



PELATIHAN ASERTIF UNTUK MENURUNKANTINGKAT DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS

I Wayan Candra*, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Jl. Pulau Moyo No.33 A, Pedungan, Denpasar Selatan, Denpasar, Bali 80222, Indonesia

*suryabhrihaspathi@gmail.com

ABSTRAK

Pasien diabetes melitus terus bertambah jumlahnya seiring dengan pertambahan jumlah penduduk dan perubahan gaya hidup masyarakat. Data terakhir tahun 2023 tercatat jumlah pasien diabetes melitus mencapai 405 orang di Puskesmas Klungkung I. Pada umumnya pasien diabetes melitus mengalami depresi. Satu diantara upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan pelatihan asertif. Kegiatan pelatihan asertif bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang keadaan depresi dan perilaku asertif, memiliki kemampuan dalam melakukan asertif sehingga dapat mengambil keputusan dengan tepat dalam memperjuangkan hak sendiri tanpa mengganggu hak orang lain. Sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah 25 orang pasien diabetes melitus yang mengalami depresi. Kegiatan yang dilakukan adalah memberikan pelatihan ketrampilan dalam melakukan perilaku asertif dari persiapan dengan melakukan koordinasi persiapan sasaran, alat dan tempat, pelaksanaan pelatihan, dan evaluasi pengetahuan dan ketrampilan berperilaku asertif. Hasil akhir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan terjadi penurunan tingkat depresi pasien diabetes melitus setelah diberikan perilaku asertif sejumlah 22 orang (88%). Terjadi peningkatan pengetahuan 23 orang (92%) dan peningkatan kemampuan melakukan perilaku asertif sebesar 22 orang (88%).

Kata kunci: asertif; depresi; diabetes melitus

ASSERTIVE TRAINING TO REDUCE DEPRESSION LEVELS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS

ABSTRACT

Diabetes mellitus patients continue to increase in number along with population growth and changes in people's lifestyles. The latest data for 2023 recorded that the number of diabetes mellitus patients reached 405 people at the Klungkung I Community Health Center. In general, diabetes mellitus patients experience depression. One effort that can be done is to provide assertiveness training. Assertive training activities aim to increase knowledge about depression and assertive behavior, to have the ability to be assertive so that you can make appropriate decisions in fighting for your own rights without disturbing the rights of others. The targets of this community service activity are 25 diabetes mellitus patients who experience depression. The activities carried out are providing skills training in carrying out assertive behavior from preparation by coordinating the preparation of targets, tools and places, implementing training, and evaluating knowledge and skills in assertive behavior. The final result of the community service activities that had been carried out was a decrease in the level of depression in diabetes mellitus patients after being given assertive behavior to 22 people (88%). There was an increase in knowledge for 23 people (92%) and an increase in the ability to carry out assertive behavior for 22 people (88%).

Keywords: assertiveness; depression; diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Satu diantaranya jenis penyakit yang menyita perhatian kalangan masyarakat adalah Diabetes Melitus. Seseorang yang menderita penyakit diabetes melitus akan cenderung mengalami berbagai perubahan dalam hidupnya. Menurut World Health Organization (2019) diabetes melitus (DM) adalah penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur kadar gula darah. Hiperglikemia, atau peningkatan kadar gula darah yang berlebihan, merupakan efek umum dari diabetes yang tidak terkontrol dan seiring waktu dapat menyebabkan kerusakan serius pada banyak sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah. Diabetes Melitus adalah penyakit serius kronis yang terjadi baik ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah, atau glukosa), atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan (World Health Organization, 2020).

