

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurasyid. (2021). Peran aktivitas fisik dalam pengelolaan diabetes melitus pada pasien. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 120–128.
- Aisyah, S., Putri, D. A., Rahmawati, N., & Lestari, P. (2022). Hubungan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah pada lansia dengan diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 85–92.
- American Diabetes Association. (2023). *Standards of Medical Care in Diabetes*. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing. <https://diabetes.org/newsroom/american-diabetes-association-2023-standards-care-diabetes-guide-for-prevention-diagnosis-treatment-people-living-with-diabetes>
- Amirullah, A. (2023). Hubungan Karakteristik Demografi dan Self-Efficacy dengan Tingkat Aktivitas Fisik pada Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 11(2), 145-155.
- 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>
- Aprilatutini. (2022). Hubungan Karakteristik Dengan Aktivitas Fisik Lansia Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Sains Kesehatan*, Vol. 29 No. 3 .
- Aprilatutini, T., Fadhillah, N., & Sari, A. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Aktivitas Fisik pada Lansia penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2).
- Astari, Herawati, & Pramukti. (2022). Hubungan Peran Perawat sebagai Edukator dengan Pengetahuan dan Kesadaran pada Pasien Diabetic Retinopathy. *Jurnal Keperawatan*, 14(1).
- Astuti, A. D., Basuki, H. O., & Priyanto, S. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta Barat. PT Nuansa Fajar Cemerlang.
- Batmomolin, A., Metanfanuan, R., Idayanti, N., Jumriani, S., Tumurang, M. N., Mardiaty, E., Rahayu, U. B., Suyamto, N., Sulistyowati, E. T., Rakhman, A. S., Kristiani, A., Subriah, S., Dewi, M., Hayati, S., Kelabora, J., Damayantie, N., & Hadi, S. (2025). *Problematika Lansia*. Cilacap. PT Media Pustaka Indo.
- Cahyadi, A., Mufidah, W., Susilowati, T., Susanti, H., & Dwi Anggraini, W. (2022). Menjaga Kesehatan Fisik Dan Mental Lanjut Usia Melalui Program Posyandu Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 1(1), 52–60. <https://doi.org/10.32492/dimas.v1i1.568>

- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2024). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Delfina, S., Carolita, I., Habsah, S., & Ayatillahi, S. (2021). Analisis Determinan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Usia Produktif. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 141–151. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2823>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. (2024a). Diabetes Melitus Tahun 2023. In *Data Statistik Sektorial Kabupaten Ponorogo*. <https://statistik.ponorogo.go.id/lv/organization/dinas-kesehatan?organization=dinas-kesehatan>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo. (2024b). *Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo Tahun 2024*. <https://dinkes.ponorogo.go.id/download/kategori/profil-kesehatan>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. https://dinkes.jatimprov.go.id/index.php?r=site/file_list&id_file=10&id_berita=8
- Dwisetyo, B. (2024). *Strategi Holistik Peningkatan Kualitas Hidup Lansia*. Purwokerto. Amerta Media.
- Eltrikanawati, T. (2022). Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Pola Diet Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Lansia. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 7, 40–47. <https://doi.org/http://doi.org/10.22216/endurance.v7i1.792>
- Falah, & Apriana. (2022). Edukasi Pengelolaan Diet 3 J untuk Mengontrol Kadar Glukosa Darah pada Masyarakat Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.25008/altifani.v2i5.274>
- Fauzi, A. (2023). Hubungan Literasi Kesehatan dengan Kepatuhan Manajemen Mandiri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 7(2), 88-97.
- Fitriani, N., & Rahman, F. (2024). Hubungan perubahan komposisi tubuh dengan kadar gula darah pada wanita menopause. *Jurnal Ners Indonesia*, 15(1), 55–63.
- Gayatri, G., Arman, A., & Yuliati, Y. (2025). Etnografi Penyakit Diabetes Melitus (Penyakit Gula/Kencing Manis) pada Suku Mandar: Ethnography of Diabetes Mellitus (Sugar Disease) in the Mandar Tribe. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 6(2), 47–57.
- Handayani, S., & Prasetyo, A. (2021). Hubungan menopause dengan kejadian diabetes melitus pada wanita usia lanjut. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*

