

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan mengenai pengaruh kombinasi terapi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik terhadap kadar gula darah acak pada penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya, peneliti merumuskan kesimpulan bahwa sebelum diberikan intervensi, rerata kadar gula darah acak responden sebesar 279,43 mg/dL. Setelah diberikan kombinasi terapi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik, rerata kadar gula darah acak mengalami penurunan menjadi 232,93 mg/dL dengan rerata penurunan sebesar 46,50 mg/dL. Hasil uji statistik menggunakan *paired sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Angka tersebut membuktikan secara empiris bahwa pemberian kombinasi terapi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan kadar gula darah acak pada penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya. Keefektifan kombinasi terapi ini diduga didukung oleh stimulasi akupresur pada titik ST36 dan SP6 yang membantu meningkatkan regulasi metabolisme glukosa, sekresi dan sensitivitas insulin, serta terapi musik klasik Mozart yang memberikan efek relaksasi melalui modulasi sistem saraf otonom dan sumbu *hipotalamus-hipofisis-adrenal* (HPA axis), sehingga keduanya bekerja secara sinergis dalam membantu menurunkan dan mengendalikan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe II

Penderita diabetes melitus tipe II disarankan menerapkan terapi kombinasi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik Mozart secara mandiri di rumah sebagai terapi komplementer yang mendampingi pengobatan medis utama. Terapi ini diharapkan dilakukan secara rutin dan konsisten untuk membantu meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, serta meningkatkan sensitivitas insulin sehingga dapat membantu pengendalian kadar glukosa darah. Selain itu, penderita tetap diharapkan patuh mengonsumsi obat antidiabetes sesuai anjuran dokter serta menjaga pola hidup sehat, seperti mengatur pola makan, meningkatkan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, dan menghindari kebiasaan yang dapat memperburuk kadar gula darah seperti konsumsi makanan tinggi gula dan lemak serta kurangnya aktivitas fisik.

7.2.2 Bagi Keluarga Penderita Diabetes Melitus Tipe II

Keluarga penderita diabetes melitus tipe II disarankan untuk memberikan dukungan dan pendampingan dalam proses pengelolaan penyakit, terutama dalam membantu penderita menerapkan pola hidup sehat serta menjalankan terapi komplementer secara rutin. Dukungan keluarga dapat diberikan melalui pengingat konsumsi obat, membantu mengatur pola makan, mendukung aktivitas fisik yang sesuai, serta mendampingi penderita dalam melakukan kombinasi terapi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik Mozart secara mandiri di rumah. Keterlibatan keluarga diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan kepatuhan penderita dalam melakukan pengelolaan diabetes sehingga pengendalian kadar glukosa darah dapat lebih optimal.

7.2.3 Bagi Perawat Puskesmas

Perawat di fasilitas pelayanan kesehatan, khususnya Puskesmas, dapat mengintegrasikan terapi kombinasi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik Mozart ke dalam program pelayanan kesehatan, terutama pada pengelolaan penyakit tidak menular (PTM). Tenaga keperawatan diharapkan dapat memberikan edukasi terstruktur serta pelatihan praktis kepada penderita diabetes melitus tipe II dan kader kesehatan mengenai tata cara pelaksanaan akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta penggunaan terapi musik klasik Mozart sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP). Melalui upaya tersebut, perawat dapat membantu meningkatkan kemandirian pasien dalam melakukan terapi komplementer secara berkelanjutan guna mendukung pengendalian kadar glukosa darah dan meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe II.

7.2.4 Bagi Institusi Puskesmas

Institusi kesehatan disarankan untuk mempertimbangkan penerapan kombinasi terapi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik Mozart sebagai terapi komplementer pendamping bagi penderita diabetes melitus tipe II sesuai dengan kondisi dan kebutuhan pasien. Selain itu, institusi kesehatan diharapkan dapat memfasilitasi pelatihan bagi tenaga kesehatan mengenai teknik akupresur yang sesuai standar operasional prosedur (SOP), menyediakan media edukasi terkait terapi komplementer, serta mendukung pelaksanaan penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat agar diperoleh bukti ilmiah yang semakin mendukung penerapan terapi tersebut dalam pelayanan kesehatan.

