Daftar pustaka

Amalia, D., & Wulandari, R. (2020). Tingkat stres pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Wilayah Timur. Jurnal Kesehatan Mental, 5(2), 89–97. https://doi.org/10.31289/jkm.v5i2.2711

Centers for Disease Control and Prevention. (2021). Physical activity and health: Benefits of walking. https://www.cdc.gov/physicalactivity/walking/index.htm

Direktorat P2PTM Kemenkes RI. (2020). Pedoman aktivitas fisik untuk pencegahan penyakit tidak menular. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Fasipe, O.J., Akhideno, P.E., dan Isiekwe, G.I. (209). Diabetes Mellitus: *A Review on the Pathophysiology, Management, and Complications. Archives of Medicine and Health Sciences,* 7(10), –8.

Febriyanti, L., Nurhidayati, & Hakim, R. (2022). Faktor penyebab stres pada penderita diabetes melitus tipe 2. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 11(1), 45–53. https://doi.org/10.21009/jpkkm.112.05

Fisher L, Hessler D, Polonsky W, et al. *Emotion regulation contributes to the development of diabetes distress among adults with type diabetes. Patient Educ Couns* 208;0:(873-534 (Electronic)

Hasanuddin, I., Mulyono, S., & Herlinah, L. (2020). Efektifitas olahraga jalan kaki terhadap kadar gula darah pada lansia dengan diabetes mellitus tipe II. HolistikJurnalKesehatan,https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.2341 14(1), 38 –45.

Hemavathi, P., Satyavani, K., Smina, T. P., & Vijay, V. (209). *Assessment of diabetes related distress among subjects with type 2 diabetes in South India.*

InternationalJournalofPsychologyandCounselling,(2),5.https://doi.org/0.5897/IJPC208.05 5https://doi.org/0.5897/IJPC208.05 5

Herlambang Ungkas, Kusnanto, Laily Hidayati, Hidayat Arifin, Rifky Octavia Pradipta (209). *Effect of Progressive Muscle Relaxation on Stress and Blood Glucose Decrease in Type 2 Diabetes Mellitus Patient at Puskesmas Kedungdoro and Puskesmas Medokan Ayu.*-8.

Hospital,C.(2024).10 Manfaat Jalan Kaki Untuk Kesehatan Fisik Dan Mental. https://ciputrahospital.com/manfaat-jalan-kaki/?utm_source=chatgpt.com

Hutapea, A., & Silalahi, R. (2021). Pengaruh aktivitas jalan kaki terhadap tingkat stres pasien penyakit kronis. Jurnal Keperawatan Holistik, 7(2), 123–131. https://doi.org/10.33366/jkh.v7i2.3210

IDF. (202). International Diabetes Federation Atlas (Edisi ke-0). International Diabetes Federation, 02(2), –4. https://doi.org/0.06/j.diabres.203.0.03

International Diabetes Federation (IDF). (2021). IDF Diabetes Atlas (10th ed.). https://diabetesatlas.org/

Iskandar, R., & Ambarwati, R. (2019). Efektivitas jalan kaki terhadap stres dan kualitas tidur pasien penyakit tidak menular. Jurnal Promkes, 7(1), 33–41. https://doi.org/10.20473/jpk.V7.I1.2019.33-41

Kemenkes R1.(2020). Tetap Produktif.Cegah dan Atasi Diabetes Melitus. Infodatin.1-6.https://pusdatin.kemkes.go.id/Folder/view/01/structure

Kemenkes RI.(2020).Penyakit tidak menular (PTM) penyebab kematian diindonesia http://www/depkes.go.id/index.php/Berita Press-Release637-Penyakit-tidak-

Kemenkes Ri.2024.Apa Itu Stres: Gejala, Penyebab, Pencegahan dan Pengobatan. https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (202). Apa Yang Terjadi pada Tubuh Jika Rajin Jalan Kaki Tiap Hari.Dalam https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/apa-yang-terjadi-pada-tubuh-jika-rajin-jalan-kaki

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman pengelolaan diabetes melitus di puskesmas. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2019). Kesehatan mental dan psikososial bagi penderita penyakit kronis. Jakarta: Direktorat P2MKJN.

Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil kesehatan Indonesia tahun 2020. Jakarta: Kemenkes RI.

Kurniasari, F., Lestari, S. D., & Harahap, N. A. (2018). Hubungan tingkat pendidikan dengan tingkat stres penderita penyakit kronis. Jurnal Ilmu Keperawatan, 6(1), 78–84. https://doi.org/10.33369/jik.v6i1.6290

Mahdia FF, Susanto HS, Adi MS. Hubungan antara Kebiasaan OlaShraga dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. J Kesehat Masy 2018:6(5):267-76.