Nasional, 16(3), 123–130

- Hardianto, D. (2020). Telaah Komprehensif Diabetes Melitus: Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, dan Pengobatan. *Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia*, 7(2), 304–307.
- Hartini, Y. (2021). *Buku Panduan Karya Tulis Ilmiah Edisi Revisi*. Yogyakarta. CV Budi Utama.
- Hasana, A. R., & Ariyanti, R. (2021). Pemberian Edukasi Diabetes Mellitus Pada Kader Posyandu Lansia Desa Tambak Asri Malang. *Jurnal Abdimas PHB: Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 4(2), 238–243.
- Herawati, N., Sa'pang, M., & Harna, H. (2020). Kepatuhan Diet dan Aktivitas Fisik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang Sudah Mengikuti Prolanis. *Nutrire Diaita*, 12(01). <https://doi.org/10.47007/nut.v12i01.3154>
- Hidayat, A., Prasetyo, B., & Lestari, D. (2022). Faktor risiko diabetes melitus pada lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), 45–52.
- HonestDocs. (2020). *Infeksi Bakteri Pada Pankreas - Tanda, Penyebab, Gejala, Cara Mengobati*. <https://www.honestdocs.id/infeksi-bakteri-pada-pankreas>
- Indah, I., Damhudi, D., & Sulistyawati, D. (2024). Efektivitas AADE7TM Self-Care Behaviors terhadap Peningkatan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Tipe II. *Scientific Journal of Nursing Research*, 5(1), 6. <https://doi.org/10.30602/sjnr.v5i1.1336>
- International Diabetes Federation. (2021). *Diabetes Atlas Edisi ke-10: Global Picture*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581934/>
- Jati, R. A., Muchtar, F., & Salsabila, S. (2023). Faktor Risiko Aktivitas Fisik Pada Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kemaraya Kota Kendari Tahun 2023. *KOLONI*, 2(2), 328–334. <https://doi.org/10.31004/koloni.v2i2.502>
- Kemenkes. (2016). *Menkes: Mari Kita Cegah Diabetes Dengan CERDIK*. <https://kemkes.go.id/id/menkes-mari-kita-cegah-diabetes-dengan-cerdik>
- Kemenkes. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskedas/ketersediaan-data/riskedas-2018>
- Kemenkes. (2024). *Sel Punca Sang Penakluk Diabetes Mellitus*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/sel-punca-sang-penakluk-diabetes-mellitus>
- Kodir, K., Margiyati, M., Nada, S., & Pratiwi, R. (2019). Hubungan IMT dengan Kadar Gula Darah pada Lansia di Posyandu Sabar Narimo Dusun Lempuyangan Desa Gebungan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Jurnal Keperawatan Sisthana, 4(2), 34–38.
<https://doi.org/10.55606/sisthana.v4i2.50>

- Kusuma, R., & Andriani, D. (2022). Peran hormon estrogen terhadap resistensi insulin pada wanita menopause. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 14(2), 89–96.
- Kusmita, L., Ningtylas, W. F., & Hartanti, R. (2023). Pola Makan 3J, Aktivitas Fisik, dan Glukosa Darah Sewaktu Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Usia Produktif di Prolanis Puskesmas Ajung. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 68–73.
- Kusumo, M. P. (2020). *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik*. The Journal Publishing.
- Lestari, H. I., Theresia, S. I. M., & Novianti, B. E. (2025). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kontrol Glikemik pada Pasien Diabetes Melitus di Klinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 13(1), 9–15.
- Lestari, L., & Zulkarnain, Z. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, 7(1), 239.
- Listina. (2021). *Efek Toksik Methanyl Yellow*. Magelang. Pustaka Rumah Cinta.
- Malau, T. F. B., & Silitonga, S. (2023). Penyuluhan terhadap lansia: Mengenali karakteristik para lansia. *ELETTTRA: Jurnal Prodi Pendidikan Penyuluh Agama Kristen*, 1(01), 47–56.
- Marcello, S. A. (2022). Studi Literatur: Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Prestasi Akademik Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ners Lentera*, 10(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.33508/ners.v10i1.4309>
- Maria, I. (2021). *Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus dan Asuhan Keperawatan Stroke*. Yogyakarta. Deepublish.
- Mawaddah, N., & Wijayanto, A. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto*, 12(1), 32–40.
- Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.1.9-20>
- Mufida, & Qodir. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah Acak pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Dinoyo. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3).
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. STIKES

Majapahit Mojokerto.

- Munawaroh, U., & Muhlisin, A. (2021). *Hubungan Kepatuhan Diet dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah pada Penderita DM di Puskesmas Baki*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nasution, A. F. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta. CV Harfa Creative.
- Nugroho, W. (2021). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta. EGC.
- Nugroho, A., & Santoso, B. (2021). Akses informasi kesehatan pada masyarakat pedesaan dan pengaruhnya terhadap perilaku kesehatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 12–20
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta. Salemba Medika.
- Nurul, Slyvi, & Trijati. (2022). *Lima Pilar Diabetes Melitus*. Yogyakarta. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- PERKENI. (2019). *Buku Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. PB PERKENI. <https://sipora.polije.ac.id/id/eprint/19478>
- PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. PB PERKENI. https://www.academia.edu/download/56766833/DM_Perkeni.pdf
- PERKENI. (2024). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia (Edisi 2024)*. PB PERKENI. https://www.academia.edu/download/56766833/DM_Perkeni.pdf
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2021). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Pujianto, A., & Rahayu, S. (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Neuropati Perifer pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 14(2), 112-120.
- Purba, V. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 27–35.
- Purwaningsih, Y., Hartanto, A. E., & Hendrawati, G. W. (2022). *Intervensi Relaksasi Hipnosis Modifikasi Lima Jari untuk Mengatasi Stres dan Resiliensi Penderita Diabetes Melitus*. Pekalongan. NEM.
- Purwanto, Y. (2023). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Sehari-Hari dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VII SMP Shalahuddin. *Jurnal Ilmiah ADIRAGA*, 9(2), 01–16.