7.2.5 Bagi Dosen dan Mahasiswa

Dosen dan institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk menjadikan

hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan medikal bedah dan terapi komplementer dalam pengelolaan diabetes melitus tipe II. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan mengenai penerapan intervensi nonfarmakologis berbasis bukti (*evidence-based nursing*) yang dapat mendukung terapi farmakologis. Dosen juga diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian lanjutan terkait terapi komplementer dengan metode penelitian yang lebih kuat guna memperkaya bukti ilmiah dalam praktik keperawatan.

7.2.6 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan sampel penelitian dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar serta memperpanjang durasi intervensi agar efektivitas jangka panjang dari kombinasi terapi akupresur pada titik ST36 dan SP6 serta terapi musik klasik Mozart dapat diamati secara lebih akurat. Peneliti berikutnya juga diharapkan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti *true experiment* dengan kelompok kontrol, guna meningkatkan validitas hasil penelitian. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu mengontrol variabel perancu seperti tingkat stres, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, kepatuhan diet, serta indeks massa tubuh (IMT) responden agar hasil penelitian lebih akurat dan tidak dipengaruhi oleh faktor lain di luar intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Huether SE, McCance KL. Buku Ajar Patofisiologi. 6th ed. Vol. 1. Singapore: Elsevier; 2019.
2. International Diabetes Federation (IDF). Diabetes Atlas. Journal of Diabetes. 11th ed. Bangkok: The Lancet Diabetes and Endocrinology; 2025. 1–130 p.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). Kemenkes. Jakarta: Kemenkes; 2023.
4. Kemenkes. Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2024.
5. Astuti NM, Yuliasuti C, Farida I. Peningkatan Keterampilan Injeksi Pasien Diabetes dengan Menggunakan Self Insulin Injection Simulation Tool (SIIST). Journal of Telenursing (JOTING). 2023;5(1):201–10. doi:10.31539/joting.v5i1.5607
6. Dewanti NP, Sukendra DM. Lifestyle dengan Diabetes Melitus Tipe II pada Wanita Usia Produktif di Puskesmas Kedungmundu. Higeia Journal of Public Health Research and Development. 2024;8(3):371–83.
7. Decroli E. Diabetes Melitus Tipe 2. 1st ed. Vol. 17. Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas; 2019. 1–65 p.
8. Febrinasari RP, Sholikhah TA, Dyonisa Nasirochmi Pakha dan SEP. Buku Saku Diabetes Melitus untuk Awam. 1st ed. In. Jawa Tengah: Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS Press); 2020. p. 79.
9. Patemah, Hapsari FI, Hanung P, Purwanto, Ningtyas LAW, Badri S, et al. Konsep dan Aplikasi Terapi Akupresur dan Akupuntur. Vol. 17. Bandung, Jawa Barat: Media Sains Indonesia; 2020. 1–278 p.
10. Latri NKWD, Mardiyono, Widiyanto B, Pujiastuti SE, Djamil M. Buku Panduan Konsumsi Air Alkali dan Akupresur Terhadap Kadar Gula Darah Puasa dan Nilai ABI Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. 1st ed. Semarang: Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang; 2020.
11. Hall JE, Hall ME. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. 14th ed. Singapore: Elsevier; 2023.
12. Suryati I, Primal D, Sulni RP. Pengaruh Terapi Musik Flute Terhadap Penurunan Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal). 2021;8(1):39–44. doi:10.33653/jkp.v8i1.597

