

**TERAPI KOMPLEMENTER YANG BERPENGARUH TERHADAP
PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES DI
INDONESIA: *LITERATURE REVIEW***

Wa Ode Yumna Ultamil Karno¹
[yumna31@gmail.com¹](mailto:yumnakarno31@gmail.com)
Universitas HaluOleo

ABSTRAK

Pendahuluan: terapi komplementer merujuk pada beragam metode pengobatan yang melengkapi pendekatan medis konvensional, termasuk penggunaan praktik berbasis alam, teknik relaksasi, dan pendekatan holistik yang menekankan pada keseimbangan fisik, mental, dan emosional. Tujuan: untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang peran terapi komplementer dalam pengelolaan diabetes di Indonesia. Metode Penelitian: menggunakan metode literature review dengan menggunakan pencariin artikel dalam literatur review ini menggunakan data base Mendeley dan google scholar (2019-2023). Hasil: air rebusan (Pare, sayur gambas, air rebusan daun jambu biji, rebusan daun kersen, sari pati bengkuang, teh herbal daun salam dan jahe merah, air rebusan daun akasia), relaksasi benson, pijat refleksi kaki dan senam kaki, akupresur, yoga, hidroterapi, dan aromaterapi menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes. Kesimpulan: Dari literatur review ini bahwa terdapat terapi komplementer dapat digunakan dan dipercaya untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes di Indonesia.

Kata Kunci: Terapi Komplementer, Diabetes, Indonesia.

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan penyakit kronis yang mempengaruhi kemampuan tubuh untuk mengatur kadar gula darah, yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, termasuk penyakit jantung, kerusakan saraf, dan masalah ginjal. Diabetes mellitus, yang lebih dikenal sebagai diabetes, adalah salah satu tantangan kesehatan global yang terus meningkat dan berdampak signifikan pada kualitas hidup serta harapan hidup manusia. Indonesia, sebagai salah satu negara dengan populasi terbesar di dunia, tidak luput dari dampak luas penyakit ini.

Riset kesehatan dasar (Riskesdas) memperlihatkan peningkatan angka prevalensi diabetes yang cukup signifikan yaitu dari 6,9% di tahun 2013 menjadi 8,5% di tahun 2018 sehingga estimasi jumlah penderita di Indonesia mencapai lebih dari 16 juta orang yang kemudian beresiko terkena penyakit lain. Pada tahun 2019, penyakit diabetes mellitus menempati urutan kesembilan sebagai penyebab utama kematian dengan perkiraan sebesar 1,5 juta kematian pada setiap tahunnya, dan jumlah ini diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (WHO, 2022). Kemenkes RI melalui Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) melaporkan jumlah estimasi penderita diabetes mellitus di Indonesia sebanyak 3.941.698 penduduk. Dari jumlah tersebut sebanyak 2.687.994 penderita diabetes mellitus (68,19%) yang telah mendapatkan pelayanan

kesehatan sesuai dengan standar (Kemenkes RI, 2022).

Menghadapi epidemi diabetes yang semakin meningkat, penderita diabetes di Indonesia dan profesional kesehatan mereka semakin mencari solusi yang komprehensif dan holistik untuk mengelola penyakit ini. Selain terapi medis konvensional seperti obat-obatan, insulin, dan perubahan gaya hidup, terapi komplementer telah mulai mendapatkan pengakuan sebagai alternatif yang menjanjikan dalam mengendalikan kadar gula darah pada penderita diabetes. Penderita diabetes mempunyai persepsi/kepercayaan yang baik terhadap apa yang dilakukan oleh orang-orang sekitarnya sangat penting. Adanya dukungan keluarga dan mereka mempunyai kepercayaan diri untuk mengendalikannya (Narmawan et al., 2018).

Terapi komplementer merujuk pada beragam metode pengobatan yang melengkapi pendekatan medis konvensional, termasuk penggunaan praktik berbasis alam, teknik relaksasi, dan pendekatan holistik yang menekankan pada keseimbangan fisik, mental, dan emosional. Mereka sering digunakan bersamaan dengan perawatan medis standar atau sebagai upaya preventif untuk membantu mencegah perkembangan penyakit. Di Indonesia, terapi komplementer telah menjadi pilihan yang menarik bagi sebagian penderita diabetes yang mencari alternatif yang lebih alami dan berkelanjutan dalam mengelola penyakit mereka.

Studi melaporkan bahwa 80% masyarakat di negara berkembang bergantung pada obat-obatan tradisional sebagai obat utama untuk berbagai penyakit di seluruh dunia, obat-obatan tradisional nabati merupakan bentuk pengobatan yang paling umum digunakan untuk berbagai masalah kesehatan (Kasole et al., 2019). Pemanfaatan tanaman herbal sebagai pengobatan di Indonesia telah diatur dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor HK.01.07/MENKES/187/2017 tentang Formularium Jamu Obat Tradisional Indonesia. Sosialisasi penggunaan jamu kini telah diterapkan pada pelayanan kesehatan di Surabaya yang telah memiliki klinik pengobatan tradisional di 20 puskesmas, dr. Soetomo Surabaya, dan RS UNAIR Surabaya. Indonesia merupakan negara yang sangat kaya akan sumber daya alam hayati karena topografi dan iklim tropis Indonesia mendukung tumbuhnya berbagai macam tanaman. Ini merupakan potensi yang harus dimanfaatkan dan dilestarikan demi kesejahteraan umat manusia (Proboningsih et al., 2020).

Artikel ini akan menjelaskan beberapa terapi komplementer yang telah mendapatkan pengakuan di Indonesia sebagai cara yang berpotensi efektif dalam membantu penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes. Dalam artikel ini juga akan mengeksplorasi dampak positif dari terapi komplementer yang dilakukan, sementara tetap mempertimbangkan tantangan yang harus diatasi dalam mengintegrasikan terapi komplementer dengan perawatan diabetes konvensional. Dengan demikian, artikel ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang peran terapi komplementer dalam pengelolaan diabetes di Indonesia.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan menggunakan data base Mendeley dan google scholar (2019-2023). Strategi pencarian dilakukan dengan menggunakan keywords: "Terapi Komplementer", "Diabetes" and, "Penurunan Kadar Gula Darah". Didapatkan hasil 50 jurnal dari rentang waktu 2019-2023 yang sesuai dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi dan eksklusi yang digunakan dalam pemilihan literature review ini yaitu:

1. Kriteria inklusi

- a. Jurnal nasional dan internasional
 - b. Full texts
 - c. Bahasa Indonesia dan bahasa Inggris
 - d. Rentang waktu 2019-2023
2. Kriteria eksklusi
- a. Judul penelitian yang tidak fokus tentang terapi komplementer yang berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes
 - b. Jurnal berbahasa selain bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pemilihan artikel, penulis melakukan pencarian dengan menggunakan kata kunci (keyword) yang telah disusun. Setelah dilakukan seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 50 Artikel yang kemudian artikel tersebut dianalisis. Daftar Artikel Hasil Pencarian :

NO	Author	Volume/ Angka	Metode (Tujuan, Desain, dan Sampel)	Hasil Penelitian
1	Rose Kasole, Haikael D. Martin, Judith Kimiywe (2019) Judul : <i>Traditional Medicine and Its Role in the Management of Diabetes Mellitus: (Patients' and Herbalists' Perspectives)</i>	Traditional Medicine and Its Role in the Management of Diabetes Mellitus Volume 2019, Article ID 2835691	Tujuan : menganalisis pemanfaatan herbal sebagai pelengkap pengobatan medis dalam menurunkan kadar gula darah pasien DMT2. Desain : eksperimen semu Sampel : subjek penelitian sebanyak 40 orang yang dibagi menjadi 4 kelompok. Penentuan subjek penelitian secara purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan.	Pare menunjukkan efek penurunan kadar gula darah acak lebih besar dibandingkan pemberian daun salam dan kayu manis.
2	Roihatul Zahroh, Yuanita Syaiful, Yenny Hariyanto (2022) Judul : Pengaruh Pemberian Sayur Gambas (<i>Luffa Acutangular</i>) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Journals Ners Community Volume 13, Nomor 01	Tujuan : mengetahui pengaruh pemberian sayur gambas (<i>Luffa Acutangular</i>) terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Pembantu Mojosariarjo Gresik. Desain : menggunakan one grup pre post test design. Metode sampling menggunakan purposive sampling.	Pemberian sayur gambas menurunkan kadar gula darah sehingga dapat dijadikan sebagai alternatif pengobatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