- Putri, A. A., Junando, M., Oktafany, O., & Sukohar, A. (2024). Review Article: Patofisiologi Dan Terapi Farmakologi Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Geriatri. *Sains Medisina*, 2(5), 142–147. <https://doi.org/10.63004/snsmed.v2i5.401>
- Putri, & Situngkir. (2022). Edukasi Mengenai Hiperlipidemia dan Hiperglikemia serta Cara Mengatasinya pada Pekerja Bongkar Muat. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(3), 15–820.
- Putri, R. A., Wulandari, D., & Hidayati, N. (2023). Hubungan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah pada lansia penderita diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2), 120–128.
- Pratama, R. A., & Widiyanto, W. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan tentang Diabetes Melitus dengan Pola Aktivitas Fisik pada Masyarakat Usia Produktif. *Jurnal Keolahragaan*, 11(1), 88-97.
- Prodyantasari, N., Sari, D. P., & Wulandari, R. (2025). Pengaruh aktivitas fisik terhadap kontrol glikemik dan kualitas hidup pada lansia dengan diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 10(1), 45–53
- Qasim, M. (2021). *Keperawatan Gerontik*. Banda Aceh. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Rafiv. (2020). Tingkat Pendidikan Bukan Merupakan Prediktor Risiko Diabetes Berdasarkan Skoring American Diabetes Association. *HIGEIA Journal of Public Health*, 4(1), 157–258.
- Rahayuningsih, M. S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Pasien DM Tipe 2. *Journal of Nutrition Science*, 12(3), 155–165.
- Rahmawati, & Ramli. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif pada Lansia. *Window of Nursing Journal*, 1(1), 23–32.
- Rara Enggola Handayani, & Baluqia Baluqia. (2024). PRESBIKUSIS : Masalah Telinga pada Usia Tua. *Jurnal Anestesi*, 2(2), 122–132. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i2.1059>
- Riamah. (2022). *Perilaku Kesehatan Pasien Diabetes Melitus*. Pekalongan. NEM.
- Richardo, B. P. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Risesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 10–12.
- Rifa'i, Y. (2023). Analisis Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Pengumpulan Data di Penelitian Ilmiah pada Penyusunan Mini Riset. *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya*, 1(1), 31–37.
- Rijali, A. (2020). Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81–95.

- Rismawati, & Purwanti. (2025). The Relationship of Dietary Knowledge Level and Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 7(2), 545–552.
- Rosita. (2020). Aktivitas Fisik Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 53(9), 1689–1699.
- Rukajat, A. (2021). *Metodologi Penelitian: Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta Deepublish.
- Salam, I. (2022). Analisis Kemampuan Akomodasi Mata. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 8(2), 127–131.
- Sari, N. P., & Syam, A. (2023). Analisis Faktor Gender terhadap Tingkat Aktivitas Fisik Masyarakat Urban dan Rural. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 45-52.
- Sari, N. P., Wahyuni, S., & Lestari, D. (2024). Hubungan Dukungan Keluarga dan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 13(1), 112-120.
- Saputra, A., Pratama, R. D., Wulandari, S., & Hidayati, N. (2022). Perubahan fungsi pankreas dan metabolisme glukosa pada lansia dengan diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan*, 14(2), 100–108.
- Setiyorini, E., Wulandari, N. A., & others. (2020). Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol XIII, No.2.
- Sholekah, L. A., Soesanto, E., & Aisah, S. (2022). Hubungan Faktor Fisiologis pada Lansia dengan Risiko Jatuh di Dusun Wangil Desa Sambonganyar Kabupaten Blora. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 174–182.
- Simatupang, R. (2023). Penyuluhan tentang Diabetes Melitus pada Lansia Penderita DM. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(3), 849–858.
- Siswanto, A., Supriyanto, S., & Hartati, S. (2024). Analisis Pola Aktivitas Fisik Pekerjaan dan Latihan Terstruktur terhadap Stabilitas Glikemik pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Terintegrasi*, 6(1), 22-31.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2021). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. Literasi Media Publishing.
- Sugiono, & Kusuma, D. (2020). Dasar-Dasar Penelitian Kuantitatif: Konsep dan Aplikasi. *Jurnal Penelitian Kuantitatif*, 8(1), 45–52.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung. CV Alfabeta.