13. Saras T. *Terapi Musik : Harmoni Jiwa dan Tubuh melalui Getaran Bunyi*. Semarang: Tiram Media; 2023.
14. Hadnagy M, Szabo J, Marton L, Varga B, Erdelyu O, Szollosi T, et al. The Effects of Active and Relaxing Music On The Short-Term Memory, Attention and Metabolic Parameters of Type 2 Diabetes Patients (T2DM). *Med Pharm Rep*. 2025;98(1):60–6. doi:10.15386/mpr-2650
15. Zaid Aljulifi M. *Paradigm of Complementary and Alternative Medicine in Type 2 Diabetes. Type 2 Diabetes in 2024 - From Early Suspicion to Effective Management*. 1st ed. 2023.
16. Jumari J, Waluyo A, Jumaiyah W, Natasha D. Pengaruh Akupresur terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Persadia RS Islam Jakarta Cempaka Putih. *Journal of Telenursing (JOTING)*. 2019;1(1):38–50. doi:10.31539/joting.v1i1.536
17. Sartika A, Nurpratiwi Y, Herlina L, Wahyuni A, Nurhayati. Efektivitas Senam Kaki dan Akupresur Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ners*. 2026;10:1748–53.
18. Sulistyawati A, Maryati S, Sari DA. Upaya Penerapan Terapi Akupresur Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Pajangan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*. 2024;12(2).
19. Dedu BSS, Rahayu FE, Amir N. Harmonisasi Musik Dan Tari Tradisional Dalam Penanganan Hipertensi Dan Diabetes Melitus Pada Lansia. *Jurnal Ners*. 2025;9:3859–68.
20. Anggita PR, Sucipto A, Amestiasih T. Pengaruh Rubber Band Resistance Exercise Kombinasi Terapi Musik Terhadap Kadar Gula Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tegallalang II Kabupaten Gianyar. *Jurnal Citra Keperawatan*. 2021;9(2):87–95.
21. Ramadhani Y, Siregar SDB, et al. The Effect of Classical Music Therapy on Reducing Blood Sugar Levels in Wounded Patients with Foot Type Diabetes II in the Beautiful Wound Care Center Medan. *International Journal of Public Health Excellence (IJPHE)*. 2023;3(1):45–53. doi:10.55299/ijphe.v3i1.402
22. Djohan, Tyasrinestu F, Sualang LAE. Pengaruh Mendengarkan Musik Terhadap Kondisi Relaksasi. *Resital*. 2022;23(3):190–201.
23. Najafi SS, Ghorbani H, Yoosefinejad AK, Kalyani MN. The Effect of Acupressure on Fasting Blood Glucose and Glycosylated Hemoglobin Levels in Diabetic Patients: A Randomized Controlled Trial. *Int J Community Based Nurs Midwifery*. 2021;9(2):152–8. doi:10.30476/ijcbnm.2021.86059.1318

24. PPNI. Pedoman Standar Operasional Keperawatan. 1st ed. Jakarta: DPP PPNI; 2021.
25. Fitriaturohmah A, Sari N. Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Pasca Seksio Sesarea Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanggung Kabupaten Sumedang. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*. 2021;3(2):1–8.
26. Napitupulu M, Sutriningsih. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Lansia Penderita Insomnia. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*. 2019;4(2):70–5.
27. Wahyuningsih T, Faturahman A. Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Lansia Penderita Insomnia. *Osadha Wedyah*. 2025;4(1):8–17.
28. Helmawati T. Cegah Diabetes Sebelum Terlambat. 1st ed. Yogyakarta: Healthy; 2021.
29. Soelistijo SA. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia-2021. Indonesia: PB Perkeni; 2021.
30. Suryati I. Buku Keperawatan Latihan Efektif untuk Pasien Diabetes Mellitus Berbasis Hasil Penelitian. Yogyakarta: CV Budi Utama; 2021.
31. Setianto A, Maria L, Firdaus AD. Faktor Yang Mempengaruhi Kestabilan Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Usia Dewasa Dan Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*. 2023;12(2).
32. Atmoko T, Solehudin Solehudin, Lanasari Lanasari. Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gula Darah Pada Penderita Diabetes Meilitus Tipe 2 Di RSUD Cempaka Putih. *Jurnal ilmu Kesehatan Umum*. 2024;2(2):72–89. doi:10.61132/vitamin.v2i2.289
33. Triandhini RLNKR, Agustina V, Siabila YG. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSU Sinar Kasih Gereja Kristen Sulawesi Tengah Tentena. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 7(1):2022.
34. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Global Initiative for Asthma. 2021;46.
35. Perry AG, Putter PA, Ostondorf WR. *Clinical Nursing Skills & Techniques*. 9th ed. 3251 Riverport Lane, St. Louis, Missouri 63043: Elsevier; 2018.
36. Committee ADAPP. Diagnosis and Classification of Diabetes: Standards of Care in Diabetes-2025. *Diabetes Care*. 2025;48:S27–49. doi:10.2337/dc25-S002

