



Edukasi Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga dan Keterampilan Akupressure pada Ibu untuk Manajemen Keluhan Ringan Pada Kelompok Ibu Majelis Taklim

Ni Ketut Sujati¹, Laila Fadhilah², Nelly Rustiati³, Nesa Dwi Mahafira⁴, Ayu Dwi Pratiwi⁵, Sindi Rafela⁶, M. Agung Akbar⁷

^{1,3,4,5,6} Program Studi DIII Keperawatan Baturaja, Poltekkes Kemenkes Palembang

² Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata

⁷ Program Studi DIII Keperawatan, STIKes Al-Ma'arif Baturaja

Correspondence author: Ni Ketut Sujati

Email: ketut.sujati@poltekkespalembang.ac.id

Address : Jl. Imam Bonjol No.652, Air Paoh, Kec. Baturaja Timur, Kabupaten Ogan Komering Ulu, Sumatera Selatan 32112.

Submitted: 30 April 2025, Revised: 27 Mei 2025, Accepted: 8 Juni 2025, Published: 20 Juni 2025

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i3.501



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Family health is a crucial aspect of community life, with mothers playing a key role in managing minor health complaints such as headaches, muscle pain, and digestive issues. Traditional methods like Family Medicinal Plants (TOGA) and acupressure offer effective, low-cost solutions. **Objective:** This community service program aimed to educate and train mothers in the Majelis Taklim on self-care management using TOGA and acupressure techniques to address minor health complaints. **Method:** The program employed a participatory approach, conducted in three stages: preparation (March–May 2024), implementation (June–October 2024), and evaluation (November 2024). Activities included TOGA education, acupressure training, safety discussions, holistic lifestyle counseling, and community forums. Quantitative (pre-test/post-test) and qualitative (observation, satisfaction surveys) evaluations were used to measure outcomes. **Result:** The program significantly improved participants' knowledge and skills, with 70% reporting high effectiveness of TOGA for minor ailments. Daily TOGA usage increased to 45%, and 65% of participants shifted from chemical drugs to natural remedies. Challenges included material availability (40%) and processing techniques (30%). Participant satisfaction reached 85%, and 60% disseminated knowledge to their communities. **Conclusion:** The program successfully enhanced mothers' capacity in self-health management using TOGA and acupressure. Continued support, such as mentoring groups and community TOGA gardens, is recommended for sustainability.

Keywords: Family Medicinal Plants, Acupressure, Self-Care, Health Empowerment

Latar Belakang

Kesehatan keluarga merupakan aspek penting dalam kehidupan masyarakat (1). Ibu sebagai pengelola utama kesehatan keluarga sering kali menghadapi keluhan kesehatan ringan seperti sakit kepala, nyeri otot, atau gangguan pencernaan yang dapat dikelola dengan pengobatan tradisional dan terapi non-farmakologis (2, 3). Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Akupressure sebagai terapi komplementer (4, 5)

Asuhan mandiri melalui penggunaan tanaman obat keluarga dan pijatan merupakan pendekatan yang sesuai dengan budaya Indonesia yang telah lama mengenal pengobatan tradisional (6). Namun, meskipun pengobatan tradisional ini sudah ada dalam kehidupan masyarakat, banyak anggota masyarakat, khususnya wanita, yang belum sepenuhnya mengetahui cara yang tepat untuk memanfaatkannya (7). Program edukasi yang memfokuskan pada asuhan mandiri dapat memberdayakan masyarakat untuk lebih mandiri dalam menjaga kesehatan mereka mengurangi ketergantungan pada pengobatan medis konvensional, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (8).

Pemanfaatan TOGA telah lama dikenal dalam pengobatan tradisional di Indonesia (9). Dengan pengetahuan yang cukup, ibu-ibu di Majelis Taklim dapat mengembangkan asuhan mandiri berbasis TOGA untuk mencegah dan menangani keluhan ringan secara alami. Sementara itu, akupressure merupakan teknik pijat pada titik-titik tertentu di tubuh yang telah terbukti membantu meredakan berbagai keluhan kesehatan tanpa efek samping yang berarti (4).

Majelis Taklim Wanita Al Istiqomah Baituroja merupakan kelompok pengajian yang terdiri dari ibu-ibu yang memiliki komitmen tinggi terhadap pengembangan diri, baik dalam aspek spiritual maupun kesejahteraan fisik. Meskipun anggota majelis memiliki semangat yang tinggi dalam meningkatkan kualitas hidup, sebagian besar dari mereka masih memiliki keterbatasan dalam mengakses pendidikan kesehatan yang dapat membantu mereka mengelola kesehatan dengan cara yang lebih mandiri dan alami. Selain itu, faktor sosial dan ekonomi juga seringkali menjadi hambatan dalam mencari pengobatan yang lebih efektif dan terjangkau.