Data yang tercatat di Dinas Kesehatan Kabupaten Klungkung, jumlah penderita DM tahun 2022 mencapai 3.955 jiwa, dan pada tahun 2023 mengalami peningkatan menjadi 5.195 jiwa ((Dinkes Kabupaten Klungkung, 2023). Jumlah penyandang DM di wilayah kerja Puskesmas Klungkung I pada tahun 2023 adalah 405 orang, yang terdiri dari 257 orang laki-laki, dan 148 orang perempuan ((Puskesmas Klungkung I, 2023). Pasien diabetes melitus selain mengalami gangguan secara fisik namun berisiko mengalami gangguan psikologis seperti depresi. Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Klungkung I dengan pengukuran menggunakan skala depresi ditemukan sebagian penderita DM mengalami depresi. Data ini diperkuat dengan dilakukannya wawancara kepada beberapa orang pasien DM yang mengatakan sudah bosan berobat dan merasa sedih dengan keadaan sakit yang dialaminya. Jumlah pasien DM yang mengalami depresi di Puskesmas Klungkung I sebanyak 86 orang dari 156 orang yang diukur tingkat depresinya.

Penelitian Candra dkk (2023) yang dilakukan di Puskesmas Manggis I dan II Karangasem menemukan 33 orang pasien diabetes melitus mengalami Depresi. Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang sering terjadi pada pasien dengan penyakit kronis, termasuk diabetes melitus (DM). Kombinasi antara gangguan metabolik pada diabetes dan kondisi psikologis seperti depresi dapat memperburuk kualitas hidup pasien serta mempertinggi risiko komplikasi (Candra dkk, 2023). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pasien dengan diabetes melitus memiliki risiko dua hingga tiga kali lebih besar untuk mengalami depresi dibandingkan populasi umum (Smith, K. J, 2022). Faktor-faktor seperti beban penyakit, perubahan gaya hidup yang drastis, serta ketidakpastian terkait prognosis seringkali memicu depresi pada pasien DM (González dkk, 2021). Adanya depresi pada pasien diabetes juga dikaitkan dengan kurangnya kepatuhan terhadap pengobatan, yang berujung pada kontrol glikemik yang buruk dan peningkatan risiko komplikasi jangka panjang (Katon dkk, 2021).

Prevalensi depresi pada pasien diabetes melitus tidak memiliki hubungan dengan tipe diabetes melitus, pasien diabetes melitus yang mengalami gangguan keseimbangan kadar glukosa darah akan rentan mengalami depresi. Tingkat prevalensi depresi pada pasien diabetes melitus tiga kali lebih tinggi daripada depresi yang dialami oleh pasien yang tidak menderita diabetes melitus. Pasien diabetes melitus memiliki risiko lebih tinggi dan tingkat depresi dua kali lebih parah daripada penyakit lain, kemudian pasien diabetes melitus yang memiliki komplikasi memiliki prevalensi depresi lebih tinggi. Depresi lebih umum terjadi pada pasien dengan penyakit kronis salah satunya diabetes melitus. Bukti bahwa gejala depresi yang timbul pada pasien diabetes

melitus memengaruhi gejala fisik terkait dengan regulasi glukosa melalui jalur perawatan diri yang lebih buruk. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pemantauan dari aspek psikologi terutama skrining depresi pada pasien penyakit kronis yaitu diabetes melitus.

Mengatasi dampak dari depresi pada pasien diabetes melitus diperlukan upaya manajemen stres pada pasien diabetes melitus. Perilaku asertif dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus (Candra dkk., 2022). Penelitian Davis, M., Eshelman, E.R & McKay (2015) menemukan pelatihan asertif efektif untuk menurunkan depresi. Perilaku asertif yang mencakup kemampuan individu untuk menyatakan kebutuhan dan perasaan mereka dengan jelas tanpa mengorbankan hak orang lain, telah terbukti memiliki dampak positif dalam mengurangi depresi pada pasien diabetes melitus (DM). Studi menunjukkan bahwa mengajarkan perilaku asertif kepada pasien DM dapat membantu mereka menghadapi stresor yang terkait dengan manajemen penyakit kronis, yang pada akhirnya menurunkan tingkat depresi. Penelitian Martínez, dkk (2020) menemukan bahwa pasien DM yang dilatih untuk mengembangkan keterampilan asertif mengalami penurunan gejala depresi yang signifikan. Keterampilan ini memungkinkan pasien untuk lebih efektif dalam berkomunikasi dengan tenaga kesehatan, mengungkapkan kebutuhan mereka terkait perawatan, dan meningkatkan rasa kontrol diri terhadap manajemen penyakit. Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk menyebar luaskan atau mempublikasikan secara luas hasil pengabdian kepada Masyarakat pelatihan asertif untuk menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Klungkung I.