37. Ali IH, Batmomolin A, Olii N, Alow GBH, Nurbaiti, Tangka J, et al. *Metodologi Penelitian*. 1st ed. Jawa Tengah: PT.Media Pustaka Indo. 1–162 p.
38. Yakin IH. *Metodologi Penelitian (Kuantitatif dan Kualitatif)*. 1st ed. Garut: CV. Aksara Global Akademia; 2023.
39. Wahditiya AA, Yunus A, Tebai N, Ndari PW, Cahya G, Antou LLD, et al. *Metode Penelitian Statistik*. 1st ed. Sumatra Barat: Yayasan Tri Edukasi Ilmiah Redaksi; 2025. 1–119 p.
40. Forester BJ, Khater AIA, Afgani MW, Isnaini M. *Penelitian Kuantitatif: Uji Reliabilitas*. Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Pengabdian Kepada Masyarakat. 2024;4.
41. Sundari UY, Panudju AAT, Nugraha AW, Purba F, Erlina Y, Nurbaiti N, et al. *Metodologi Penelitian*. 1st ed. Padang: CV. Gita Lentera; 2024. 1–146 p.
42. Redhana IW. *Etika Penelitian dan Publikasi*. 1st ed. Jawa Barat: CV. Alfabeta Indonesia; 2025. 1–278 p.
43. Hulett NA, Scalzo RL, Reusch JEB. Glucose Uptake By Skeletal Muscle Within The Contexts of Type 2 Diabetes and Exercise. *Nutrients*. 2022;14(3).
44. Kulkarni A, Muralidharan C, May SC, Tersey SA, Mirmira RG. Inside The β Cell: Molecular Stress Response Pathways in Diabetes Pathogenesis. *Endocrinology (United States)*. 2023;164(1).
45. Nurman K, Nur EIY, Khasanah TA. Hubungan Aktivitas Fisik dan Kekuatan Massa Otot dengan Kadar Gula Darah Sewaktu. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 2020;7(1):11–9.
46. Z RM, Lastri S, Santi TD. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada Usia Middle (45-59) Di Wilayah Kerja Puskesmas Indrapuri Kecamatan Indrapuri Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2023;4(2):1767–74.
47. Willer AK, Leutner M, Harreiter J. Sex Differences In Type 2 Diabetes. *Diabetologia*. 2023.
48. Wroblewski A, Strycharz J, Oszejka K, Czarny P, Swiderska E, Matyjas T, et al. Dysregulation Of Inflammation, Oxidative Stress, And Glucose Metabolism-Related Genes and miRNAs in Visceral Adipose Tissue of Women with Type 2 Diabetes Mellitus. *Medical Science Monitor*. 2023;29.
49. Torus SMB, Halim R, Butar MB, Syukri M. Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe II pada Wanita Kelompok Umur ≥ 15 Tahun di Indonesia Analisis Data Survei Kesehatan Indonesia 2023. *Jurnal Kesehatan Amanah*. 2026;10(1):252–65.

50. Maulidah NL. Persentase Lemak Tubuh dan Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Prosiding Seminar Nasional. 2024;7.
51. Huether SE, McChance KL. Buku Ajar Patofisiologi. 6th ed. Vol. 2. Singapore: Elsevier; 2019.
52. Parera YF, Hinga IAT, Riwu YR. Analisis Faktor Risiko Yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang Tahun 2023. Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. 2023;2(4):991–1000. doi:10.55123/sehatmas.v2i4.2516
53. Rediningsih DR, Lestari IF. Riwayat Keluarga dan Hipertensi Dengan Kejadian Diabetes Melitus tipe II. Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia. 2022;3(1):2030. doi:10.15294/jppkmi
54. ALSharit BA, Alhalal EA. Effects Of Health Literacy On Type 2 Diabetic Patients' Glycemic Control, Self-Management, And Quality Of Life. Saudi Med J. 2022;43(5):465–72.
55. Janah D, Widyastuti Hariati N, Studi Gizi dan Dietetika P, Kemenkes Banjarmasin P, Gizi J. Hubungan Pengetahuan, Pola Konsumsi, dan Aktivitas Fisik terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Jurnal Riset Pangan dan Gizi (JR-Panzi. 2024;6(2).
56. Rahayuningsih MS, Juniarsana W, Komang Wiardani N, Poltekkes JG, Denpasar K. Hubungan Aktivitas Fisik dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Pasien DM Tipe 2. Journal of Nutrition Science. 2023;12(3).
57. Britton LE, Kaur G, Zork N, Marshall CJ, George M. We Tend To Prioritise Others And Forget Ourselves : How Women's Caregiving Responsibilities Can Facilitate Or Impede Diabetes Self-Management. Diabetic Medicine. 2023;40(3).
58. Syatriani S, Hyas H, Indri. Gambaran Pengelolaan Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Bambang Kabupaten Mamasa Provinsi Sulawesi Barat. Jurnal Mitra Sehat. 2023;13(2).
59. Fitriyah CN, Herdiani N. Konsumsi gula dan kebiasaan merokok dengan kejadian diabetes melitus di Puskesmas Gading Surabaya. JIK: Jurnal Ilmu Kesehatan. 2022;6(2):467–76. doi:10.33757/jik.v6i2.567
60. Abebe A, Wobie Y, Kebede B, Wale A, Destaw A, Ambaye AS. Self-Care Practice and Glycemic Control Among Type 2 Diabetes Patients on Follow Up In A Developing Country. J Diabetes Metab Disord. 2022;21(1):455–61.
61. Herman R, Kravos NA, Jensterle M, Janez A, Dolzan V. Metformin and Insulin Resistance. Int J Mol Sci. 2022;23(3).