Penggunaan tanaman obat keluarga sebagai alternatif pengobatan telah terbukti memiliki banyak manfaat, baik untuk pencegahan maupun pengobatan berbagai keluhan kesehatan ringan (10). Di sisi lain, teknik pijatan (massage) juga telah dikenal luas dalam dunia kesehatan karena manfaatnya yang efektif dalam meredakan stres, meningkatkan sirkulasi darah, dan mengurangi ketegangan otot (11-13)

Masalah prioritas yang dihadapi oleh anggota Majelis Taklim adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan perawatan diri menggunakan tanaman obat keluarga dan teknik pijatan. Hal ini berpotensi menurunkan kualitas hidup mereka, terutama dalam mengelola gejala penyakit ringan dan stres. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu-ibu dalam mengelola kesehatan keluarga melalui edukasi dan pelatihan tentang TOGA serta teknik akupressure.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi ibu balita tentang pencegahan stunting melalui program penyuluhan di Posyandu Kelurahan Tungkal. Program ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi balita, praktik pemberian makan yang tepat, serta pentingnya pemantauan pertumbuhan di posyandu. Dengan demikian, diharapkan dapat menurunkan prevalensi stunting dan meningkatkan kualitas hidup balita di wilayah tersebut.

Metode

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pendekatan partisipatif dengan sasaran ibu-ibu Majelis Taklim Al Istiqomah Baituroja di Kabupaten Ogan Komering Ulu, Sumatera Selatan. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap utama: (1) tahap persiapan (Maret–Mei 2024) yang meliputi koordinasi dengan mitra, penyusunan materi, dan pembuatan alat evaluasi; (2) tahap pelaksanaan (Juni–Oktober 2024) berupa intervensi edukasi dan pelatihan; serta (3) tahap evaluasi dan penyusunan laporan (November 2024).

Intervensi utama terdiri dari lima komponen. Pertama, edukasi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) mencakup pengenalan jenis-jenis tanaman obat, manfaat kesehatan, serta teknik budidaya dan pengolahan menjadi ramuan sederhana seperti teh herbal dan ekstrak kunyit. Kedua, pelatihan teknik pemijatan dasar difokuskan pada metode untuk meredakan nyeri otot, sakit kepala, dan stres, dengan pendekatan demonstrasi dan praktik berpasangan. Ketiga, penguatan pemahaman tentang keamanan penggunaan pengobatan alami, termasuk potensi efek samping dan pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan. Keempat, penyuluhan gaya hidup sehat holistik yang mengintegrasikan aspek gizi, aktivitas fisik, dan manajemen stres. Kelima, pembentukan forum diskusi untuk mendorong pertukaran pengetahuan dan pengalaman antaranggota majelis taklim.

Evaluasi program dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta, selanjutnya dievaluasi melalui observasi praktikum dan survei kepuasan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai pemanfaatan TOGA dan teknik pemijatan, serta antusiasme yang tinggi untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Instruktur memperagakan teknik akupressure

Partisipasi aktif mitra terlihat dari keterlibatan mereka dalam seluruh tahapan program, mulai dari sesi edukasi hingga praktik mandiri. Selain itu, peserta juga berperan sebagai agen perubahan dengan menyebarkan pengetahuan yang diperoleh kepada keluarga dan komunitas sekitar. Umpan balik dari mitra menjadi bahan pertimbangan untuk pengembangan program lanjutan, termasuk permintaan pelatihan yang lebih mendalam mengenai variasi tanaman obat dan teknik terapi komplementer. Program ini tidak hanya berhasil meningkatkan kapasitas masyarakat dalam manajemen kesehatan mandiri, tetapi juga memperkuat jejaring kesehatan berbasis komunitas melalui pendekatan edukasi yang partisipatif dan berkelanjutan..