			Sampel : 19 responden yang diintervensi menggunakan pemberian sayur gambas dilakukan selama 14 hari diberikan 1 kali perhari sebanyak 100 gram.	
3	Yohanes Wahyu Nugroho, NP Handono (2022) Judul : Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Jambu Biji (<i>Psidium Guajava</i>) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus	Jurnal Keperawatan GSH Volume 11, Nomor 2	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh antara air rebusan daun jambu biji dan penurunan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus. Desain : penelitian quasi experiment Sampel : berjumlah 30 orang menggunakan teknik purposive sampling.	Hasilnya, yaitu ada pengaruh yang sangat signifikan antara air rebusan daun jambu biji dan penurunan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus.
4	Regina Reni Ranteallo, Anitha Bunga Manginte, Adriana Mapandin (2022) Judul : Pengaruh Terapi Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Pada Masyarakat Di Sa'dan Malimbong Tahun 2022	LPPM Jurnal Ilmu Kesehatan Promotion p-ISSN: 2548-7140	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah penderita diabetes melitus masyarakat di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kecamatan Sa'dan Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Desain : <i>quasy eksperiment</i> Sampel : 10 responden dengan menggunakan teknik purposive sampling	Hasil dari penelitian ini ada pengaruh terapi rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah penderita diabetes melitus masyarakat di Puskesmas Sa'dan Malimbong Kecamatan Sa'dan Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. Di harapkan agar mengkonsumsi rebusan daun kersen untuk mengontrol GDS penderita diabetes melitus.
5	Yenny Safitri, Ika Nurhayati (2019) Judul : Pengaruh Pemberian Sari Pati Bengkuang (<i>Pachyrhizus Erosus</i>) Terhadap Kadar Glukosa	J NERS Volume 3, Nomor 1	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh pemberian sari pati bengkuang terhadap kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe II. Desain : <i>quasi eksperimen</i> dengan rancangan <i>non randomized control group pretest posttest design</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sari pati bengkuang dapat digunakan sebagai intervensi yang mampu menurunkan kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe II.

	Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Usia 40-50 Tahun Di Kelurahan Bangkinang Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2018		Sampel : 20 orang, 10 orang sebagai kelompok kasus dan 10 orang sebagai kelompok kontrol. Pengambilan	
6	Firmansyah Putra Pratama, Darsini (2023) Judul : Terapi Komplementer Penurun Kadar Gula Dalam Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus	Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktek Kesehatan Volume 2, Nomor 1	Tujuan : untuk menganalisis pengaruh konsumsi teh herbal daun salam dan jahe merah terhadap perubahan kadar gula dalam darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Lingkungan Surodinawan Kelurahan Surodinawan Kota Mojokerto Desain : <i>quasy ekperimental</i> Sampel : sebagian penderita diabetes mellitus tipe 2 sebanyak 51 responden.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna pemberian teh herbal daun salam dan jahe merah terhadap perubahan kadar gula dalam darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dan hipotesis penelitian diterima yang berarti konsumsi teh herbal daun salam dan jahe merah berpengaruh terhadap perubahan kadar gula dalam darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Lingkungan Surodinawan Kelurahan Surodinawan Kabupaten Mojokerto
7	Sumiati, Jumari, Agus Purnama, (2021) Judul : Terapi Relaksasi Benson Dapat Menurunkan Kadar Gula Darah Penderita DM Tipe II	Jurnal Complement Nurse Volume 1, Nomor 1	Tujuan : mengetahui pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Desain : menggunakan <i>Quasi Experiment Design</i> dengan <i>one group pre test post test</i> . Sampel : dalam penelitian ini sebanyak 15 responden yang memenuhi kriteria inklusi.	Terdapat pengaruh terapi relaksasi benson terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di RSUP Dr Mintohardjo.
8	Mardiana (2021) Judul :	Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Volume 6, Nomor 2	Tujuan : untuk melihat efektifitas terapi pijat refleksi kaki terhadap pengendalian kadar	Berdasarkan dari beberapa hasil penelitian, terapi pijat refleksi kaki efektif untuk

	Efektifitas Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus		glukosa dalam darah pada penderita diabetes melitus. Desain : Metode pencarian yang dilakukan melalui penelusuran hasil-hasil publikasi ilmiah pada rentang tahun 2015- 2021 dengan menggunakan database Pubmed dan Google Scholar. Sampel : 4 artikel yang relevan	mengendalikan glukosa darah pada pasien diabetes. Hal ini dapat dilihat dari adanya penurunan kadar glukosa darah yang signifikan pada penderita diabetes setelah dilakukan pijat refleksi kaki.
9	Dorteia Lewen (2022) Judul : Efektivitas Pijat Refleksi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Di Rt 10 Kelurahan Rawa Buaya Jakarta Barat	Journal nurse Volume 5, Nomor 1	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh pijat refleksi kaki terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu dengan diabetes mellitus tipe II Desain : jenis penelitian pra eksperimen dengan <i>one group pretest-posttest design</i> Sampel : Sampel penelitian 21 responden dengan diabetes mellitus tipe II	Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pijat refleksi kaki terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu dengan diabetes mellitus tipe II di RT 10 Kelurahan Rawa Buaya Jakarta Barat.
10	Yani Nurhayani (2022) Judul : Pengaruh Senam Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus	Journal Health Res Science Volume 2, Nomor 1	Tujuan : untuk menganalisis sebam kaki diabetes terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Desain : Metode yang digunakan dalam literature review diawali dengan pemilihan topik Sampel : 10 Jurnal.	Hasil peneliti melakukan literature review pada 10 jurnal didapatkan hasil pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Kesimpulan dari peneliti menunjukan bahwa ada pengaruh senam kaki terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.
11	Wittin Khairani, Sapta Rahayu Noamperani, Agus Sarwo Prayogi (2023) Judul :	Jurnal Abdikemas Volume 5, Nomor 1	Tujuan : untuk meningkatkan kemandirian lansia dengan diabetes mellitus dalam mengontrol kadar gula darah dengan menggunakan terapi	Mekanisme penurunan kadar gula darah dengan relaksasi benson terjadi melalui penurunan stress fisik dan psikologis yang kemudian akan menurunkan epinefrin,

	<p>Pelaksanaan Terapi Relaksasi Benson Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus (Implementation)</p>		<p>relaksasi benson. Desain : menggunakan metode simulasi dan praktek dalam menerapkan terapi relaksasi benson untuk mengontrol kadar gula darah. Sasaran adalah penelitian <i>Quasy Experiment</i>. Sampel : 20 orang lansia di Dukuh Panggungan, Trihanggo, Gamping, Sleman, D.I.Yogyakarta,</p>	<p>menurunkan kortisol, menurunkan glukagon dan menurunkan hormon tiroid.</p>
12	<p>Meriani Herlina, Heriaty Berutu, Ekawaty Suryani Mastari, Christine Handayani Siburian, Bernita Silalahi, Noradina, Ester Ria Simarmata (2023)</p> <p>Judul : Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe Ii Di Poliklinik Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2022</p>	<p>Jurnal Ilmu Keperawatan Imelda Volume 9, Nomor 1</p>	<p>Tujuan : untuk mengetahui Pengaruh Terapi Akupresur terhadap penurunan kadar gula darah pasien DM Tipe II. Desain : penelitian <i>Quasy Eksperiment</i> ini menggunakan pendekatan <i>pre test and post test with control group design</i>. Sampel : 20 responden yang diambil secara purposive sampling.</p>	<p>Dapat disimpulkan adanya pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan kadar gula darah pasien DM Tipe II di Poliklinik Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan.</p>
13	<p>Tedi Yunike Ira Kusumawaty, Ferawaty Suzalin, (2023)</p> <p>Air Rebusan Daun Akasia Menurunkan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus</p>	<p>Journal Telenursing Volume 5, Nomor 1</p>	<p>Tujuan : untuk melihat intervensi pemberian air rebusan daun akasia terhadap penurunan kadar glukosa dalam darah. Desain : studi kasus digunakan untuk mengumpulkan data secara langsung terhadap responden dengan wawancara, lembar observasi dan pengukuran glukosa arah. Sampel : 2 partisipan</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun akasia selama tiga hari.</p>