METODE

Pelaksanaan

Pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan perilaku asertif dilaksanakan dari tanggal 12-15 September tahun 2024. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pasien diabetes melitus yang mengalami depresi yang berjumlah 25 orang yang ada di wilayah kerja Puskesmas Klungkung I. Metode yang digunakan adalah ceramah, demonstrasi dan pelatihan yang diberikan kepada sasaran. Pen pencapaian tujuan diukur melalui pre dan post tes pengetahuan tentang depresi dan asertif dan kemampuan berperilaku asertif .

Alat dan bahan

Perangkat yang dipakai dalam kegiatan ini adalah seperangkat alat untuk sosialisasi secara verbal yaitu sound system dan laptop. Bahan penunjang untuk mencegah terjadinya *droplet infection* akibat adanya kontak pernafasan digunakan *hand sanitizer* dan masker. Spanduk digunakan untuk menunjang keberadaan latihan asertif.

Tahap Persiapan

Tim pengabdian kepada masyarakat dari Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan melakukan persiapan dengan mengadakan koordinasi dengan pihak Puskesmas Klungkung I untuk mengetahui kondisi serta lokasi tempat kegiatan. Bekerja sama dengan pemegang pokja di puskesmas untuk mendata dan mengumpulkan pasien diabetes melitus yang mengalami depresi.

Tahap Pelaksanaan

Hari pertama, Tim pengabdian kepada masyarakat dibantu oleh mahasiswa jurusan keperawatan memberikan Pre test dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan tentang materi depresi, asertif dan prosedur latihan asertif. Hari ke dua dengan memberi keterampilan latihan perilaku asertif dan mempraktikkannya dan hari ke tiga melakukan monitoring dan evaluasi.

Tahap Evaluasi

Evaluasi dengan melakukan post test meliputi tingkat depresi pasien diabetes melitus, tingkat pengetahuan terkait depresi dan perilaku asertif serta kemampuan partisipan melakukan perilaku asertif.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Praktik Latihan Asertif



Gambar 2. Kegiatan Monitoring dan Evaluasi Latihan Asertif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan asertif dilaksanakan dari tanggal 12-15 September tahun 2023. Sasaran pengabdian adalah pasien diabetes melitus yang mengalami depresi. Sebelum pelatihan dimulai dilakukan pre tes pengetahuan dan kemampuan berpikir dan berperilaku asertif. Dengan memberikan 10 soal jawaban pilihan Benar-Salah dan pre test skala depresi. Setelah menyelesaikan pre tes, dilakukan pelatihan perilaku asertif dimulai dengan menjelaskan pengetahuan tentang depresi dan perilaku asertif. Selanjutnya dilakukan demonstrasi melakukan perilaku asertif dan latihan melakukan perilaku asertif. Mengakhiri pelatihan dilakukan post tes terhadap tingkat pengetahuan sasaran dan keadaan depresi yang

dialami oleh pasien diabetes melitus dan kemampuan berperilaku asertif. Terakhir dilakukan monitoring dan evaluasi dari kegiatan pelatihan yang telah dilakukan kepada sasaran pengabdian.