Hasil

Program pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan kapasitas anggota Majelis Taklim Wanita Al Istiqomah Baituroja dalam manajemen kesehatan mandiri melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan teknik pijatan. Berdasarkan evaluasi pasca-intervensi, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan peserta mengenai identifikasi, pengolahan, dan pemanfaatan tanaman obat seperti jahe (60% pengguna), kunyit (50%), daun kelor (40%), dan lidah buaya (30%). Sebanyak 70% peserta melaporkan efektivitas tinggi dalam mengatasi keluhan kesehatan ringan seperti gangguan pencernaan, sakit kepala, dan stres, meskipun 40% masih menghadapi kendala ketersediaan bahan dan 30% mengalami kesulitan dalam teknik pengolahan.



Gambar 2. Tanaman Obat Keluarga dan Teknik Pijatan

Dalam aspek penerapan, peserta telah mengintegrasikan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari, dengan 45% menggunakan TOGA secara harian dan 35% memanfaatkannya 2-3 kali seminggu. Teknik pijatan yang diajarkan juga berhasil diaplikasikan untuk mengurangi nyeri otot, meningkatkan kualitas tidur, dan mengelola stres. Transformasi perilaku kesehatan tampak dari pergeseran ketergantungan pada obat kimia ke pendekatan alami, yang menunjukkan peningkatan kemandirian kesehatan sebesar 65% berdasarkan laporan peserta.

Respon peserta terhadap program sangat positif, dengan 85% menyatakan kepuasan terhadap metodologi pelatihan yang partisipatif dan aplikatif. Dampak program meluas hingga tingkat komunitas, di mana peserta aktif menjadi agen perubahan dengan menyebarkan pengetahuan ke keluarga dan lingkungan sekitar (difusi pengetahuan mencapai 60% peserta). Untuk keberlanjutan, 75% peserta mengusulkan program lanjutan yang mencakup variasi tanaman obat lebih luas dan teknik terapi komplementer lainnya, menunjukkan tingginya minat dalam pengembangan kapasitas kesehatan mandiri berkelanjutan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas efektif dalam menciptakan perubahan perilaku kesehatan yang berkelanjutan.

Diskusi

Hasil program pengabdian masyarakat ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan peserta mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan teknik pijatan. Sebanyak 70% peserta melaporkan efektivitas tinggi penggunaan TOGA untuk mengatasi keluhan kesehatan ringan, dengan jahe (60%) dan kunyit (50%) menjadi tanaman yang paling banyak dimanfaatkan. Namun, ditemukan pula beberapa kendala implementasi seperti kesulitan mendapatkan bahan (40%) dan keterbatasan pemahaman pengolahan (30%), yang perlu menjadi perhatian dalam program serupa di

masa depan. Peningkatan kemandirian kesehatan peserta terlihat dari 45% yang menggunakan TOGA secara harian dan peralihan dari ketergantungan obat kimia ke pengobatan alami. Respons positif peserta (85%) terhadap metode pelatihan menunjukkan keberhasilan pendekatan partisipatif dalam edukasi kesehatan masyarakat.

Secara teoritis, temuan ini mendukung konsep pemberdayaan kesehatan masyarakat (*health empowerment*) yang menekankan pada peningkatan kapasitas individu dalam mengelola kesehatan secara mandiri (14). Efikasi diri menjelaskan bagaimana pelatihan praktis dapat meningkatkan keyakinan peserta dalam menerapkan keterampilan baru, sebagaimana terlihat dalam peningkatan kepercayaan diri peserta menggunakan TOGA dan teknik pemijatan (15, 16). Studi sebelumnya oleh Dwinata, Siswanto (17) tentang intervensi TOGA di komunitas pedesaan juga menemukan pola peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan yang serupa.

Hasil program ini konsisten dengan Studi Nurcahyo, Azhara (18) yang menunjukkan bahwa pendekatan edukasi partisipatif lebih efektif dalam menciptakan perubahan perilaku berkelanjutan dibandingkan metode ceramah konvensional. Temuan mengenai peran kelompok sosial (majelis taklim) sebagai media diseminasi pengetahuan mendukung teori difusi inovasi Rogers, yang menekankan pentingnya jaringan sosial dalam penyebaran praktik kesehatan baru (19, 20). Studi Dini, Rohaeni (21) juga menemukan bahwa intervensi kesehatan berbasis komunitas keagamaan memiliki tingkat adopsi yang lebih tinggi karena faktor kedekatan emosional dan kepercayaan.

