

EGD SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN QUALITY OF LIFE PASIEN DM DI PKM MENTIKAN KOTA MOJOKERTO

Eka Nur So'emah¹, Della Puspita Anggraini², Agus Haryanto³

¹²³Universitas Bina Sehat PPNI, Mojokerto, Indonesia

Corresponding author*: Eka Nur So'emah

KATA KUNCI	ABSTRAK
<i>EGD, Quality of Life, Diabetes Mellitus</i>	Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang umumnya ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah, atau hiperglikemia. Hiperglikemia berat menyebabkan gejala klasik seperti poliuria, polidipsia, kelelahan, penurunan kinerja, dan penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan, gangguan penglihatan dan kerentanan terhadap infeksi, serta ketoasidosis atau sindrom hiperosmolar non-ketoasidosis dengan risiko koma. Puskesmas (PKM) sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan primer, memerlukan dukungan dalam mengoptimalkan program pencegahan dan pengontrolan gula darah pada pasien DM. Edukasi dan Cek Gula Darah (EGD) merupakan metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, bertujuan untuk mencegah komplikasi yang timbul akibat diabetes yang tidak terkontrol jangka panjang dalam upaya meningkatkan <i>Quality Of Life</i> penderita DM. Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan di UPT PKM Mentikan Kota Mojokerto pada tanggal 20 September 2025. Hasil kegiatan EGD yang diterapkan sangat efektif sebagai upaya peningkatan <i>Quality Of Life</i> Pasien DM di PKM Mentikan Kota Mojokerto. Sinergi antara kepatuhan obat dan implementasi <i>self-management</i> proaktif, didukung edukasi efektif, menjadi kunci utama pasien DM mencapai target gula darah optimal (terkontrol) dan meningkatkan <i>Quality of Life</i>.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus mengacu pada sekelompok penyakit metabolik yang umumnya ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah, atau hiperglikemia. Hiperglikemia berat menyebabkan gejala klasik seperti poliuria, polidipsia, kelelahan, penurunan kinerja, dan penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan, gangguan penglihatan dan kerentanan terhadap infeksi, serta ketoasidosis atau sindrom hiperosmolar non-ketoasidosis dengan risiko koma. Hiperglikemia kronis juga menyebabkan gangguan sekresi dan/atau kerja insulin dan dikaitkan dengan kerusakan jangka panjang dan disfungsi berbagai jaringan dan organ (mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah), serta kanker (Harreiter & Roden, 2023). Insiden diabetes melitus meningkat pesat, dan kondisi ini seringkali mengakibatkan penyakit metabolik yang signifikan dan komplikasi berat. Perawat memiliki peran penting dalam memantau, mengedukasi, dan mendukung penderita diabetes, serta keluarga dan orang terdekat mereka (Cloete, 2022).

Data Dinas Kesehatan Kota Mojokerto tahun 2024 tentang penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mentikan 1.280 kasus, (Mojokerto, 2024). Tingginya angka prevalensi Diabetes Melitus (DM) di Indonesia menjadi isu kesehatan masyarakat yang mendesak. Data menunjukkan bahwa pengendalian DM yang efektif memerlukan edukasi yang kuat dan deteksi dini secara berkala. Kesadaran masyarakat terhadap risiko DM dan pentingnya perubahan gaya hidup masih perlu ditingkatkan, terutama di tingkat komunitas. Menanggapi tantangan ini, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini berfokus pada upaya promotif dan preventif di wilayah kerja Puskesmas (PKM) Kota Mojokerto. Salah satu nya adalah PKM Mentikan Kota Mojokerto.