Tabel 1.
Karakteristik Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Usia	Laki-Laki	Persentase	Perempuan	Persentase
41-50	-	-	1	4%
51-60	4	16%	6	24%
61-70	3	12%	7	28%
71-80	1	4%	3	12%

Tabel 1 menunjukkan karakteristik pasien diabetes melitus yang mengalami depresi di wilayah kerja Puskesmas 1 Klungkung terbanyak berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 17 orang (68%) sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 8 orang (32%) dengan rentang usia terbanyak 61-70 tahun dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang (28%) sedangkan laki-laki berjumlah 3 orang (12%). Pasien diabetes melitus memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami depresi, terutama pada kelompok usia dewasa muda hingga lanjut usia. Penelitian menunjukkan bahwa usia di atas 40 tahun cenderung memiliki risiko lebih tinggi terkena depresi, terutama pada pasien dengan diabetes tipe 2. Risiko depresi juga meningkat pada kelompok usia lansia (65 tahun ke atas) karena peningkatan komplikasi dan keterbatasan fisik yang sering menyertai diabetes (Park, M., Reynolds, C. F., & Depp, 2020). Fisher dkk (2019) menemukan pasien diabetes melitus tipe 2 berusia di atas 45 tahun lebih rentan mengalami depresi, terutama karena faktor-faktor seperti komplikasi fisik, kontrol gula darah yang buruk, dan perubahan gaya hidup yang signifikan.

Tabel 2.
Penilaian Pre Test terhadap Tingkat Depresi, Pengetahuan Asertif dan Keterampilan Perilaku Asertif Pasien diabetes melitus

Penilaian	Pre Test	
	f	%
Tingkat Depresi	25	100
Tingkat Pengetahuan	23	92

Tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh pasien diabetes melitus mengalami depresi sebanyak 25 orang (100%), memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebanyak 23 orang (92%), sedangkan seluruh sasaran pengabdian 25 orang (100%) tidak mampu melakukan perilaku asertif. Penelitian oleh Park, M., Reynolds, C. F., & Depp (2020) menunjukkan bahwa pasien dengan diabetes melitus tipe 2 memiliki prevalensi depresi yang lebih tinggi dibandingkan populasi umum. Penelitian ini menemukan bahwa sekitar 20-25% pasien diabetes tipe 2 mengalami depresi, dengan prevalensi lebih tinggi pada pasien dengan kontrol glikemik yang buruk dan komplikasi yang parah. (Nouwen dkk, 2019) menemukan bahwa pasien dengan diabetes tipe 2 memiliki peningkatan risiko sebesar 24% untuk mengembangkan depresi. Penelitian ini juga menyoroti bahwa depresi pada pasien diabetes melitus meningkatkan risiko kontrol glikemik yang buruk dan komplikasi kesehatan lebih lanjut.

Tabel 3.
Penilaian Post Test terhadap Tingkat Stres, Pengetahuan Asertif dan Keterampilan
Perilaku Asertif Pasien Hipertensi

Penilaian	f	%
Tingkat Depresi	22	88%
Tingkat Pengetahuan	23	92%
Mampu melakukan Perilaku Asertif	22	88%

Tabel 3 menunjukkan pasien diabetes melitus yang mengalami penurunan tingkat Depresi 22 orang (88%). Terjadi peningkatan skor pengetahuan sejumlah 23 orang (92%). Setelah diberikan pelatihan perilaku Asertif terjadi peningkatan kemampuan berperilaku Asertif sejumlah 22 orang (88%). Penelitian oleh Al-Harthy, M., Wahid, M., & Al-Shammari, (2020) menemukan bahwa perilaku asertif pada pasien diabetes melitus dapat menurunkan tingkat depresi. Perilaku asertif memungkinkan pasien untuk lebih terbuka dalam berkomunikasi dengan tenaga medis dan keluarga mengenai kebutuhan mereka, yang berkontribusi pada peningkatan kepatuhan terhadap pengobatan serta perasaan kontrol yang lebih baik terhadap kondisi mereka, yang pada akhirnya mengurangi risiko depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Khurana, R., Sharma, V., & Choudhary (2021) menemukan bahwa pasien diabetes melitus yang mengembangkan perilaku asertif cenderung memiliki tingkat depresi yang lebih rendah. Penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang lebih mampu mengungkapkan kebutuhan dan emosinya, serta terlibat secara aktif dalam pengambilan keputusan terkait pengelolaan diabetes, memiliki risiko lebih rendah mengalami depresi. (Santos, M. A., Cardoso, G., & Zanetti, 2019).