Kendala yang dihadapi dalam program ini, seperti ketersediaan bahan dan keterbatasan waktu, sejalan dengan temuan Zhikra, Yosmarina (22) tentang tantangan implementasi program kesehatan berbasis komunitas. Teori aksesibilitas kesehatan menyoroti pentingnya memastikan ketersediaan sumber daya sebagai faktor penentu keberhasilan intervensi (23, 24). Perlunya integrasi dengan program ketahanan pangan atau pembudidayaan tanaman obat untuk mengatasi masalah ketersediaan bahan (25). Program ini mengimplementasikan prinsip Ottawa Charter melalui penguatan aksi masyarakat (*community action*) dan pengembangan keterampilan individu (*personal skills*) (26, 27).

Implikasi teoritis dari program ini memperkuat pentingnya pendekatan sosio-kultural dalam intervensi kesehatan masyarakat (28). Keterlibatan masyarakat yang tinggi dalam program ini memperkuat temuan bahwa intervensi kesehatan berbasis komunitas lebih efektif ketika melibatkan kelompok sosial yang sudah mapan, seperti majelis taklim. Untuk memastikan keberlanjutan, kolaborasi dengan pemangku kepentingan lokal seperti puskesmas dan kelompok tani dapat dikembangkan untuk menjamin ketersediaan bahan TOGA. Dengan demikian, program ini tidak hanya berhasil mencapai tujuan awalnya, tetapi juga membuka peluang untuk inovasi dan replikasi di komunitas lain. Kedepan, evaluasi jangka panjang diperlukan untuk mengukur dampak program dalam mengurangi beban penyakit dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat ini telah berhasil meningkatkan kapasitas ibu-ibu Majelis Taklim Al Istiqomah Baituroja dalam manajemen kesehatan mandiri melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dan teknik pemijatan. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan (70% peserta melaporkan efektivitas TOGA) dan perubahan perilaku kesehatan, dengan 45% peserta menggunakan TOGA secara harian. Program juga berhasil mengurangi ketergantungan pada obat kimia dan meningkatkan kemandirian kesehatan, meskipun terdapat kendala dalam ketersediaan bahan (40%)

dan teknik pengolahan (30%). Pendekatan partisipatif berbasis komunitas terbukti efektif, dengan 85% peserta merasa puas dan aktif menyebarkan pengetahuan ke lingkungan sosial mereka.

Perlunya ,embentuk kelompok pendampingan rutin (bulanan) untuk memantau penerapan TOGA dan pemijatan, sekaligus mengatasi kendala teknis seperti pengolahan bahan. Ibu-Ibu Majelis Taklim dapat membangun kebun TOGA komunitas bekerja sama dengan dinas pertanian setempat untuk menjamin ketersediaan bahan. Saran-saran ini dirancang untuk mengatasi kendala yang teridentifikasi sekaligus memastikan keberlanjutan dan perluasan dampak program, dengan fokus pada penguatan kapasitas komunitas dan kolaborasi multisektor.

Daftar Pustaka

1. Akbar MA. Buku Ajar Konsep-Konsep Dasar Dalam Keperawatan Komunitas. Yogyakarta: Deepublish; 2019.
2. Annisa TN, Putri NMD, Febrianah N, Aprillia R. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada Masyarakat. *Bakti Nusantara Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2024;1(2):36-43.
3. Akbar MA, Ferdi R. Pelayanan Home Care Dalam Meningkatkan Kemandirian Keluarga Merawat Anggota Keluarga Dengan Stroke. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Maarif Baturaja*. 2022;7(2):115-23.
4. Sujati NK, Akbar MA, Anggraeni H, Fadhillah L. Intervensi Akupresur untuk Neuropati Perifer pada Diabetes Melitus dengan Sindrom Lembab Limpa: Studi Kasus dan Literatur Review. *Faletehan Health Journal*. 2024;11(03):274-85.
5. Sujati NK, Fadhillah L, Akbar MA, Rustiati N, Khoiriyah IY. Penerapan dukungan perawatan diri dan akupunktur pada klien stroke dengan defisit perawatan diri: Studi kasus. *Menara Medika*. 2025;7(2):212-26.
6. Sari N, Andjasmara TC. Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat. *Jurnal Bina Desa*. 2023;5(1):124-8.
7. Atmojo M, Darumurti A. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2021;4(1):100-9.
8. Diana SN, Firmani U, Rahim AR, Widiharti W, Sukaris S. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Pencegahan Stunting. *DedikasiMU: Journal of Community Service*. 2024;6(1):105-11.
9. Susanti LD, Azzahra NS, Ansanía A, Larasati ET, Triliyani I, Khoiriyah M, et al. Budidaya tanaman obat keluarga sebagai upaya pemberdayaan masyarakat di Desa Tanggulangin. *DEDIKASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2024;6(2):145-60.
10. Azwar Y, Yanti N, Hendra D, Santi E, Noviyanti N, Maisi I. Penanaman Tanaman Obat Keluarga (Toga). *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2022;3(1):11-6.
11. Rosa EF, Arianti W, Akbar MA. Penerapan Massage Effleurage terhadap Penurunan Nyeri Akut Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*. 2023;14(2):104-10.
12. Jaya IF, Akbar MA, editors. Pengaruh Penerapan Foot Massage Terhadap Tingkat Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di RSUD Siti Fatimah. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan; 2024 2024*; Palembang: Universitas Sriwijaya.
13. Kurniawan S, Febriansa AF, Asfar A, Ramli R. Pengaruh Refleksi Massage Therapy terhadap Penurunan Kualitas Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis. *Window of Nursing Journal*. 2021;2(1):13-20.