Pusat kesahatan masyarakat (Puskesmas) merupakan fasilitas kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya (Mentang et al., 2018). PKM sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan primer, memerlukan dukungan dalam mengoptimalkan program pencegahan dan pengontrolan gula darah pada pasien DM. Oleh karena itu, kegiatan ini dirancang dengan dua komponen utama: Edukasi dan Cek Gula Darah (EGD). Metode Edukasi interaktif dipilih untuk menyampaikan informasi mendalam mengenai faktor risiko, gejala, dan manajemen DM, memberdayakan masyarakat agar mampu mengidentifikasi dini dan mengambil langkah preventif. Sementara itu, cek gula darah gratis berfungsi sebagai langkah skrining awal untuk mengidentifikasi individu yang berisiko atau belum terdiagnosis serta pelaksanaan cek gula darah berkala bertujuan mencegah komplikasi yang timbul akibat diabetes yang tidak terkontrol jangka panjang dalam upaya meningkatkan *Quality Of Life* penderita DM.

EGD merupakan literasi kesehatan terbukti mempengaruhi hasil perawatan DM. Pasien dengan literasi rendah cenderung memiliki pengelolaan diri yang buruk dan kualitas hidup yang lebih ren. Sementara itu, pedoman penatalaksanaan Diabetes mencakup lima pilar penting: edukasi, perencanaan makan, aktifitas fisik, pengobatan, dan pemeriksaan gula darah ruti. semua menjadikan monitoring gula darah berkala sebagai komponen kunci manajemen DM yang efektif.

Quality Of Life adalah persepsi individu terhadap posisi dirinya dalam kehidupan mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan berdasarkan budaya, nilai, harapan, dan pemenuhan kebutuhan keseharian (Haraldestad et al., 2019). Dalam konteks DM *Quality Of Life* mencerminkan seberapa besar penyakit ini mempengaruhi kesejahteraan pasien bukan hanya secara medis, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari dan aktivitas sosial mereka (Zhang et al., 2023). Quality of Life pada penderita DM tidak terjadi secara tunggal, melainkan merupakan akumulasi dari gangguan di berbagai aspek kehidupan. Analisis mendalam menunjukkan variasi dampak pada empat domain utama (Kolarić et al., 2022). Domain Kesehatan Fisik, Domain ini seringkali menunjukkan skor terendah. DM2 secara langsung menyebabkan gejala fisik yang mengganggu, seperti kelelahan kronis, neuropati (rasa sakit atau mati rasa), dan keterbatasan mobilitas akibat komplikasi mikrovaskular atau makrovaskular. Ketergantungan pada terapi obat atau insulin yang terjadwal juga menjadi beban tersendiri, yang pada akhirnya membatasi kemampuan pasien untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara normal (Perrin et al., 2022).

Artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara komprehensif implementasi, hasil, dan evaluasi dari kegiatan PKM yang telah dilaksanakan. Diharapkan, temuan dari kegiatan

ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya peningkatan kesadaran kesehatan masyarakat di wilayah PKM Mentikan Kota Mojokerto, serta menjadi model bagi kegiatan pengabdian masyarakat serupa di masa depan.

METODE

1. Edukasi interaktif

Edukasi interaktif merupakan pendekatan penyuluhan yang bertujuan untuk mengaktifkan peserta sebagai subjek pembelajaran, bukan hanya sebagai penerima informasi pasif. Dalam konteks pencegahan dan manajemen Diabetes Melitus (DM), metode ini sangat penting karena membutuhkan perubahan perilaku, pemahaman mendalam tentang kondisi kesehatan, serta keterampilan praktis dalam pengelolaan gula darah dan gaya hidup. Pendekatan interaktif sangat penting dalam penyuluhan Diabetes Melitus (DM) karena materi yang disampaikan seringkali melibatkan konsep-konsep kompleks (seperti indeks glikemik dan penghitungan kalori), yang sulit dipahami hanya melalui ceramah satu arah. Metode interaktif memastikan efektivitas belajar dengan cara: (1) meningkatkan daya ingat peserta melalui diskusi dan simulasi, (2) mengembangkan keterampilan praktis yang krusial untuk manajemen diri DM (seperti teknik menyuntik insulin dan pembacaan alat tes), serta (3) memfasilitasi identifikasi dan pencarian solusi atas hambatan pribadi yang dihadapi peserta dalam kehidupan sehari-hari, sehingga meningkatkan keberhasilan mereka dalam menerapkan perubahan perilaku.

