Kurniati, N. F., Sukaeningsih, D., & Fadhillah, Z. H. (2023). Aktivitas Obat Golongan SGLT-2i dan GLP-1RA serta SGLT-2i dan DPP-4i dengan atau tanpa Metfomin pada Tikus Diabetes tipe 2 dengan Model Kerusakan Sel Beta Pankreas dan Resistensi Insulin. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 5(5), 591-598. <https://doi.org/10.25026/jsk.v5i5.1964>
- Kusumastuti, I., & Kartinah, R. (2021). Lemak Viseral Berperan Penting Dalam Munculnya Resistensi Insulin. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 19(2), 77–85.
- Kusumawati, N. (2023). Prediabetes. Eureka Media Aksara. Isbn: 978-623-120-024-2.
- Manuntung, A., & Yani, F. R. W. P. F. (2024). SKRINING DAN EDUKASI KESEHATAN TENTANG PREDIABETES: SCREENING AND HEALTH EDUCATION ABOUT PREDIABETES. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 2(2), 98-103. <https://doi.org/10.53599/jap.v2i2.211>
- Manuntung, T., Rahmawati, A., & Hidayat, F. (2024). Pengembangan Media Edukasi “Curious Guide” Dalam Peningkatan Pengetahuan Prediabetes. *Jurnal Edukasi Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 25–36.
- Meilawati, S. (2020). Studi Literatur Efek Modifikasi Gaya Hidup Secara Intensif Pada Prediabetes. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(4), 579-83.

- Mulmuliana, M., & Rachmawati, N. (2022). Pengaruh Pemahaman Indeks Glikemik Terhadap Pola Konsumsi Pasien Diabetes. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia*, 10(1), 14–21.
- Mulmuliana, M., & Rachmawati, R. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Konsumsi Pangan Indeks Glikemik Tinggi Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe-II Di Wilayah Kerja Puskesmas Mutiara Kabupaten Pidie. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 4(1), 1-7. <http://doi.org/10.30867/gikes.v4i1.817>
- Muniroh, L., Dwiastuty, N., & Ismail, D. (2021). Pengaruh Booklet Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Puskesmas. *Media Gizi Indonesia*, 16(2), 97–105.
- Murtiningsih, M. K., Pandelaki, K., & Sedli, B. P. (2021). Gaya Hidup Sebagai Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2. 9(28), 328–333. <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i2.32852>
- Mustofa, A., & Sani, R. (2024). Kesiapan Lansia Dalam Menjaga Kualitas Hidup: Studi Literasi Kesehatan Usia Pensiun. *Jurnal Gerontologi Indonesia*, 8(1), 34–42.
- Nafiati, D. A. (2021). Revisi Taksonomi Bloom: Kognitif, Afektif, Dan Psikomotorik. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(2), 151–172. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i2.29252>
- Nur, D., Purqoti, S., Amrullah, M., Fatmawati, B. R., & Khairani, F. (2022). Identifikasi Kadar Gula Darah Pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 Di Desa Kopang Lombok Tengah. 10(2), 207–210. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v10i2.2022.373>
- Nurhidayanti, N., Yuniarti, Y., Supadi, J., Ambarwati, R., & Jaelani, M. (2023). Media E-Booklet Dapat Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Untuk Pencegahan Dm Tipe 2 Pada Remaja. *Jurnal Riset Gizi*, 11(2), 127–132. <https://doi.org/10.31983/jrg.v11i2.10674>
- Nurjanah, N. (2021). Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Alauddin University Repository.
- Jones, R. A., Lawlor, E. R., Birch, J. M., Patel, M. I., Werneck, A. O., Hoare, E., ... & Ahern, A. L. (2021). The impact of adult behavioural weight management interventions on mental health: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Reviews*, 22(4), e13150.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2021). Pedoman Nasional Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia (Edisi Revisi 2021). Perhimpunan Endokrinologi Indonesia.