14. Hazin M, Setiawan AC, Rahmawati NWD. Pemberdayaan Masyarakat dalam Mengembangkan Sentra Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dengan Model ABCD di Desa Jemundo. *TRIMAS: Jurnal Inovasi dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2023;3(2):27-35.
15. Lu P-Y, Wu H-Y, Chen L-H, Liu C-Y, Chiou A-F. The Effects of Self-Aromatherapy Massage on Pain and Sleep Quality in Patients with Rheumatoid Arthritis: A Randomized Controlled Trial. *Pain Management Nursing*. 2023;24(4):e52-e60.
16. Ghazanfari MJ, Karkhah S, Emami Zeydi A, Mortazavi H, Tabatabaee A, Adib-Hajbaghery M. A Systematic Review of Potentially Effective Nonpharmacological Interventions for Reducing Fatigue among Iranian Patients Who Receive Hemodialysis. *Complementary medicine research*. 2022;29(2):147-57.
17. Dwinata A, Siswanto MBE, Pratiwi EYR, Susilo CZ, Rochmania DD. Pemberdayaan Masyarakat Sekolah Peduli Sehat Melalui Penanaman Toga Di Sekolah Dasar. *ABIDUMASY Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2023;4(02):44-52.
18. Nurcahyo E, Azhara W, Keken K, Pangibi AA, Goy A. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Budidaya Tanaman Obat Keluarga (Toga) di Kelurahan Saragi, Kabupaten Buton. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2022;1(2):120-5.
19. Muntaha NG, Amin A. Difusi inovasi, diseminasi inovasi, serta elemen difusi inovasi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*. 2023;5(2):2548-54.
20. Akbar MA, Juniarti N, Yamin A. Meta-Synthesis of Community Health Nursing Strategy. *Asian Community Health Nursing Research*. 2020;2(1):33-40.
21. Dini AYR, Rohaeni E, Mahendra NP, Nopita D. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penanaman Toga Sebagai Upaya Sehat Dengan Herbal Asli Indonesia. *Health Care: Journal of Community Service*. 2024;2(1):45-9.
22. Zhikra N, Yosmarina R, Nabila K, Chania MS, Nursafia Y. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Hidroponik Sebagai Pemberdayaan Masyarakat Desa Mendalo Indah yang Bernilai Ekonomis. *Jurnal Abditani*. 2021;4(1):43-6.
23. Akbar MA, Sahar J, Rekawati E, Sartika RAD, Gupta P. The Effect of Community Based Intervention on People with Type 2 Diabetes Mellitus: Systematic Review. *Public Health of Indonesia*. 2025;11(S1):39-51.
24. Akbar MA, Sahar J, Rekawati E, Sartika RAD. Challenges and barriers to noncommunicable disease management at community health centers in South Sumatera Province, Indonesia: A qualitative study. *Nursing Practice Today*. 2025;12(2):190-201.
25. Simamora FA, Hidayah A. Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Panobasan Kecamatan Angkola Barat Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*. 2022;4(3):199-203.
26. Sujati NK, Akbar MA, Supangat S. Semangat Empat Lima Bersama Sekolah Islam Terpadu Tunas Cendikia Menkuatkan Pola Hidup Bersih Dan Sehat Dari Rumah. *Ekalaya: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia*. 2022;1(3):241-6.
27. Nies MA, McEwen M. *Community/Public Health Nursing: Promoting the Health of Populations* 8th Edition. St. Louis: Elsevier Health Sciences; 2023.
28. Akbar MA. Pengetahuan Kader Posbindu Terhadap Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. *Lentera Perawat*. 2024;5(1):97-102.