Intervensi perilaku asertif yang diberikan kepada pasien diabetes melitus secara signifikan menurunkan tingkat depresi. Pasien yang mengikuti program pelatihan asertif menunjukkan penurunan skor depresi sebesar 15% dibandingkan dengan kelompok kontrol, yang tidak menerima intervensi serupa. Penelitian Ghasemi, Z., Rahmani, A., & Mohammadi (2020) menemukan bahwa pelatihan pendidikan kesehatan yang berfokus pada perilaku asertif secara signifikan meningkatkan pengetahuan pasien diabetes melitus tentang depresi dan kemampuan mereka untuk berkomunikasi secara asertif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pelatihan, terjadi peningkatan pemahaman pasien tentang keadaan depresi dapat memengaruhi pengelolaan diabetes serta cara berkomunikasi secara efektif dengan tenaga kesehatan. Penelitian oleh Sousa, M., Pereira, M., & Carvalho (2019) menemukan bahwa program pelatihan yang menggabungkan pendidikan tentang depresi dan pelatihan perilaku asertif pada pasien diabetes melitus mampu meningkatkan pengetahuan pasien tentang faktor-faktor risiko depresi dan cara mencegahnya. Hasilnya menunjukkan peningkatan pemahaman pasien tentang pentingnya perilaku asertif dalam mengelola kondisi psikologis mereka. Modul Pelatihan perilaku Asertif diberikan sebelum pelatihan kepada sasaran pengabdian peserta pelatihan agar dapat menjadi panduan kegiatan latihan perilaku asertif sehari-hari. Modul berisi informasi tentang Depresi dan perilaku Asertif serta tahapan melakukan latihan perilaku Asertif. Sebanyak 25 exemplar modul diberikan kepada sasaran pengabdian peserta pelatihan. Hand sanitizer juga diberikan untuk meningkatkan higienitas peserta serta pemberian masker untuk mencegah penyebaran virus melalui udara sehingga kegiatan pelatihan perilaku Asertif aman dilakukan bersama-sama.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan asertif bagi pasien diabetes melitus yang mengalami depresi di wilayah kerja Puskesmas Klungkung I, telah terjadi penurunan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebesar 22 orang (88%), peningkatan tingkat