Mutiara Mutiar, Bangun Dwi Hardika,& Lilik Pranata.(2024).Penerapan Aktivitas Jalan Kaki Terhadap Perubahan kadar gula darah sewaktu pada penderitadiabetesmelitus.jrunalansietas,2(3),234239.hhttps://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1235

Mutiara Mutiara, Bangun Dwi Hardika, Lilik Pranata.(2024). Penerapan Aktivitas Fisik Jalan Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus. sehatan dan Kedokteran Vol. 2 No. 3 Juli 2024

Nariswari , S. L. (2023). Maksimalkan manfaat baik jalan kaki dengan mengatur kecepatannya artikel ini telah tayang dikompas.com dengan judul "memaksimalkanmanfaatbaikjalankakidenganmengaturkecepatannya",klik untukbaca:https://lifestyle.kompas/read/2023/12/04/11082872.kompas.com.https://lifestyle.kompas.com./read/2023/12/04/110828720/maksimalkan-manfaat-baik-jalan-kaki-dengan-mengatur kecepatannya?lgn_method=google&google_btn=onetep

Nasution, A., Siregar, M., & Damanik, E. (2020). Efektivitas aktivitas fisik terhadap pengurangan ketegangan dan stres pada pasien penyakit tidak menular. Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas, 14(2), 155–164. https://doi.org/10.25077/jka.v14.i2.2020.155-164

Patma, Y. (209). Pengaruh Walking Exercise Terhadap Perubahan Kadar Glukosa Darah Pada Pemderita Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Pendekatan Theory Of Planned Behavior Di Desa Banjardowo Kabupaten Jombang. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.

Perkumpulan Edukator Diabetes Indonesia (PERSADIA). (2019). Modul edukator diabetes melitus. Jakarta: PERSADIA.

Polonsky WH.Fisher L., Earles, J. Dudi RJ. Laes J.Mulian J. Jacksen RA.(2021).Assessing psychosocial distress in diabetes scale. Diabetes care 28 (3) 625-631.

Prasetya, H., & Astuti, R. (2021). Efektivitas intervensi jalan kaki terhadap penurunan stres pada pasien dengan penyakit kronis. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 16(1), 45–52. https://doi.org/10.14710/jpki.16.1.45-52

Prasetyo, R. W., & Lestari, P. A. (2020). Hubungan tingkat pendidikan dan ekonomi dengan stres pasien diabetes melitus. Jurnal Kesehatan, 11(1), 22–29. https://doi.org/10.31289/jk.v11i1.3675

Pratama, P. K. S. (2024). Implementasi Aktivitas Jalan Kaki Untuk Meningkatkan Manajemen Kesehatan Pada Pasien Hipertensi. AyaHn, 15(1), 37-48.

PTM 208.Penyakit tidak menular Indonesia.Cegah,suara dunia perangai diabetes.Dalam CEGAH, CEGAH, dan CEGAH: Suara Dunia Perangi Diabetes - Penyakit Tidak Menular Indonesia publikasi-pusdatin-info-datin-html

Purwanto, H. (2019). Keperawatan medikal bedah II. Pusdik SDM Kesehatan

Purwoko, S. A. (2024). Turun Berat Badan Hanya dengan Jalan Kaki? Ini Rahasianya. Hellosehat.https://hellosehat.com/kebugaran/olahraga-berat-badan-turun/turun-berat-badan-dengan-jalan kaki/?utm_source=chatgpt.com

Rahayu, D., Nugroho, H. S., & Ardiansyah, F. (2020). Pengaruh intervensi jalan kaki terhadap tingkat stres dan kecemasan pada penderita diabetes melitus. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal), 8(3), 201–209. https://doi.org/10.14710/jkm.v8i3.2020.201-209

Rahmawati, I., Dwiana, D., & Sazarni Ratiyun, R. (2020). Hubungan Diabetes Mellitus (DM) dengan Penyakit Jantung Koroner (PJK) pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Jantung. Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi, 8(), 56–62.

Rahmawati, M. N., Rohaedi S.,& Sumartini, S. (2019).Tingkat stress dan indicator stress pada remaja yang melakukan pernikahan dini.Jurnal Pendidikan keperawatanIndonesia5(1)25-3Https://doi.org/10.17509/jpki.v5i11180

Rahmawati, N., & Nurjanah, S. (2021). Perempuan lebih rentan mengalami stres: Tinjauan hormonal dan sosial budaya. Jurnal Psikologi Kesehatan, 8(2), 110–119. https://doi.org/10.21009/jpk.082.10

Ratnasari, D. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Tahun 2022. 289 299.