- Prabawati, D., Subekti, O., & Rostiana, D. (2023). Waspada! Prediabetes Dan Cegah Gaya Hidup Sedentary Pada Usia Remaja. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 1, No. 1, Pp. 197-201). <https://doi.org/10.24002/senapas.v1i1.7386>

- Pratama, A., & Rachmawati, Y. (2021). Pengaruh Media Edukatif Terhadap Pemahaman Pasien Penyakit Kronis. *Media Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(2), 102–110.
- Purba, L., Djabumona, M. A., Bangun, M., Sitorus, F., & Silalahi, E. (2021). Faktor Risiko Prediabetes Pada Mahasiswa Keperawatan Di Satu Universitas Swasta Indonesia Barat [Risk Factors Of Prediabetes In Nursing Students At A Private University In West Indonesia]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 9(1), 56-66. <https://doi.org/10.19166/nc.v9i1.3460>
- Purbowati, P., & Kumalasari, I. (2023). Indeks Glikemik Nasi Putih Dengan Beberapa Cara Pengolahan Glycemic Index Of Rice By Several Processing Methods. 7(2), 224–229. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2.2023.224-229>.
- Purwandari, C. A. A., Wirjatmadi, R. B., & Mahmudiono, T. (2022). Faktor Risiko Terjadinya Komplikasi Kronis Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pra Lansia. *Amerta Nutrition*, 5(3). <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.262-271>
- Rahmawati, T., & Setyawati, L. (2021). Efektivitas Infografis Dalam Edukasi Gizi Masyarakat. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 14(1), 33–40.
- Rohmawati, L., Lestari, S., & Wijayanti, F. (2024). Hubungan Penerapan Prinsip 3J Dengan Kontrol Glikemik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan*, 10(2), 77–83.
- Rohmawati, R., Muhith, A., Rusdianingseh, R., Sari, R. Y., Faizah, I., Hasina, S. N., & Putri, R. A. (2024). PELATIHAN PENGOLOLAHAN MAKANAN DENGAN 3J SEBAGAI UPAYA KURATIF PADA PENDERITA DM. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 5642-5646. <https://doi.org/10.31004/cdj.v5i3.30453>
- Roscoe, J. T. (1969). *Fundamental Research Statistics For The Behavioral Scinces*.
- Rosenstock, I. M. (1974). Historical Origins Of The Health Belief Model. *Health Education Monographs*, 2(4), 328–335.
- Safarti, N. J., & Adhipireno, P. (2023). Perbedaan Kadar Glukosa, Kadar Insulin, Homa Ir Dan Protein Scube2 Pada Penderita Dm Tipe 2 Terkontrol Dan Tidak Terkontrol. *The Journal Of Muhammadiyah Medical Laboratory Technologist*, 6(1), 97-107. <https://doi.org/10.30651/jmlt.v6i1.17683>
- Safitri, A., & Utami, D. F. (2025). Hubungan Obesitas Terhadap Diabetes Melitus Pada Ibu Rumah Tangga. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(1), 606-620.
- Samsudin, S., Siti, N., & Ahmad, A. (2021). Development Of A Video-Based Nutrition Education Curriculum For Patients Undergoing Chemotherapy And Radical Cystectomy For Bladder Cancer. *Journal Of Nutrition Education And Behavior*, 53(1), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2020.10.001>
- Sarip, M., Amintarti, S., & Utami, N. H. (2022). Validitas Dan Keterbacaan Media Ajar E-Booklet Untuk Siswa SMA/MA Materi Keanekaragaman Hayati. *JUPEIS: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(1), 43-59. <https://doi.org/10.57218/jupeis.vol1.iss1.30>

- Septiani, D. (2023). Pengaruh Konseling Diet Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan, Keterampilan 3j Dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe Ii Di Poli Rawat Jalan RSUD Pulang Pisau (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya).
- Soleman, Y. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Diabetes Melitus Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Janti Malang (Doctoral Dissertation, Stikes Panti Waluya Malang).