- Suherana, & Mawaddah. (2024). Ketoasidosis Diabetikum. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 223–234.
- Sukmadani, M., & Rusdi. (2020). Hipoglikemia pada Pasien Diabetes Melitus. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 2(2). <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jsscr/article/view/4575>
- Sulistiyana, C. S. (2024). *Aktivitas Fisik dalam Kesehatan*. Purbalingga. CV Eureka Media Aksara.
- Sumakul, V. (2022). Edukasi Diabetes Melitus dan Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Umat Paroki St. Antonius Padua Tataaran. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MAPALUS*, 1(1), 8–25.
- Sumarni. (2025). Pengaruh Usia Lanjut terhadap Kesehatan Lansia. *Jurnal Berita Kesehatan*, 18(1). <https://doi.org/10.58294/jbk.v18i2.312>
- Sutawardana, J. H., Waluyo, A., & Rias, Y. A. (2022). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 980-991.
- Tabita, Yudi, I. P., & Parta, G. (2023). Penurunan Fungsi Kognitif Mempengaruhi Terjadinya Peningkatan Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Sumerta: Studi Cross-Sectional. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 11(3), 271–277.
- Ting, H., Memon, M. A., Thurasamy, R., & Cheah, J. H. (2025). Snowball sampling: A review and guidelines for survey research. *Asian Journal of Business Research*, 15(1).
- Trihandayani, Oktovian, & Seftiyani. (2025). Pengaruh Latihan Fisik terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Siti Rufaidah*, 3(1).
- Trihandayani, Y., & Oktovian. (2025). Pengaruh Latihan Fisik terhadap Penurunan Kadar Gula. *Jurnal Siti Rufaidah*, 2, 01–08.
- Ubaidillah, N. (2021). Proses Penuaan dalam Perspektif Kardiovaskuler. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 211–219.
- Udayani, N. N., & Adnyani, P. M. (2022). Analisis Efektivitas Biaya Penggunaan Terapi Insulin Kombinasi dan Insulin Tunggal pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(1), 108–116.
- Wardoyo, A. (2025). Distribusi Teknik Analisis Data dalam Penelitian: Fokus Statistik Deskriptif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 536–548.
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896–2910.

- Wicaksono, A., & Handoko, W. (2020). *Aktivitas Fisik dan Kesehatan*. IAIN Pontianak Press.
- Widiasari, K. R., Wijaya, I. M., & Suputra, P. A. (2021). Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, dan Tatalaksana. *Ganesha Medicina Journal*, 1(2), 114–120.
- Wijaya, R., & Hidayat, A. (2021). Teknik Pengumpulan Data Kuantitatif pada Penelitian Sosial. *Jurnal Metodologi Penelitian*, 6(2), 123–130.
- Wisnusakti, K. (2021). *Kesejahteraan Spiritual pada Lansia*. Sumatra Barat. CV Azka Pustaka.
- World Health Organization. (2020). *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ): Analysis Guide*. World Health Organization. <https://share.google/v1G6KY2ZsGr3AmNMp>
- World Health Organization. (2023). *Progress Report on the United Nations Decade of Healthy Ageing*. World Health Organization. [https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=L6QOEQAQAQBAJ&oi=fnd&pg=PR4&dq=World+Health+Organization+\(2023\).+Progress+Report+on+the+United+Nations+Decade+of+Healthy+Ageing.+World+Health+Organization.&ots=35RA9eC551&sig=sOFuoRIDIPUccTZYTcr5B3HuLfw](https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=L6QOEQAQAQBAJ&oi=fnd&pg=PR4&dq=World+Health+Organization+(2023).+Progress+Report+on+the+United+Nations+Decade+of+Healthy+Ageing.+World+Health+Organization.&ots=35RA9eC551&sig=sOFuoRIDIPUccTZYTcr5B3HuLfw)
- Wulandari, Y., Pratiwi, R., & Andriani, D. (2021). Faktor genetik dan kejadian diabetes melitus pada masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(2), 75–82.
- Yaslina, Maidaliza, & Srimutia, R. (2021). Aspek Fisik dan Psikososial terhadap Status Fungsional pada Lansia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 68–73.
- Yuni, C. M., Diani, N., & Rizany, I. (2020). Pengaruh Diabetes Self Management Education and Support (DSME/S) terhadap Peningkatan Pengetahuan Manajemen Mandiri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*.
- Yuni Lestari. (2020). Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, Vol. 11 No. 2.
- Yunita, E., & Safitri. (2022). Pengaruh Aktivitas Fisik dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7, 94–105.
- Yuswatiningsih, E. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Kemandirian Lansia dalam Memenuhi Kebutuhan Sehari-hari. *Hospital Majapahit*, 13(1).