			diabetes melitus tipe 2 dengan pendekatan proses keperawatan dan dilaporkan secara deskriptif.	
14	Jumari, Agung Waluyo, Wati Jumaiyah, Dhea Natashia. (2019) Judul : Pengaruh Akupresur Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Journal Telenursing Volume 1, Nomor 1	Tujuan : untuk mengidentifikasi pengaruh akupresur terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Desain : menggunakan <i>quasi experimental design</i> dengan pendekatan <i>pre-post test design</i> . Sampel : Penentuan besar sampel digunakan menggunakan rumus Federer sehingga didapatkan jumlah sampel 32 orang	Peneliti menyimpulkan bahwa intervensi akupresur secara klinis berkhasiat, yang dapat menurunkan kadar glukosa darah. Ini
15	Ratika Yuzallia, Hema Malini, Esi Afrianti, (2021) Judul : Efektivitas Waktu Pelaksanaan Yoga Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang	Jurnal Kesehatan Media Sainatika Volume 12, Nomor 1	Tujuan : untuk mengidentifikasi efektivitas waktu pelaksanaan terapi Yoga terhadap kadar glukosa darah dan tingkat stress pada pasien DM Tipe 2 Desain : Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan desain pre dan posttest kelompok intervensi sesi pagi dan sore. Sampel : Subyek penelitian terdiri dari masing-masing 22 pasien sebagai kelompok intervensi sesi pagi dan sesi sore.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan rerata tingkat stress pada kelompok sesi pagi dan sore sesudah intervensi. Hasil uji Man-Withney diperoleh terapi yoga efektif dalam mengurangi kadar glukosa darah dan tingkat stress pada pasien DM tipe 2
16	Jihan Rusila, Widiyono, Sutrisno (2023) Judul : Pengaruh Senam Yoga Terhadap	Jurnal Multidisiplin Dehasen Volume 2, Nomor 2	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh senam yoga terhadap kadar gula darah pasien DM tipe II di Desa Karangsem Surakarta. Desain : Jenis penelitian <i>Quasi Eksperimen</i> dengan menggunakan rancangan	Rata-rata kadar gula darah sebelum dilakukan senam yoga adalah 148,609 dan rata-rata kadar gula darah sesudah dilakukan senam yoga adalah 127,870. Terdapat pengaruh senam yoga

	Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Karangasem Surakarta Jihan		<i>pre and post test without control.</i> Sampel : sebanyak 23 responden dengan teknik purposive sampling	terhadap kadar gula darah ($p \text{ value} = 0,001 < 0,05$). Kesimpulan: Terdapat pengaruh signifikan terhadap kadar gula darah pada pasien DM tipe II di Desa Karangasem Surakarta
17	Septi Kurniasari, Nining Sriningsih, Budi Antoro, Hengky Efrifahrizal (2023) Judul : Pengaruh Hidroterapi Terhadap Penurunan Gula Darah Sewaktu (GDS) pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II	Idea Nurse Journal Volume 2, Nomor 1	Tujuan : guna memahami bagaimana hidroterapi mempengaruhi kemampuan pasien diabetes melitus tipe 2 dalam meminimalisasi Kadar Gula Darah Secara Sewaktu (KGDS). Desain : menggunakan rencana semi eksplorasi. Sebuah desain pre-test-posttest dengan kelompok kontrol digunakan untuk penelitian. Sampel : semua pasien diabetes tipe II yang berobat ke Puskesmas Sukabumi Bandar Lampung. Pada Mei 2019, 58 orang berpartisipasi, sehingga sampel menjadi 36 orang.	Menunjukkan bahwa hidroterapi berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu (KGDS) terhadap penderita dengan diabetes tipe 2. Spanduk dan selebaran pendidikan kesehatan diharapkan akan didistribusikan untuk mempromosikan hidroterapi sebagai cara yang lebih efektif untuk menurunkan kadar gula darah.
18	Ahid Jahidin, Lina Fitriani Masyitah Wahab (2019) Judul: Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu (Gds) Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii	Bina Generasi; Jurnal Kesehatan Volume 1, Nomor 1	Tujuan : Untuk Mengetahui Apakah Ada Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Bumiayu Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar. Desain : <i>Eksperiment</i> dengan pendekatan desain <i>One Group Pre-Test dan Post-Test Design</i> . Sampel : 20 orang dengan penentuan sampel menggunakan <i>Purposive</i>	Hasil penelitian menyatakan ada pengaruh terapi minum air putih terhadap kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Desa Bumiayu Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar.

			<i>Sampling.</i>	
19	Ratna Yunita Sari, Alvianita Suherman, Ima Nadatien, Nurul Kamariyah, Siti Nur Hasina (2023) Judul : Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe-2	Jurnal Keperawatan Volume 16, Nomor 1	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap kadar gula darah pada lansia diabetes mellitus tipe- 2 di puskesmas Peneleh Surabaya. Desain : menggunakan <i>Pra Experimental</i> dengan pendekatan <i>One group pre-post test design</i> . Sampel : besar sampel sebesar 36 responden dengan pengambilan <i>simple random sampling</i> .	Aromaterapi lavender berpengaruh terhadap kadar gula darah pada lansia Diabetes Mellitus Tipe-2. Aromaterapi bisa menjadi salah satu program edukasi yang diberikan puskesmas ke masyarakat untuk menjaga kestabilan kadar gula sehingga status kesehatan pasien DM tetap terjaga.
20	Tyas Aulia Hanani, Diah Ratnawati (2020) Judul: Efek Kombinasi Relaksasi Autogenik dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM Tipe 2	Kebidanan dan Kesehatan Tradisional Volume 5, Nomor 2	Tujuan : untuk mengetahui efek kombinasi terapi relaksasi autogenik dan aromaterapi lavender terhadap kadar glukosa darah pasien DM Tipe 2. Desain : menggunakan metode <i>Quasi Experimental Pre Test and Post Test without Control Group</i> . Sampel : Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 16 responden.	Terapi kombinasi relaksasi autogenik dan aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah pada lansia diabetes melitus tipe 2.
21	Padilah Putri Nur Janah, Surakarta Eska Dwi Prajayanti (2023) Judul: Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di	Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan Vol. 1 No. 4 November 2023	Tujuan : Mengetahui perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif. Metode : Metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus kepada 2 responden di Dusun Jengglong	Kadar gula darah kedua responden sebelum penerapan terapi relaksasi otot progresif adalah 243 mg/dL dan 255 mh/dL. Setelah dilakukan penerapan, kadar gula dalam darah turun menjadi 167 mg/dL dan 221 mg/dL.

	Dusun Jengglong Kabupaten Karanganyar		Kabupaten Karanganyar. Lama pemberian terapi relaksasi otot progresif kepada responden adalah 20 menit pagi dan sore selama 7 hari mulai 25 Mei 2023 hingga 31 Mei 2023. Hasil :	
22	Ratna Yunita Sari, Alvianita Suherman, Ima Nadatien, Nurul Kamariyah, Siti Nur Hasina (2023) Judul: Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe-2	Jurnal Keperawatan Volume 16 Nomor 1, Maret 2023	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap kadar gula darah pada lansia diabetes mellitus tipe- 2 di Puskesmas Peneleh Surabaya. Desain penelitian : menggunakan Pra Experimental dengan pendekatan One group pre- post test design. Populasi lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 sebesar 40 orang dengan besar sampel sebesar 36 responden dengan pengambilan simple random sampling. Variabel independen yaitu aromaterapi lavender dan variabel dependen yaitu kadar gula darah.	Aromaterapi lavender berpengaruh terhadap kadar gula darah pada lansia Diabetes Mellitus Tipe-2. Aromaterapi bisa menjadi salah satu program edukasi yang diberikan puskesmas ke masyarakat untuk menjaga kestabilan kadar gula sehingga status kesehatan pasien dm tetap terjaga. Lansia dapat menerapkan cara non farmakologi yang telah diajarkan selain itu juga dapat dilakukan terapi menghirup aromaterapi lainnya seperti aromaterapi jasmine, aromaterapi jeruk dan masih banyak lagi.
23	Tyas Aulia Hanani, Diah Ratnawati (2020) Judul: Efek Kombinasi Relaksasi Autogenik dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM Tipe 2	Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional, Volume 5, No 2, September 2020, hlm 67-149	Tujuan : untuk mengetahui efek kombinasi terapi relaksasi autogenik dan aromaterapi lavender terhadap kadar glukosa darah pasien DM Tipe 2 Desain : Penelitian ini menggunakan metode Quasi Experimental Pre Test and Post Test without Control Group. Populasi : pada penelitian ini yaitu lansia dengan diabetes melitus tipe 2 yang bertempat tinggal di Kelurahan Grogol, Depok. Teknik	Terapi kombinasi relaksasi autogenik dan aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah pada lansia diabetes melitus tipe 2. Peneliti

			pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 16 responden.	
24	<p>Rizal Mustakim, Ledy Ervita, Suriadi (2021)</p> <p>Judul: Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Klinik Sahabat Care Pontianak</p>	<p>Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Vol. 12 No. 1 – April 2021</p>	<p>Tujuan : Mengamati dan menganalisis pengaruh bekam basah terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Rumah Perawatan Luka, Stoma & Inkontonensia “ Sahabat Care” Pontianak. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian quasi experimental design dengan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian ini adalah penderita diabetes melitus yang menggunakan bekam basah yang dipilih dengan metode purposive sampling. Kadar gula darah diukur menggunakan Alat Safe Aq. Pengukuran dilakukan saat sebelum dan sesudah perlakuan.</p>	<p>Terdapat perbedaan yang bermakna antara kadar gula darah sebelum dan sesudah di terapi bekam basah, meskipun pasien tetap mengkonsumsi obat anti diabetes.</p>
25	<p>Arief Andriyanto, Ety Rekawati, Dwi Cahya Rahmadiyah (2020)</p> <p>Judul: Program Emas Dalam Kontrol Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2</p>	<p>Jurnal Pengabdian Masyarakat J-DINAMIKA, Vol. 5, No. 1, Juni 2020</p>	<p>Tujuan : untuk menganalisis pengaruh program EMAS terhadap pengendalian gula darah orang dewasa penderita diabetes melitus tipe 2. Metode: intervensi selama 6 bulan. Sampel: penelitian sebanyak 86 orang dewasa penderita diabetes melitus tipe 2 di Cislak Pasar Kecamatan Ciamnggis Kota Depok.</p>	<p>Perubahan perilaku orang dewasa dengan diabetes melitus tipe 2 diperlukan untuk menstabilkan gula darah pasien. Oleh karena itu, peran komunitas perawat spesialis sangat diperlukan untuk memberikan intervensi sesuai dengan kebutuhan penderita diabetes melitus untuk penanganan penyakitnya.</p>
26	<p>Nadi Aprilyadi, Zuraidah, Indah Dewi Ridawati (2023)</p>	<p>SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan</p>	<p>Tujuan : kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah menurunkan gula darah penderita DM</p>	<p>Hasil yang dicapai adalah terjadi penurunan gula darah sewaktu pada 70 % penderita DM dengan</p>

	Judul: Penurunan Kadar Gula Darah Melalui Pelatihan Self Healing Reiki Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2	Volume 7, Nomor 2 Juni 2023	menggunakan self healing reiki. Metode: berupa penyuluhan dan praktikum. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penderita Diabetes Mellitus sebanyak 30 orang.	rata-rata penurunan gula darah sebesar 15mg/dL. Terapi Self Healing Reiki ini diharapkan dapat diterapkan oleh Penderita secara mandiri di rumah.
27	Nur Yusrin Husnati, Anita Kustanti, Heny Suseani Pangastuti (2017) Judul: Hubungan antara Pengobatan Komplementer dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Mellitus	Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas Vol 1 (3) November 2017	Tujuan : Mengetahui hubungan antara pengobatan komplementer dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Metode: Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan desain cross-sectional. Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini 120 pasien diabetes mellitus di Kota Yogyakarta dari bulan Agustus sampai September 2017 yang diambil dengan teknik purposive sampling.	Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara penggunaan pengobatan komplementer dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Mayoritas pasien pengguna pengobatan komplementer memiliki kualitas hidup tinggi dan mayoritas pasien bukan pengguna pengobatan komplementer memiliki kualitas hidup tinggi.
28	M. Arief Wijaksono, Dini Rahmayani, Angga Irawan, Ika Fricila, Rian Tasalim (2023) Judul: Edukasi Terapi Komplementer Jamu (Jahe Dan Madu) Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2	Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh, Vol. 2, No. 1. Februari 2023	Tujuan : menambah pengetahuan yaitu dengan pemberian pendidikan kesehatan khususnya tentang terapi komplementer jahe dan madu untuk menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi kepada masyarakat di Rt.35 kelurahan pemurus baru menggunakan media poster, presentasi dan demonstrasi secara langsung terkait terapi komplementer JAMU (Jahe dan Madu) untuk menurunkan kadar glukosa	Hasil dari kegiatan ini adalah tercapainya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang terapi pada diabetes mellitus tipe 2 khususnya pada penggunaan terapi komplementer jahe dan madu untuk menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

			pada penderita dm tipe 2	
29	Alfaritzi Rusli, Herri Sastramihardja, Tryando Bhatara (2022) Judul: Scoping Review: Pengaruh Jahe (Zingiber Officinale) terhadap Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 secara umum	Bandung Conference Series: Medical Science Volume 2, No. 1, Tahun 2022, Hal: 581-587	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh dari jahe terhadap penyakit diabetes mellitus tipe 2. Desain : metode scoping review Sampel : Sampel penelitian ini berjumlah 5 jurnal yang telah dilakukan penyaringan data dan berasal dari 4 database yaitu PubMed, Science Direct, ProQuest, dan SpringerLink	Dari hasil penelitian yang didapat, ditemukan bahwa mengkonsumsi jahe sekitar 3 gram/hari selama kurang lebih 3 bulan dapat menurunkan HbA1c dan gula darah secara signifikan serta terdapat penurunan pada serum insulin puasa pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh dari jahe (Zingiber Officinale) terhadap penyakit diabetes mellitus tipe 2 secara umum.
30	Siti Fatimah, Ali Ilham Sofiyat (2023) Judul: Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Pratama Intermedica Bekasi	Jurnal Afiat : Kesehatan dan Anak Vol. 9 No. 1 2023	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh terapi bekam terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di Klinik Pratama Intermedica Bekasi. Metode: eksperimen dengan desain one group pretest-posttest design.	Hasil terdapat pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Klinik Pratama Intermedica Bekasi.
31	Tresna Komalasari, Neneng Linda (2023) Judul: Pengaruh Pemberian Daun Kelor Terhadap Penurunan Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja	Jurnal Keperawatan dan Kesehatan MEDISINA AKPER YPIB Majalengka Volume 9 Nomor 2 Juli 2023	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh pemberian daun kelor terhadap penurunan gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang. Jenis penelitian : quasy eksperimen dengan pendekatan the one group pretest-posttest design.	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh pemberian daun kelor terhadap penurunan gula darah pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang

	Puskesmas Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang Tahun 2021		Sampel : penderita Diabetes Melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang sebanyak 20 orang.	
32	Harmawati, Annita (2017) Judul : Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Sirih Merah (Piper Crocatum) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II	Jurnal Kesehatan Sainika Meditory Volume 1 Nomor 2	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun sirih merah terhadap kadar gula darah pasien DM Tipe II. Jenis penelitian : Pre Experiment dengan desain One- Group Pre-Test-Post-Test yang dilaksanakan pada bulan September – Desember 2017. Populasi : dalam penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun Kota Sungai Penuh Kerinci. Teknik sampling adalah Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 16 orang.	Terdapat pengaruh pemberian rebusan daun sirih merah (piper crocatum) terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien DM Tipe II.
33	Rizki Pebrian Pratama, Ni Wayan Suliani & Diah Eka Prasetia Judul: Penerapan Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rt 12/04 Kelurahan Warakas Jakarta Utara	JAKHKJ Vol. 6, No. 1, 2020	Tujuan : untuk mengetahui penerapan rebusan daun salam terhadap penurunan kadar gula darah. Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus dengan melakukan pengelolaan pemberian rebusan daun salam pada 2 partisipan diabetes mellitus tipe 2 dari mulai tahap pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi keperawatan yang selanjutnya di amati dan di pelajari dengan menggunakan landasan teori dan penelitian tersebut dilaporkan secara deskriptif.	Hasil studi kasus yang dilakukan pada 2 penderita DM tipe 2 menunjukkan adanya penurunan kadar glukosa darah sebelum diberikan air rebusan daun salam dan sesudah diberikan dan diukur menggunakan alat Easy Touch. Dimana gula Tn. S sebelum diberikan terapi rebusan daun salam yaitu 260 mg/dL, sedangkan gula Ny. A didapatkan hasil yaitu 248 mg/dL, kemudian setelah diberikan terapi rebusan daun salam gula Tn. S menjadi 179 mg/dL, sedangkan Ny. A