2. Cek Gula Darah Sewaktu Gratis

Pemeriksaan gula darah menjadi pelengkap kuat bagi sesi penyuluhan interaktif. Hasil tes yang nyata memberikan umpan balik langsung yang kuat kepada peserta, mengubah informasi teoritis menjadi motivasi aksi. Peserta yang menemukan hasilnya tinggi cenderung lebih termotivasi untuk mendengarkan materi penyuluhan tentang perubahan gaya hidup, pola makan sehat, dan pentingnya tindak lanjut medis. Layanan ini bukan hanya sekadar tes, tetapi merupakan langkah strategis dalam upaya deteksi dini dan peningkatan kesadaran akan status kesehatan pribadi di wilayah kerja Puskesmas Mojokerto.

Pelaksanaan pemeriksaan dilakukan dengan prosedur standar dan efisien; (1) Alat dan Bahan menggunakan alat ukur glukosa darah portabel (glukometer), *strip* tes steril, dan *lancet* sekali pakai untuk menjamin higienitas. (2) Pengambilan sampel darah dilakukan melalui tusukan ringan pada ujung jari (kapiler) oleh tim kesehatan yang terlatih. Hasil pengukuran (dalam mg/dL) didapatkan dalam hitungan detik. (3) Konseling Hasil Setelah hasil didapatkan, setiap peserta menerima konseling singkat oleh tim. Peserta dengan hasil di atas batas normal (≥ 200 mg/dL) atau yang menunjukkan nilai ambang batas risiko (140-199mg/dL) diberikan edukasi lanjutan dan dirujuk untuk pemeriksaan diagnostik lebih lanjut di PKM Mentikan Kota Mojokerto.

3. Rancangan evaluasi

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan di UPT PKM Mentikan Kota Mojokerto, kegiatan dilakukan pada tanggal 20 September 2025. Dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini beberapa kriteria menjadi tolak ukur pencapaian kegiatan yakni; (1) Meningkatkan kontrol glikemik jangka Panjang, dimana, pasien yang memiliki *Quality Of Life* baik lebih mampu mempertahankan pola

hidup sehat dan kepatuhan terhadap perawatan sehingga dapat menurunkan risiko komplikasi. (2) Meningkatkan efikasi diri dan self-management, *Know-how* yang tinggi dan dukungan sosial mendukung pengelolaan penyakit yang lebih mandiri penderita DM. (3) Mengurangi beban ekonomi dan psikososial, *Quality Of Life* yang tinggi mengurangi kebutuhan rawat intensif dan biaya tambahan karena komplikasi. (4) Meningkatkan kepuasan hidup dan kesejahteraan umum: *Quality Of Life* mencakup semua aspek kehidupan, tidak terbatas pada aspek klinis semata.

Penggunaan edukasi interaktif memastikan bahwa masyarakat tidak hanya mengetahui tentang DM, tetapi juga memahami dan mampu mengelola kondisi tersebut. Hal ini sejalan dengan tujuan pengabdian masyarakat untuk memberdayakan individu dan komunitas agar memiliki literasi kesehatan yang lebih baik, yang pada akhirnya berkontribusi pada penurunan risiko komplikasi DM dan peningkatan kualitas hidup.

Cek gula darah dalam kegiatan skrining ini tidak hanya berfungsi sebagai alat diagnostik awal, tetapi juga sebagai instrumen *advokasi* yang efektif untuk mendorong masyarakat wilayah PKM Mentikan Kota Mojokerto mengambil langkah proaktif dalam pencegahan dan pengelolaan Diabetes Melitus

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan hasil pengabdian Masyarakat tentang EGD sebagai Upaya Peningkatan *Quality Of Life* Pasien DM di PKM Mentikan Kota Mojokerto, didapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 1 Data Kriteria Responden Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tentang EGD sebagai Upaya Peningkatan *Quality Of Life* Pasien DM di PKM Mentikan Kota Mojokerto.