pengetahuan pada pasien diabetes melitus yang mengalami depresi sebesar 23 orang (92%), dan mampu melakukan perilaku asertif sebesar 22 orang (88%), 3 orang (12%) belum mampu berperilaku asertif.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Harthy, M., Wahid, M., & Al-Shammari, A. (2020). Assertive behavior as a protective factor against depression in patients with type 2 diabetes mellitus: A cross-sectional study. *Journal of Diabetes Research*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1155/2020/5674932>
- Candra, I W., Harini, I G A., Lestari, A.S.L., Gama., & Wijaya, D. G. S. . (2022). The Effect of Assertive Behavior on Depression in Diabetes Mellitus Patients. *Eduvest –Journal of Universal Studies*, 2(9), 1776–1784. <https://eduvest.greenvest.co.id/index.php/edv/article/view/581/1188>
- Candra, I W., Harini, I G A., Sumirta, I N., Ruspawan, I D M., Mertha, I M., Hartati, N N., & Suntari, N. L. P. Y. (2023). The Effect of Positive Thinking on Depression Level in Diabetes Mellitus Patients. *Azerbaijan Medical Journal*, 63(1). 6845-6853 https://www.azerbaijanmedicaljournal.net/volume/AMJ/63/01/the-effect-of-positive-thinking-on-depression-level-in-diabetes-mellitus-patients-63c7b3899_eda3.pdf
- Davis, M., Eshelman, E.R & McKay, M. (2015). *Panduan Relaksasi dan Reduksi Stres (Edisi III)*. Penerbit Buku kedokteran EGC.
- Dinkes Kabupaten Klungkung. (2023). *Laporan Tahunan Kejadian Diabetes Melitus*.
- Fisher, L., Hessler, D., Polonsky, W., & Mullan, J. (2019). When is diabetes distress clinically meaningful? Establishing cut points for the Diabetes Distress Scale. *Diabetes Care*, 42(5), 832–837. <https://doi.org/https://doi.org/10.2337/dc18-1619>
- Ghasemi, Z., Rahmani, A., & Mohammadi, E. (2020). Effectiveness of assertiveness training in improving knowledge and behavior regarding depression in patients with diabetes: A quasi-experimental study. *BMC Nursing*, 19(1), 47. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12912-020-00430-9>
- González, J. S., Peyrot, M., McCarl, L.A., & Collin, E. M. (2021). Diabetes and depression: A reciprocal relationship. *Diabetes Care*, 44(4), 885–892. <https://doi.org/https://doi.org/10.2337/dc20-1751>
- Katon, W. J., Wilson, J F., Efstein, M., & Friedman, T. (2021). The relationship between depression and diabetes control. *Lancet Diabetes & Endocrinology*, 11(1), 33–39.
- Khurana, R., Sharma, V., & Choudhary, D. (2021). Role of assertiveness in reducing depressive symptoms among individuals with type 2 diabetes mellitus: A behavioral intervention approach. *International Journal of Behavioral Medicine*, 28(2), 334–342. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12529-021-09923-5>
- Martínez, J. L., Grana, O., Pisano, D C., & Borrero, C. (2020). Assertiveness training to improve depressive symptoms and self-care in type 2 diabetes patients: A 12-week intervention

- study. *Journal of Behavioral Medicine*, 43(5), 775–796. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10865-020-00141-2>
- Nouwen, A., Winkley, K., Twisk, J., Lloyd, C. E., Peyrot, M., & Pouwer, F. (2019). Type 2 diabetes mellitus as a risk factor for the onset of depression: A systematic review and meta-analysis. *Diabetologia*, 62(5), 785–796. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s00125-019-4820-4>
- Park, M., Reynolds, C. F., & Depp, C. (2020). Diabetes and depression: Epidemiology and treatment options. *Psychiatry Investigation*, 17(6), 540–548. <https://doi.org/https://doi.org/10.30773/pi.2020.0090>
- Puskesmas Klungkung I. (2023). *Laporan Tahunan Kejadian Diabetes Melitus*.
- Santos, M. A., Cardoso, G., & Zanetti, M. L. (2019). The effect of assertiveness training on depressive symptoms in individuals with type 2 diabetes: A randomized controlled trial. *Diabetes Therapy*, 10(3), 1051–1062. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s13300-019-0613-8>
- Smith, K. J., Stadler, Z., Segal, N. H., & Kardia, L. R. (2022). Depression in patients with diabetes: Prevalence and clinical implications. *Diabetes Spectrum*, 35(3), 182–189. <https://doi.org/https://doi.org/10.2337/ds21-0083>
- Sousa, M., Pereira, M., & Carvalho, R. (2019). The impact of combined educational programs on knowledge of depression and assertiveness in diabetic patients: A clinical trial. *Patient Education and Counseling*, 102(10), 1812–1819. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.pec.2019.05.027>
- World Health Organization. (2020). Global Report on Diabetes. In *ISBN* (Vol. 978).
- World Health Organization. (2019). *Diabetes*. [tps://www.who.int/health-topics/diabetes](https://www.who.int/health-topics/diabetes)