				menjadi 176 mg/dL
34	Yanyan Bahtiar, Hj. Betty Suprapti (2016) Judul: Pengaruh Terapi Hipnosis Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Kota Tasikmalaya	Buletin Media Informasi, Vol.12, Ed.1, Juli 2016	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh terapi hipnosis terhadap kadar gula darah pasien DM tipe 2. Besaran sampel sebanyak 20 kelompok intervensi dan 20 kontrol. Desain penelitian menggunakan pendekatan quasi eksperimen dengan uji-t dan paried-t.	Rerata kadar gula darah setelah terapi hypnosis lebih rendah dari sebelum terapi hipnosis. Secara statistic terdapat perbedaan rata-rata kadar gula darah sebelum dan setelah terapi hipnosis pada pasien DM tipe 2 kelompok intervensi.
35	Sukma Wicaturatmashudi, Imelda Erman, Azwardi (2019) Judul: Pengaruh latihan relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pasien diabetes mellitus di rumah sakit islam siti khadijah palembang	Seminar Nasional Keperawatan	Tujuan : untuk mengetahui pengaruh latihan relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada pasien DM di Instalasi rawat Inap Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. Desain penelitian: ini adalah quasi eksperimen pre post test with control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien Diabetes mellitus yang menjalani rawat inap di RSI Siti Khadijah Palembang. Analisis	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan otot progresif terhadap tekanan darah sistolik dan tidak ada pengaruh relaksasi otot progresif (ROP) terhadap tekanan darah diastolik. Latihan ROP memberikan dampak positif bagi pasien DM sebagai terapi komplementer keperawatan dalam menurunkan tekanan darah.
36	Musiana, Titi Astuti, Ratna Dewi (2015) Judul: Efektivitas Pijat Refleksi Terhadap Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus	Jurnal Keperawatan, Volume XI, No. 2, Oktober 2015	Tujuan : untuk mengetahui efektivitas terapi komplementer pijat refleksi Terhadap pengendalian kadar glukosa darah penderita DM yang ada di puskesmas Kedaton Bandar Lampung tahun 2015. Desain penelitian menggunakan quasi eksperimen, metode pengambilan data Pre and Post Test Control Group Design.	Hasil penelitian didapat rata-rata kadar glukosa darah penderita DM sebelum melakukan pijat refleksi adalah 199,76 mg/dl sedangkan pada kelompok kontrol 183,18 mg/dl. Rata-rata kadar glukosa darah penderita DM sesudah melakukan pijat refleksi adalah 159,14 mg/dl sedangkan pada kelompok kontrol 170,43 mg/dl.
37	Febria Syafyu Sari, Ridhyalla Afnuhazi (2021)	Jurnal Kesehatan Perintis Volume 7 Nomor 2 Hal. 59-64	Tujuan untuk mengetahui pengaruh jus tomat terhadap kadar glukosa	Terdapat penurunan kadar glukosa darah post prendial yang

	Judul: Jus Tomat dapat Menurunkan Kadar Glukosa Darah 2 Jam PP (Post Prendial)		darah 2 Jam PP (Post Prendial) pada penderita diabetes melitus. Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif quasi eksperimen dengan one group pre post design yang terdiri dari kelompok perlakuan saja. dengan jumlah sampel sebanyak 14 orang.	bermakna sebesar 57 gr/ml setelah pemberian jus tomat sebanyak 150 ml yang terdiri 3 buah tomat besar selama 14 hari. Perlu
38	Zakiah Rahman, Rosanti (2020) Judul: Pengaruh Air Rebusan Daun Ceri Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dipuskesmas Tanjungpinang Kota	Jurnal Keperawatan Vol. 10 No 2 2020 STIKES	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas daun ceri terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Tanjungpinang Kota. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen untuk melihat pengaruh air rebusan daun ceri terhadap kadar gula darah pada pasien DM tipe 2. Sampel berjumlah 17 responden, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel consecutive sampling	Kesimpulan pada penelitian ini yaitu rebusan daun ceri secara signifikan efektif menurunkan kadar gula darah.
39	Ifon Driposwana Putra, Donny Hendra, Annisa Pratiwi Judul: Hydroterapi minum air putih untuk menurunkan kadar gula darah sewaktu (GDS) Ifon	Holistik Jurnal Kesehatan, Volume 16, No.5, September 2022: 464-470 INFORMASI	Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh hydroterapi minum air putih untuk menurunkan kadar gula darah sewaktu (GDS). Metode: Penelitian quasi experiment dengan rancangan pre and post-test without control. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Intervensi diberikan selama 14 hari berturut-turut. Pengukuran	Menunjukkan adanya pengaruh hydroterapi minum air putih untuk menurunkan kadar gula darah sewaktu (GDS) setelah dilakukan intervens.
40	Rahmawati Dian	Jurnal Keperawatan	Tujuan : untuk mengetahui	PMR dapat menurunkan

	<p>Nurani, Fitriyanti</p> <p>Judul: Progressive Muscle Relaxation (Pmr) Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2</p>	<p>Bunda Delima Vol 5, No. 1 Februari 2023 Hal. 38 – 45</p>	<p>efektifitas progressive muscle relaxation dalam mengatasi kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 berdasarkan literature review. Desain penelitian yang digunakan adalah studi literature review, dengan kriteria literature Diabetes Melitus tipe 2, Kadar Gula Darah, Progressive Muscle Relaxation.</p>	<p>gula darah pada pasien diabetes melitus dengan memunculkan kondisi rileks. Perubahan implus saraf pada jalur aferen ke otak dimana aktivitas menjadi inhibis, yang menyebabkan perasaan tenang baik fisik maupun mental seperti berkurangnya denyut jantung, menurunkan kecepatan metabolisme tubuh yang dapat mencegah peningkatan gula darah.</p>
41	<p>Muhammad Jhody Arwansyah, Erniawati, Ida Samidah, Tita Septi Handayani (2022)</p> <p>Judul: Penerapan Hidroterapi Sebagai Upaya Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Type Ii Dengan Pendekatan Teori Keperawatan Orem</p>	<p>JMNS Journal of Midwifery and Nursing Studies Vol. 4 No. 2 November 2022</p>	<p>Tujuan: untuk menerapkan teori keperawatan Dorothea E Orem pada Pasien DM type 2 dengan memberikan hidroterapi untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien. Penelitian ini juga dilakukan agar dapat diketahui apakah teori Orem dapat di Aplikasikan pada pasien DM Type 2 yang diberikan hidroterapi. Metode: metode kualitatif dengan strategi penelitian Case study research, dimana peneliti melakukan asuhan keperawatan pada dua pasien DM Type 2 dengan mengaplikasikan teori model keperawatan Dorithea Orem dan hydroterapi</p>	<p>Teori Orem dapat diterapkan dan diaplikasikan dengan baik dalam perawatan berfokus pada kasus DM Type 2 yang diberikan Tindakan hydrotherapi. Saran</p>
42	<p>Maryati Tombokan, Muhammad Ardi, Fitria Hamka, Ambo Dalle (2020)</p> <p>Judul: Studi Literatur Pengaruh Slow</p>	<p>Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar Vol. 11 No. 2 2020</p>	<p>Tujuan : untuk mengidentifikasi rekomendasi pengaruh Slow Deep Breathing (SDB) terhadap kadar gula darah pada penderita DM tipe 2. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan studi</p>	<p>Hasil studi literatur dari ke-7 jurnal yang di dapatkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh Slow Deep Breathing terhadap penurunan kadar gula di dalam darah setelah dilakukan ≥ 10 menit</p>

	Deep Breathing (SDB) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2		pustaka, dengan cara menelusuri hasil publikasi ilmiah dalam rentang waktu tahun 2015-2020 dengan memakai google scholar yang sesuai dengan kriteria hasil yang ditentukan.	selama 2x sehari dan dapat dilakukan ≤ 10 menit tetapi dikombinasikan dengan terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) atau dengan terapi murottal surah Ar-Rahman.
43	Diah Ratnawati, Tatiana Siregar, Chandra Tri Wahyudi (2018) Judul: Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif Mengontrol Gula Darah pada Lansia dengan Diabetes Mellitus	Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, Vol. 14, No. 2, Juli 2018	Tujuan : menganalisis efektivitas terapi relaksasi Benson termodifikasi terhadap kadar gula darah. Penelitian ini merupakan quasi experimental pre and post test with control group dengan subyek penelitian lansia dengan diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Limo dengan kelompok kontrol sebanyak 36 orang dan intervensi sebanyak 36 orang yang diperoleh dengan teknik purposive sampling.	Terapi relaksasi Benson termodifikasi efektif dalam mengontrol kadar gula darah pada lansia dengan DM. Lansia DM termotivasi mengontrol kadar gula darahnya dengan adanya terapi relaksasi Benson termodifikasi yang dilakukan perawat.
44	Dwi Anggraini, Esti Widiani, Budiono (D. Anggraini et al., 2023) Judul: Gambaran Tanda Gejala Diabetes Mellitus Tipe II Pada Pasien Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Air Putih (Hydrotherapy): Studi Kasus	Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences Volume 4 Nomor 2, Oktober 2023	Tujuan : ntuk mengetahui gambaran tanda gejala diabetes mellitus pada pasien sebelum dan sesudah pemberian terapi air putih (hydrotherapy) di RSUD Karsa Husada Batu. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan dengan 2 subjek penelitian.	Penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi air putih (hydrotherapy) kepada responden 1 dan 2 yang memiliki penyakit diabetes mellitus tipe 2 didapatkan hasil mengalami gejala sukar kenyang meski tidak sedang menjalani aktivitas berat, sering buang air kecil, sering kesemutan atau perasaan tertusuk-tusuk, mudah merasa lemas, serta hasil gula darah sesaat ≥ 200 mg/dL. Kedua responden mengalami perubahan yang lebih baik pada tanda gejala diabetes mellitus setelah diberikan terapi air putih (hydrotherapy).