No	Kriteria	Jumlah	Prosentase
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	33	52 %
	Perempuan	31	48 %
2	Usia		
	Dewasa	50	78 %
	Lansia	14	22 %
3	Pendidikan Terakhir		
	SMP	7	11 %
	SMA	25	39 %
	Sarjana	32	50 %
4	Lama Menderita DM		
	< 5 Tahun	36	56 %
	> 5 Tahun	28	44 %
5	Aktivitas/ Bekerja		
	Bekerja	46	72 %
	Tidak Bekerja	18	28 %

6	Mengkonsumsi Obat DM			
	Iya	44	69	%
	Tidak	20	31	%
7	Hasil Cek Gula Darah Sewaktu			
	<200 mg/dL (Terkontrol)	32	50	%
	>200 mg/dL (DM)	32	50	%
8	Quality of Life			
	Sangat Baik	16	25	%
	Baik	12	19	%
	Sedang	36	56	%
Jumlah Total Responden		64	100	%

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan data table 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin Sebagian besar Adalah laki-laki (52%), karakteristik berdasarkan usia adaalah hamper seluruhnya kategori usia dewasa (78%), berdasarkan karakteristik pendidikan terakhir responden Adalah setengahnya lulusan sarjana (50%), hasil identifikasi dari lama menderita Adalah Sebagian besar dari responden sudah terdiagnosis DM lebih dari lima tahun (56%), karakteristik responden berdasarkan aktivitas sehari-hari menunjukkan bahwa Sebagian besar responden masih bekerja (72%), sedangkan data kebiasaan mengkonsumsi obat DM menunjukkan hasil bahwa lebih dari setengah responden patuh minum obat DM (69%), data cek gula darah sewaktu didapatkan hasil yang sama antara gula darah yang terkontrol ataupun tidak terkontrol (50%), dan hasil dari *quality of life* menunjukkan Sebagian besar responden memiliki *quality of life* sedang (56%).

PEMBAHASAN

Analisis karakteristik responden menunjukkan bahwa hasil responden saat kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di PKM Mentikan Kota Mojokerto didominasi oleh laki-laki (52%) dan hampir seluruhnya berada dalam kategori usia dewasa (78%). Menariknya, setengah dari responden memiliki latar belakang pendidikan Sarjana (50%), menunjukkan adanya potensi modalitas kognitif yang baik untuk *self-management*. Mayoritas responden merupakan penderita Diabetes Melitus (DM) yang telah terdiagnosis kronis, yaitu lebih dari lima tahun (56%), dan sebagian besar dari mereka masih aktif bekerja (72%), yang menuntut pengelolaan kesehatan yang optimal agar tetap produktif. Meskipun data menunjukkan adanya kepatuhan yang cukup tinggi terhadap konsumsi obat DM, di mana lebih dari setengah responden (69%) patuh minum obat, hasil kontrol gula darah menunjukkan kondisi yang mengkhawatirkan. Identifikasi cek gula darah sewaktu (GDS) mendapatkan hasil yang terbagi rata, yaitu 50% terkontrol dan 50% tidak terkontrol. Disparitas antara tingginya kepatuhan obat dengan status kontrol gula darah yang separuh tidak mencapai target ini mengindikasikan bahwa aspek pengelolaan non-farmakologis, seperti diet, aktivitas fisik, atau *self-monitoring*, masih menjadi tantangan utama. Kondisi klinis ini tercermin pada hasil *Quality of Life*, di mana sebagian besar responden (56%) melaporkan berada pada kategori *Quality of Life* sedang, menyiratkan bahwa pengendalian gula darah yang belum optimal

berkorelasi langsung dengan keterbatasan dalam peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan.