Rosyadah, N.J., Aliyyu, W. C., Prakosa, A.P., Nur, S., & Amalia, R. I. *Manifestasi oral pada pasien diabetes mellitus oral manifestations in patients with diabetes mellitus.*

Sari, D. K., & Sari, M. M. (209). Pengaruh Jalan Kaki terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas tangeran. Puskesmas.Jurnal Kesehatan,0(5),-0.

Savira & Setiawati.2021.hubungan tingkat stres pehaman selama pembelajaran daring pada mahasiswa di STIKES hang tuah surabaya. Pande kadek, S.1(90)

Siregar, Y. R., Lubis, F., & Batubara, R. (2021). Gambaran tingkat stres pada penderita diabetes melitus tipe 2. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 12(1), 88–96. https://doi.org/10.1234/jikm.v12i1.5678

Siti 2023.Jumlah penderita diabetes diindonesia terus meningkat.Dalam Jumlah Penderita Diabetes di Indonesia Terus Meningkat

Soelistijo, S. A., et al. (2019). Gangguan metabolik dan stres pada lansia awal. Jurnal Geriatri Indonesia, 4(1), 33–40. https://doi.org/10.31289/jgi.v4i1.1111

Solikhah, D. F., Sanndini, H., Hanim, A., & Sari, N. (2023). Penyuluhan dan Diteksi Dini Diabetes Militus di desa (1), –0.

Syarofi, A., & Muniroh, L. (2020).hubungan antara tingkat stress dengan kecanduan game online pada remaja Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Glukosa Darah Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe Ii Penelitian Keperawatan Gerontik kelurahan ploso baru surabaya.. Sikripsi Januar jaka.2017 5(89).

Ulya, Nadiyatul,Audrey Zanetha Eugenia Sibuea,Shofiyyah Salma Purba, Aulia Ikka Maharani,and Chahya Kharin Herbawani.2023."Analisis Faktor Risiko Diabetes Pada Remaja Di Indonesia."Jurnal KesehatanTambusai 4(3):2332–41.https://10.31004/jkt.v4i3.16210.

Wahyudi, T., Prayitno Akademi Fisioterapi YAB, D., & Akademi Fisioterapi YAB, Y. (2015). Manfaat Latihan Jalan Kaki Terhadap Peningkatan Derajat Endurance Usia Lanjut. Manfaat Latihan Jalan Kaki Terhadap Peningkatan Derajat Kesegaran Jasmani Usia Lanjut Jurnal Fisioterapi Indonusa, 7(2)

Wardani, S., Putri, D. A., & Anshori, M. (2022). Pengaruh aktivitas jalan kaki terhadap stres pada penderita diabetes melitus. Jurnal Keperawatan Indonesia, 15(2), 117–124. https://doi.org/10.33369/jki.v15i2.2022.117

WHO 2020.*World Hearth Organization.pisychal activity.*Dalam. Physical activity

WHO 2024.Tindakan mendesak diperlukan karena kasus diabetes global meningkat .https://www.who.int/news/item/3--2024-urgent-action-needed-as-global-diabetes-cases-increase-four-fold-over-past-decades

Wicaksono, A., Fatimah, S., & Permana, D. (2021). Ketergantungan obat sebagai faktor stres pada penderita diabetes melitus. Jurnal Ilmu Keperawatan, 9(1), 25–31. https://doi.org/10.5433/jikp.v9i1.2021.25

World Health Organization. (2022). Physical activity fact sheet. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

World Health Organization. (2023). Stress and diabetes: Mental health impact of chronic illness. https://www.who.int/publications/stress-diabetes

World Health Organization: Diabetes (cited.Agus 2020) available from: Http://www.WHO.int/mediacenter/factcheets/Fs312/en/

Yuliani, S., & Pratiwi, D. A. (2020). Stres kronis pada ibu rumah tangga: Studi kasus di wilayah urban. Jurnal Kesehatan Jiwa, 9(2), 67–74. https://doi.org/10.1234/jkj.v9i2.9876

Zakiudin, A., Nur Janah, E., & Karyawati, T. (2023). Laporan Penyuluhan Kesehatan Tentang Diabetes Melitus Dan Senam Kaki Diabetik Pada Warga Desa Kutayu Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes. Jurnal Locus Penelitian Dan Pengabdian, (2), 7–37. https://doi.org/0.58344/locus.vi.837