45	<p>Aprilia Putri Firdaus, Mukti Priastomo, Hadi Kuncoro (2021)</p> <p>Judul: Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Buah Naga (<i>Hylocereus polyrhizus</i>) dan Air Rebusan Daun Kersen (<i>Muntingia calabura</i>) pada Penderita DM (Tipe 2)</p>	<p>Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences e-ISSN: 2614-4778 05-07 April 2021</p>	<p>Tujuan : untuk melihat karakteristik, mengetahui penilaian organoleptik dari kombinasi jus buah naga dengan air rebusan daun kersen dan pengaruhnya terhadap kadar glukosa darah, tekanan darah, denyut jantung, berat badan, dan frekuensi polyuria, polyphagia, serta polydipsia pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Klinik Semoga Sehat Samarinda. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimental dengan prosedur pre-test dan post-test.</p>	<p>Kombinasi buah naga dengan air rebusan daun kersen memiliki pengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah secara signifikan</p>
46	<p>Yanti Anggraini (2021)</p> <p>Judul: Upaya Penurunan Gula Darah Dengan Menggunakan Slow Deep Breathing Exercise Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Rsu Uki Jakarta Timur</p>	<p>Jurnal Keperawatan Dirgahayu Volume 3, Nomor 1, Maret 2021</p>	<p>Tujuan : untuk mengetahui upaya penurunan gula darah dengan menggunakan slow deep breathing exercise pada pasien diabetes mellitus tipe II. Jenis penelitian ini merupakan penelitian Eksperimental dengan jenis design One Group Pretest-PostTest dimana kelompok perlakuan diukur kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi slow deep breathing exercise selama empat hari.</p>	<p>Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan gula darah sebelum dan sesudah intervensi Slow Deep Breathing Exercise. Slow deep breathing exercise terbukti dapat membantu menurunkan kadar gula darah di dalam tubuh pasien diabetes mellitus selama empat hari dimana latihan ini dilakukan tiga kali sehari.</p>
47	<p>Junaidin (2018)</p> <p>Judul: Pengaruh terapi bekam basah terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus</p>	<p>Jurnal Penelitian Sistem Kesehatan</p>	<p>Tujuan : mengetahui pengaruh terapi bekam basah terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Panaragan Jaya Kabupaten Tulang Bawang barat. Metode: desain penelitian merupakan penelitian</p>	<p>ada pengaruh terapi bekam basah terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Kata</p>

			kuantitatif dengan pendekatan Case control.	
48	<p>Eliza Arman, Harmawati, Eni Gusli (2020) Judul: Pengaruh Rebusan Daun Sirih Merah (Piper Crocatum) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II</p>	<p>Seminar Nasional Syedza Sainika ISSN :2775-3530</p>	<p>Tujuan : untuk mengetahui pengaruh rebusan daun sirih merah (Piper Crocatum) terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Babungo Kabupaten Solok Tahun 2020. Jenis penelitian ini adalah quasy experiment dengan desain Two-Group Pre-Test-Post-Test, yang dilaksanakan pada tanggal 09 Desember - 17 Desember 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien DM Tipe II yang berobat ke Puskesmas Talang Babungo Kabupaten Solok.</p>	<p>Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian rebusan daun sirih merah (Piper Crocatum) terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Talang Babungo Kabupaten Solok Tahun 2020. Disarankan</p>
49	<p>Ahid Jahidin, Lina Fitriani Masyitah Wahab (2019) Judul: Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu (Gds) Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II</p>	<p>Bina Generasi; Jurnal Kesehatan Volume 1, Nomor 1</p>	<p>Tujuan : Untuk Mengetahui Apakah Ada Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Bumiayu Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar. Desain : <i>Eksperiment</i> dengan pendekatan desain <i>One Group Pre-Test dan Post-Test Design</i>. Sampel : 20 orang dengan penentuan sampel menggunakan <i>Purposive Sampling</i>.</p>	<p>Hasil penelitian menyatakan ada pengaruh terapi minum air putih terhadap kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Desa Bumiayu Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar.</p>
50	<p>M. Arief Wijaksono, Dini Rahmayani, Angga Irawan, Ika Fricila, Rian Tasalim (2023)</p>	<p>Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh, Vol. 2, No. 1. Februari 2023</p>	<p>Tujuan : menambah pengetahuan yaitu dengan pemberian pendidikan kesehatan khususnya tentang terapi komplementer jahe dan</p>	<p>Hasil dari kegiatan ini adalah tercapainya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang terapi pada diabetes mellitus tipe 2</p>

	<p>Judul: Edukasi Terapi Komplementer Jamu (Jahe Dan Madu) Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2</p>		<p>madu untuk menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi kepada masyarakat di Rt.35 kelurahan pemurus baru menggunakan media poster, presentasi dan demonstasi secara langsung terkait terapi komplementer JAMU (Jahe dan Madu) untuk menurunkan kadar glukosa pada penderita dm tipe 2</p>	<p>khususnya pada penggunaan terapi komplementer jahe dan madu untuk menurunkan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.</p>
--	--	--	--	---

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis 50 artikel yang telah diulas oleh penulis didapatkan terapi komplementer yang telah mendapatkan pengakuan di Indonesia sebagai cara yang berpotensi efektif dalam membantu penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes yaitu: air rebusan (Pare, sayur gambas, air rebusan daun jambu biji, rebusan daun kersen, sari pati bengkuang, teh herbal daun salam dan jahe merah, air rebusan daun akasia), relaksasi benson, pijat refleksi kaki dan senam kaki, akupresur, yoga, hidroterapi, aromaterapi. Menunjuka hasil yang signifikan dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes.

Air Rebusan

Air rebusan; Pare (Kasole et al., 2019), sayur gambas (Zahroh et al., 2022), air rebusan daun jambu biji(Nugroho et al., 2022), rebusan daun kersen(Ranteallo et al., 2022), sari pati bengkuang(Safitri & Nurhayati, 2019), teh herbal daun salam dan jahe merah(Pratama & Darsini, 2023), air rebusan daun akasia(Tedi et al., 2023) dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes.

Momordica charantia yang dikenal dengan nama pare digunakan sebagai pelengkap atau alternatif terapi untuk pengobatan diabetes di negara berkembang dan negara kaya. pare mengandung senyawa yang efektif dalam mengatur dan menurunkan kadar glukosa darah pada pasien dengan diabetes. Pare dapat mengatur dan menurunkan glukosa darah pada pasien diabetes dengan meningkatkan insulin (Yedjou et al., 2023). Sedangkan sayur gambas merupakan salah satu sayuran yang dikonsumsi di indonesia, sayur gambas dapat menurunkan kadar glukosa darah karena memiliki kandungan curcubitacin yang termasuk ke dalam golongan saponin. juga mengandung flavonoid. Falvonoid pada gambar berperan dalam menekan level glukosa darah dengan cara meningkatkan aktivitas dari enzim glukokinase hepar yang akan menstimulasi pankreas untuk menghasilkan insulin sehingga memaksimalkan transport gula darah ke dalam jaringan (Zahroh et al., 2022). Kandungan yang terdapat di dalam daun jambu biji yaitu tanin dan kalsium. Daun jambu biji adalah herbal yang bermanfaat sebagai penormal fungsi kelenjar pankreas dengan efek farmakologis memperlancar sistem sirkulasi darah dalam membantu menormalkan fungsi

pankreas dalam mengatasi diabetes melitus (Nugroho et al., 2022).