Secara teoritis, intervensi pada Diabetes Melitus (DM) didasarkan pada model Perawatan Diri DM (*Diabetes Self-Management Education*). Edukasi berfungsi sebagai pondasi kepatuhan (Choi et al., 2011), di mana hal ini dapat dijelaskan melalui Teori *Health Belief Model*. Menurut *Health Belief Model* (Oo et al., 2025), perubahan perilaku sehat terjadi ketika individu memiliki persepsi yang kuat terhadap risiko (*Persepsi Kerentanan*) dan keparahan penyakit (*Persepsi Keparahan*), serta meyakini bahwa tindakan pencegahan yang dilakukan akan memberikan manfaat (*Persepsi Manfaat*) (Haas et al., 2018). Oleh karena itu, edukasi yang efektif dapat meningkatkan kesadaran pasien DM terutama yang telah menderita kronis (> 5 tahun). mengenai risiko komplikasi pada pasien DM, sekaligus meyakinkan mereka bahwa kontrol gula darah yang stabil (melalui obat, diet, dan aktivitas) akan secara signifikan meningkatkan *Quality of Life* (Marwati et al., 2022) dan mempertahankan produktivitas kerja. Selanjutnya, pemeriksaan gula darah berkala atau *self-monitoring* berfungsi sebagai mekanisme umpan balik langsung (Ewunetu et al., 2025). Data yang menunjukkan bahwa separuh pasien tidak terkontrol meskipun patuh obat menegaskan bahwa kontrol glikemik bergantung pada trias DM (Obat, Diet, dan Aktivitas Fisik) secara keseluruhan. Monitoring gula darah memungkinkan pasien dan tenaga kesehatan untuk segera mengidentifikasi pemicu gula darah yang tinggi (tidak terkontrol), seperti kesalahan diet, dan melakukan koreksi perilaku secara *real-time*. Tanpa mekanisme umpan balik ini, upaya pengelolaan DM akan berjalan tanpa arah, membuat pasien sulit mencapai target gula darah optimal (terkontrol), yang merupakan prasyarat utama untuk peningkatan kualitas hidup.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, peneliti berpendapat bahwa untuk menggeser *Quality of Life* pasien dari kategori 'sedang' menjadi 'baik', fokus intervensi harus dialihkan dari sekadar memastikan kepatuhan obat menuju pemberdayaan diri (*empowerment*) melalui edukasi dan monitoring yang konsisten. Secara kritis, tingkat pendidikan yang tinggi seharusnya menjadi aset kuat untuk *self-management*. Fakta bahwa separuh responden masih memiliki gula darah yang tidak terkontrol mengindikasikan perlunya peningkatan kualitas dan konsistensi edukasi, bukan hanya kuantitasnya. Secara klinis, opini menegaskan bahwa peningkatan *Quality of Life* berbanding lurus dengan kontrol metabolik yang baik; gula darah yang stabil mengurangi gejala fisik dan kecemasan, yang secara langsung memperbaiki dimensi fisik dan psikososial *Quality of Life*. Pada akhirnya EGD yang diterapkan pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini sangat efektif sebagai Upaya Peningkatan *Quality Of Life* Pasien DM di PKM Mentikan Kota Mojokerto.