- Suardi, S., Ernawati, E., Patmawati, P., Zainuddin, Z., Nurfateha, N., & Najihah, N. (2024). Efektivitas Media Edukasi *Booklet* Smart DSME Terhadap Literasi DM Pada Penderita DMT2 Pra Ulkus Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar. *Malahayati Nursing Journal*, 6(10), 3898-3909. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i8.15871>
- Suhita, B. M., Fitrianingrum, Cindy L., Setiawan., & Atik (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2: Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol*, 10(1). Jurnal Ilmu Kesehatan <https://doi.org/10.32831/jik.v10i1.370>
- Sukarmi, M. (2021). Peran Indeks Glikemik Dalam Pengelolaan Makanan Penderita Diabetes. *Gizi Dan Kesehatan*, 13(1), 20–27.
- Sukarmi, N. N. (2021). *Hubungan Indeks Glikemik Dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Di RSUD Sanjiwani Gianyar* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi 2021).
- Sulistiyorini, A., Kurniasih, Y., & Fadhilah, N. (2021). Pengembangan Media Audiovisual Edukatif Untuk Pengelolaan Prediabetes. *Jurnal Media Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(1), 45–52.
- Tangganah, A. (2024). Peran Obesitas Dalam Patogenesis Diabetes. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(3), 61–70. <https://doi.org/doi10.5455/mnj.v1i2.644xa>
- Trisnowati, T., & Waluyo, S. J. (2022). Hubungan Tingkat Kesadaran Dengan Pengambilan Keputusan Wanita Usia Subur Melakukan Pemeriksaan Dini Kanker Serviks. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 10(02), 108-117. <https://doi.org/10.52236/ih.v10i2.245>
- Ulfah, L., Arfian, N., & Wasityastuti, W. (2021). Hubungan inflamasi di jaringan adiposa dengan inflamasi dan apoptosis di ginjal pada tikus model obesitas induksi diet tinggi lemak (Skripsi sarjana, Universitas Gadjah Mada).
- Wahidah, N., & Rahayu, S. R. (2022). Determinan Diabetes Melitus Pada Usia Dewasa Muda. *Higeia (Journal Of Public Health Research And Development)*, 6(1). <https://doi.org/10.15294/higeia.v6i1.53512>
- Widianingrum, R., Amalia, V. D., Diatri, D., & Narhadina, G. S. (2024). Skrining Prediabetes Dan Diabetes Mellitus Tipe-2 Serta Pemberian Materi Faktor Risiko Diabetes Mellitus Pada Remaja Di SMA IT Harapan Bunda Semarang. *Med-Com Empowerment Journal*, 1(2), 10-17. <https://doi.org/10.26714/mcej.v1i2.653>

- Widiastuti, W., Zulkarnaini, A., & Mahatma, G. (2024). Review Artikel: Pengaruh Pola Asupan Makanan Terhadap Resiko Penyakit Diabetes. *Journal Of Public Health Science*, 1(2), 108-125. <https://doi.org/10.59407/jophs.v1i2.1066>
- Widowati, D., & Fitriana, A. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Prediabetes Pada Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 103–110.
- Wijaya, M. R., Rasywir, E., Meisak, D., & Pratama, Y. (2022). Implementasi Algoritma K-Nearest Neighbor Untuk Memprediksi Penyakit Diabetes. *Jurnal Informatika Dan Rekayasa Komputer (JAKAKOM)*, 2(2), 231-239. <https://doi.org/10.33998/jakakom.2022.2.2.110>
- Wijaya, T., Nugroho, A., & Santoso, H. (2022). Predicting Factors Influencing Preservice Teachers' Behavior Intention To Use Technology: An Application Of The Theory Of Planned Behavior. *Sustainability*, 14(16), 9925. <https://doi.org/10.3390/su14169925>
- World Health Organization. (2015). *World Report On Ageing And Health*. Geneva: WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565042>
- Wulandari, R., Sari, D. K., & Putri, A. (2021). Habitual Health-Related Behavior And Responsibility. In *Statpearls*. Statpearls Publishing.
- Yarah, A., Wibowo, A., & Setyawan, R. (2021). Hubungan Antara Kesadaran Tubuh Dengan Perubahan Perilaku Kesehatan Pada Individu Obesitas. *Jurnal Psikologi Dan Kesehatan*, 10(2), 101–108.