Daun kersen mengandung saponin dan flavonoid yang dapat menghambat penyerapan gula darah dari usus, sehingga karbohidrat tidak banyak diserap oleh usus. Rebusan daun kersen terbukti dapat menurunkan kadar gula darah untuk penderita diabetes melitus. Penurunan ini dapat disebabkan oleh kandungan dari daun kersen yaitu flavonoid (Ranteallo et al., 2022). Sari pati bengkuang yang diperoleh dari umbi bengkuang yang mengandung karbohidrat berupa oligosakarida yang berperan dalam memperlambat proses pencernaan glukosa serta memiliki rasa yang manis. Umbi bengkuang rasanya manis dan mendinginkan, rasa manis tersebut berasal suatu oligosakarida yang disebut dengan inulin. Inulin dalam bengkuang bersifat larut dalam air, tidak dapat dicerna oleh enzim-enzim pencernaan (amilase dan ptialin) sehingga memperlambat proses pencernaan (absorpsi) glukosa sehingga dapat mengendalikan kadar glukosa darah (Safitri & Nurhayati, 2019). Selain daun salam, kandungan kimia jahe merah juga terbukti efektif untuk membantu pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam melakukan pengendalian kadar gula dalam darah. Jahe mempunyai kandungan bahan aktif untuk menurunkan kadar glukosa darah. Bahan aktif tersebut adalah gingerol dan shogaol. pasien dengan diabetes mellitus akan menurunkan kondisi hiperglikemia dengan jalan menurunkan kadar glukosa plasma pada pasien. (Pratama & Darsini, 2023). Rebusan daun akasia merupakan terapi komplementer yang terbukti dapat menurunkan kadar gula darah. Kandungan yang terdapat dalam daun akasia berupa flavonoid, alkaloid, fenolik, dan tanin yang dapat mengikat protein melalui ikatan hidrogen dan interaksi hidrofobik. Sehingga meningkatkan efisiensi jaringan pankreas dengan meningkatkan sekresi insulin atau mengurangi penyerapan glukosa usus (Tedi et al., 2023).

Relaksasi Benson

Menurut Benson, H. and Proctor, tehnik Relaksasi Benson merupakan tehnik relaksasi yang digabung dengan keyakinan yang dianut oleh pasien, relaksasi benson akan menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi relaks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman (Khairani et al., 2023). Terapi relaksasi benson yang merupakan terapi komplementer yang dapat membantu pasien untuk rileks dan tenang sehingga dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes (Sumiati et al., 2021).

Pijat Refleksi Kaki Dan Senam Kaki

Menurut Gupitasari et al (2018) pijat refleksi juga akan memberikan efek penurunan kadar gula darah karena adanya aliran limpa yang lancar, hal ini disebabkan karena pemberian pemijatan dengan gosokan ringan dan menggunakan seluruh permukaan tangan dengan arah gosokan menuju ke jantung. Aliran limpa yang lancar memberikan efek tingkat produksi hormon insulin yang dapat mengurangi resistensi insulin atau gangguan toleransi insulin (Mardiana, 2021). Salah satu faktor yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah adalah stres, pada penderita diabetes mellitus pijat refleksi bersifat relaksasi sehingga bermanfaat mengurangi stres. Stres pada pasien diabetes mellitus akan memicu pengeluaran beberapa hormon yang berkontribusi dalam meningkatkan kadar gula darah, yaitu glukagon, epinefrin, growth hormone dan glukokortikoid. glukagon merupakan hormon utama untuk menaikkan kadar gula darah dengan cara menstimulasi glikogenolisis, lipolisis dan glukoneogenesis (Lewen, 2022).

Akupresur

Menurut (18) akupresur merangsang pelepasan neurotransmitter yang membawa sinyal sepanjang saraf atau melalui kelenjar yang kemudian mengaktifkan hipotalamus. pituitari-sumbu adrenal untuk mengatur fungsi kelenjar endokrin, perangsangan akupuntur

pada titik Zusanli meningkatkan fungsi sekresi insulin pada penderita non insulin dependen diabetes melitus dan secara bermakna dapat menurunkan kadar gula.

Akupresur dapat menurunkan glukosa darah dengan cara mengaktifkan salah satu enzim metabolisme karbohidrat dan dapat memberikan efek pada hipotalamus serta bekerja dalam meningkatkan sintesis insulin yang ada dalam pankreas, meningkatkan salah satu reseptor sel target, dan meningkatkan penggunaan gula darah dalam sel, sehingga kadar gula dalam darah juga akan mengalami penurunan (Herlina et al., 2023)

Yoga

Senam yoga dapat meningkatkan aktivitas otot sehingga dapat memperbaiki metabolisme sel otot dalam penyerapan glukosa. Gerakan yoga dapat membantu pankreas dan hati untuk berfungsi secara efektif, dalam mengatur kadar gula darah. Gerakan (Rusila & Science, 2023). Terapi yoga merupakan latihan fisik yang menyebabkan penurunan kadar glukosa darah. Secara umum, gangguan metabolik yang dialami pasien diabetes mellitus tipe 2 memerlukan terapi komplementer untuk mengatasi masalah gangguan metabolik pada diabetes mellitus tipe 2. Hasil penelitian ini telah menunjukkan bahwa ada perubahan kadar glukosa darah setelah melakukan terapi yoga, hal ini disebabkan karena adanya penggunaan energy yang dibakar oleh sel yang menggunakan glukosa darah dengan menggunakan katalisator insulin (Yuzallia et al., 2021). Senam yoga secara teratur sangat berguna untuk penderita DM tipe II.

Hidroterapi

Menurut Elmatsir, (2012) Hidroterapi pertama kali dikembangkan di India dan diyakini dapat mengatasi berbagai masalah kesehatan. Terapi air putih alami dapat didasarkan pada dua penggunaan yaitu penggunaan air secara internal atau dengan cara meminum air secara benar dan penggunaan air secara eksternal. Dalam hal ini penggunaan terapi air putih yang dimaksud adalah terapi air putih yang dilakukan secara internal yaitu dengan meminum air putih sebanyak 1,5 liter setiap pagi segera setelah bangun tidur. Berdasarkan hasil penelitian dan pengalaman, Diabetes Mellitus diketahui dapat disembuhkan dengan terapi air putih dalam waktu selama 7 hari (Jahidin et al., 2019). Hidroterapi, juga dikenal sebagai air minum, juga dapat meningkatkan kemampuan tubuh untuk memecah gula dalam darah, sehingga menghindari hiperglikemia serta diabetes (Sriningsih et al., 2023).

Aromaterapi

Pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi menggunakan aromaterapi diffuser memiliki kandungan linalool asetat bersifat sedatif dan anti neurodepressive mampu melemahkan sistem kerja urat saraf dan otot yang tegang dan memberikan ketenangan, memperlancar aliran darah, dan menjaga kesehatan fisik serta mental sehingga kualitas hidup lansia diabetes melitus tipe 2 meningkat (Hanani & Ratnawati, 2020). Untuk sistem penurunan kadar gula darah dengan menggunakan aromaterapi lavender yaitu dengan menurunkan aktivitas enzim antioksidan dan menginduksi penurunan peroksidasi lipid (Dakhlaoui et al., 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis 50 artikel yang telah diulas oleh penulis didapatkan 7 terapi komplementer yang telah mendapatkan pengakuan di Indonesia sebagai cara yang berpotensi efektif dalam membantu penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes yaitu: air rebusan (Pare, sayur gambas, air rebusan daun jambu biji, rebusan daun kersen, sari pati bengkuang, teh herbal daun salam dan jahe merah, air rebusan daun akasia), relaksasi benson, pijat refleksi kaki dan senam kaki, akupresur, yoga, hidroterapi, aromaterapi. Menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyanto, A., Rekawati, E., & Rahmadiyah, D. C. (2020). Program Emas Dalam Kontrol Gula Darah Penderita Diabetes. *Jurnal Pengabdian Masyarakat J-Dinamika*, 5(1), 24–30.
- Anggraini, D., Widiani, E., & Budiono. (2023). Gambaran Tanda Gejala Diabetes Mellitus Tipe II Pada Pasien Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Air Putih (Hydrotherapy): Studi Kasus. *Indonesian Journal Of Nursing And Health Sciences*, 4(2), 131–140.
- Anggraini, Y. (2021). Upaya Penurunan Gula Darah Dengan Menggunakan Slow Deep Breathing Exercise Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Rsu Uki Jakarta Timur. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu*, 3, 10–17.
- Aprilyadi, N., & Ridawati, I. D. (2023). Penurunan Kadar Gula Darah Melalui Pelatihan Self Healing Reiki Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Selaparang.Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7, 947–951.
- Arman, E., Harmawati, & Gusli, E. (2020). Penyakit Diabetes Melitus Masih Sumatera Barat Berdasarkan Diagnosis. *Seminar Nasional Syedza Saintika*, 288–298.
- Arwansyah, M. J., Erniawati, Samidah, I., & Handayani, T. S. (2022). Penerapan Hidroterapi Sebagai Upaya Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Type II Dengan Pendekatan Teori Keperawatan Orem. *Jmns Journal Of Midwifery And Nursing Studies*, 4(2), 51–61.
- Bahtiar, Y., & Suprpti, B. (2016). Pengaruh Terapi Hipnosis Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Kota Tasikmalaya. *Buletin Media Informasi*, 12(1).
- Dakhlaoui, S., Wannes, W. A., Sari, H., Hmida, M. Ben, Frouja, O., Limam, H., Tammar, S., Bachkouel, S., Jemaa, M. Ben, Jallouli, S., Hessini, K., & Msaada, K. (2022). Combined Effect Of Essential Oils From Lavender (*Lavandula Officinalis* L.) Aerial Parts And Coriander (*Coriandrum Sativum* L.) Seeds On Antioxidant, Anti-Diabetic, Anti-Cancer And Anti-Inflammatory Activities. *Journal Of Essential Oil-Bearing Plants*, 1(25), 188–199.
- Fatimah, S., & Sofiyat, A. I. (2023). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Pratama Intermedica Bekasi. *Jurnal Afiat : Kesehatan Dan Anak*, 9(1), 85–99.
- Firdaus, A. P., Priastomo, M., & Kuncoro, H. (2021). Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Buah Naga (*Hylocereus Polyrhizus*) Dan Air Rebusan Daun Kersen (*Muntingia Calabura*) Pada Penderita Dm (Tipe 2). *Proceeding Of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences*, April 2021, 31–40.
- Hanani, T. A., & Ratnawati, D. (2020). Efek Kombinasi Relaksasi Autogenik Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(2), 67–74.
- Harmawati, & Annita. (2017). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Sirih Merah (*Piper Crocatum*) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 1, 57–63.
- Herlina, M., Berutu, H., Mastari, E. S., Siburian, C. H., Silalahi, B., Noradina, & Simarmata, E. R. (2023). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe II Di Poliklinik Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 9(1), 82–90.
- Husnati, N. Y., Kustanti, A., Pangastuti, H. S., & Mada, U. G. (2017). Hubungan Antara Pengobatan Komplementer Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal*