SIMPULAN

Sinergi antara kepatuhan obat dan implementasi *self-management* proaktif, didukung oleh edukasi yang efektif, adalah kunci utama untuk membantu pasien kronis yang aktif ini mencapai target gula darah optimal (terkontrol) dan meningkatkan *Quality of Life* mereka. Oleh karena itu, arah intervensi dan rekomendasi harus difokuskan pada: (1) Edukasi Non-Farmakologis, yakni penekanan pada manajemen diet dan aktivitas fisik, yang sering terabaikan oleh pasien yang masih aktif bekerja; dan (2) Optimalisasi Monitoring Gula Darah, di mana pemeriksaan gula darah mandiri didorong sebagai rutinitas yang hasilnya diterjemahkan menjadi tindakan korektif oleh pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Choi, M. J., Yoo, S. H., Kim, K. R., Bae, Y. M., Ahn, S. H., Kim, S. S., Min, S. A., Choi, J. S., Lee, S. E., Moon, Y. J., Rhee, E. J., Park, C. Y., Lee, W. Y., Oh, K. W., Park, S. W., & Kim, S. W. (2011). Effect on glycemic, blood pressure, and lipid control according to education types. *Diabetes and Metabolism Journal*, 35(6), 580–586. <https://doi.org/10.4093/dmj.2011.35.6.580>
- Cloete, L. (2022). Diabetes mellitus: an overview of the types, symptoms, complications and management. *Nursing Standard (Royal College of Nursing (Great Britain) : 1987)*, 37(1), 61–66. <https://doi.org/10.7748/ns.2021.e11709>
- Ewunetu, M., Belay, B. M., Abere, Y., Melkamu, B., Eshetie, Y., & Dires, T. (2025). Home self monitoring of blood glucose using a glucometer and its determinants among diabetes mellitus. *Scientific Reports*, 15(1), 41598. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-02196-4>
- Haas, J., Baber, M., Byrom, N., Meade, L., & Nouri-Aria, K. (2018). Changes in student physical health behaviour: an opportunity to turn the concept of a Healthy University into a reality. *Perspectives in Public Health*, 138(6), 316–324. <https://doi.org/10.1177/1757913918792580>
- Haraldstad, K., Wahl, A., Andenæs, R., Andersen, J. R., Andersen, M. H., Beisland, E., Borge, C. R., Engebretsen, E., Eisemann, M., Halvorsrud, L., Hanssen, T. A., Haugstvedt, A., Haugland, T., Johansen, V. A., Larsen, M. H., Løvereide, L., Løyland, B., Kvarme, L. G., Moons, P., ... Helseth, S. (2019). A systematic review of quality of life research in medicine and health sciences. *Quality of Life Research : An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care and Rehabilitation*, 28(10), 2641–2650. <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02214-9>
- Harreiter, J., & Roden, M. (2023). [Diabetes mellitus: definition, classification, diagnosis, screening and prevention (Update 2023)]. *Wiener klinische Wochenschrift*, 135(Suppl 1), 7–17. <https://doi.org/10.1007/s00508-022-02122-y>
- Kolarić, V., Svirčević, V., Bijuk, R., & Zupančič, V. (2022). Chronic Complications Of Diabetes And Quality Of Life. *Acta Clinica Croatica*, 61(3), 520–527. <https://doi.org/10.20471/acc.2022.61.03.18>
- Marwati, T. A., Kusmayanti, N. A., & Rosyidah, R. (2022). Quality of Life Among Diabetes Mellitus Patients in Indonesian Chronic Disease Management Program (Prolanis). *Epidemiology and Society Health Review (ESHR)*, 4(2), 76–86. <https://doi.org/10.26555/eshr.v4i2.5341>
- Mentang, J. J., Rumayar, A. A., & Kolibu, F. K. (2018). Hubungan Antara Kulit Jasa Pelayanan Kesehatan di Puskesmas Tarataraa Kota Tomohon. *Jurnal KESMAS*, 7(5). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/download/22085/21786>
- Mojokerto, D. K. (2024). *Profil Kesehatan Kota Mojokerto 2024*. <https://satikomo.mojokertokota.go.id/publikasi>
- Oo, M. Z., Tint, S. S., Panza, A., Pongpanich, S., Viwattanakulvanid, P., Bodhisane, S., Rerkasem, A., & Rerkasem, K. (2025). Effectiveness of a Health Belief Model-based integrated health education and mobile phone short message service intervention on health knowledge, perception, and self-efficacy toward smoking: a quasi-experimental study among industrial workers in Myanmar. *BMC Public Health*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22754-9>

- Perrin, B. M., van Netten, J. J., Aan de Stegge, W. B., Busch-Westbroek, T. E., & Bus, S. A. (2022). Health-related quality of life and associated factors in people with diabetes at high risk of foot ulceration. *Journal of Foot and Ankle Research*, 15(1), 83. <https://doi.org/10.1186/s13047-022-00586-9>
- Zhang, Y., Yang, Y., Huang, Q., Zhang, Q., Li, M., & Wu, Y. (2023). The effectiveness of lifestyle interventions for diabetes remission on patients with type 2 diabetes mellitus: A systematic review and meta-analysis. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 20(1), 64–78. <https://doi.org/10.1111/wvn.12608>