- Keperawatan Klinis Dan Komunitas 173, 1(November), 173–183.
- Jahidin, A., Fitriani, L., & Wahab, M. (2019). Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Sewaktu (Gds) Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Bina Generasi;Jurnal Kesehatan*, 1(11), 87–98.
- Janah, P. P. N., & Prajayanti, E. D. (2023). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Dusun Jengglong Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 78–89.
- Jumari, Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Natasha, D. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Jumari1,. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 1(1), 38–50.
- Junaidin. (2018). Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Puskesmas Woha – Bima Tahun 2018. *Jime*, 4(1).
- Kasole, R., Martin, H. D., & Kimiywe, J. (2019). Traditional Medicine And Its Role In The Management Of Diabetes Mellitus : (Patients ’ And Herbalists ’ Perspectives). *Hindawi Evidence-Based Complementary And Alternative Medicine*, 2019(Article Id 2835691), 12 Pages.
- Kemenkes Ri, K. K. R. I. (2022). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. P2ptm Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khairani, W., Noamperani, S. R., & Prayogi, A. S. (2023). Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus. *Jurnal Abdikemas*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.36086/J.Abdikemas.V5i1>
- Komalasari, T., & Linda, N. (2023). Penurunan Gula Darah Pada Penderita Diabetes Gunung Sembung Kecamatan Pagaden Kabupaten Subang Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Medisina Akper Ypib Majalengka*, 9(9), 1–10.
- Lewen, D. (2022). Efektivitas Pijat Refleksi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Kadar Gula Darah Di Rt 10 Kelurahan Rawa Buaya Jakarta Barat. *Jurnal Nurse*, 5(1), 6–13.
- Mardiana. (2021). Efektifitas Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), 114–121.
- Musiana, Astuti, T., & Dewi, R. (2015). Efektivitas Pijat Refleksi Terhadap Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan*, Xi(2), 224–232.
- Mustakim, R., & Ervita, L. (2021). Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Klinik Sahabat Care Pontianak. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 12(1), 39–43.
- Narmawan, N., Syahrul, S., & Erika, K. A. (2018). The Behavior Of Foot Care In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus: Applying The Theory Of Planned Behaviour. *Public Health Of Indonesia*, 4(3), 129–137.
- Nugroho, Y. W., Keperawatan, A., Satria, G., & Wonogiri, H. (2022). Efektivitas Pemberian Rebusan Daun Jambu Biji (Psidium Guajava) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan Gsh*, 11(2), 40–44.
- Nurhayani, Y. (2022). Literature Review : Pengaruh Senam Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus. *Journal Of Health Research Science*, 2(1), 9–20.
- Pratama, F. P., & Darsini. (2023). Terapi Komplementer Penurun Kadar Gula Dalam Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(1), 24–36.
- Proboningsih, J., Joeliantina, A., Novitasari, A., & Purnamawati, D. (2020). Complementary Treatment To Reduce Blood Sugar Levels Of Dmt2 Patients. *International Journal Of Public Health Science (Ijphs)*, 9(3), 267~271. <https://doi.org/10.11591/Ijphs.V9i3.20434>
- Rahman, Z., & Rosanti. (2020). Pengaruh Air Rebusan Daun Ceri Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dipuskesmas Tanjungpinang Kota. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 75–82.
- Ranteallo, R. R., Manginte, A. B., & Mapandin, A. (2022). Pengaruh Terapi Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Pada Masyarakat

- Di Sa'dan Malimbong Tahun 2022. Lppm: Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif, P-Issn: 2548-7140.
- 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.
- Rusila, J., & Science, O. (2023). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Desa Karangasem Surakarta. *Jurnal Multidisiplin Dehasen*, 2(2), 295–306.
- Rusli, A., Sastramihardja, H., & Bhatara, T. (2022). Scoping Review: Pengaruh Jahe (*Zingiber Officinale*) Terhadap Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 Secara Umum. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(1), 581–587.
- Safitri, Y., & Nurhayati, I. (2019). Pengaruh Pemberian Sari Pati Bengkuang (*Pachyrhizus Erosus*) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Usia 40-50 Tahun Di Kelurahan Bangkinang Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2018. *Jurnal Ners*, 3(23), 69–81.
- Sari, F. S., & Afnuhazi, R. (2021). Jus Tomat Dapat Menurunkan Kadar Glukosa Darah 2 Jam Pp (Post Prendial). *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(September 2020), 59–64.
- Sari, R. Y., Suherman, A., Nadatien, I., Kamariyah, N., & Hasina, S. N. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe-2. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 147–156.
- Sriningsih, N., Antoro, B., & Efrifahrizal, H. (2023). Pengaruh Hidroterapi Terhadap Penurunan Gula Darah Sewaktu (Gds) Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Idea Nursing Journal*, 2(01), 60–68.
- Sumiati, Jumari, & Purnama, A. (2021). Benson Relaxation Therapy May Lower Blood Sugar Levels Patients With Dm Tipe Ii. *Journal Of Complementary Nursing*, 01(01), 13–18.
- Tedi, Yunike, Kusumawaty, I., & Suzalin, F. (2023). Air Rebusan Daun Akasia Menurunkan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 5(2018), 590–600.
- Tombokan, M., Ardi, M., Hamka, F., & Dalle, A. (2020). Studi Literatur Pengaruh Slow Deep Breathing (Sdb) Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(2), 152–157.
- Who. (2022). Diabetes. In <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes> (Pp. 1–5).
- Wicaturatmashudi, S., Erman, I., & Azwaldi. (2019). Pengaruh Latihan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *Seminar Nasional Keperawatan*.
- Wijaksono, M. A., Rahmayani, D., Irawan, A., Fricila, I., & Tasalim, R. (2023). Edukasi Terapi Komplementer Jamu (Jahe Dan Madu) Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, 2(1), 126–130.
- Yedjou, C. G., Grigsby, J., Mbemi, A., Nelson, D., Mildort, B., Latinwo, L., & Tchounwou, P. B. (2023). The Management Of Diabetes Mellitus Using Medicinal Plants And Vitamins. *International Journal Of Molecular Sciences*, 24(9085), 1–14.
- Yuzallia, R., Malini, H., & Afrianti, E. (2021). Efektivitas Waktu Pelaksanaan Yoga Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 12(1).
- Zahroh, R., Syaiful, Y., & Hariyanto, Y. (2022). Pengaruh Pemberian Sayur Gambas (*Luffa Acutangular*) Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Journals Of Ners Community*, 13(01), 1–6.