62. Suprapti B, Izzah Z, Anjani AG, Andarsari MR, Nilamsari WP, Nugroho CW. Prevalence of Medication Adherence and Glycemic Control Among Patients With Type 2 Diabetes and Influencing Factors. *Glob Epidemiol*. 2023;5.
63. Fan X, Liu Y, Li S, Yang Y, Zhao Y, Li W, et al. Comprehensive Landscape-Style Investigation Of The Molecular Mechanism Of Acupuncture At ST36 Single Acupoint On Different Systemic Diseases. *Heliyon*. 2024;10(4).
64. Merrins MJ, Kibbey RG. Glucose Regulation of β -Cell KATP Channels. *Diabetes*. 2024;73:856–63.
65. Priyadharshini S, Mooventhan A, Saravanan V, Mangaiarkarasi N. Effects Of Needling at Sanyinjiao (SP6) Acupuncture Point On Blood Glucose Levels And Cardiovascular Functions In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus. *Digital Chinese Medicine*. 2024;7:224–30.
66. Si Y, Chen J, Chen L, Zheng Y, Qiu Y, Wang B, et al. The Effect Of Acupuncture On Blood Glucose Control In Patients With Type 2 Diabetes. *Front Endocrinol (Lausanne)*. 2025;16.
67. Han S. The Role Of Mechanoreceptors In Acupuncture. *Med Nov Technol Devices*. 2023;17.
68. Jiang J feng. Regional Heterogeneity Of Acupoints Stimulation In The Modulation Of Autonomic Nerve System. *World Journal of Acupuncture - Moxibustion*. 2024;34(2):77–82.
69. Cheng H, Peng Z, Si S, Alifu X, Zhou H, Chi P, et al. Neutralization Activity Against SARS-CoV-2 Variants After Booster Vaccination in Populations Without COVID-19. *Vaccines (Basel)*. 2022;10(7).
70. Hadad R, Akobe SF, Weber P, Masden C V, Larsen BS, Madsbad S, et al. Parasympathetic Tonus In Type 2 Diabetes And Pre-Diabetes And Its Clinical Implications. *Sci Rep*. 2022;12(1). doi:10.1038/s41598-022-22675-2.
71. Herlina M, Berutu H, et al. Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe II di Poliklinik Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*. 2023;9(1):82–90.
72. Adiasto K, Beckers DGJ, Van Hooff MLM, Roelofs K, Geurts SAE. Music Listening and Stress Recovery In Healthy Individuals. *PLoS One*. 2022;17.
73. Lata F, Kourtesis I. Listening To Music As a Stress Management Tool. *European Psychiatry*. 2021;64:S609–S609.
74. Hyun U, Sohn JW. Autonomic Control of Energy Balance and Glucose Homeostasis. *Exp Mol Med*. 2022;54(4):370–6.

75. O'connor DB, Thayer JF, Vedhara K. Stress and Health: *Annu Rev Psychol.* 2026;56(23).
76. Kivimaki M, Bartolomucci A, Kawachi I. The Multiple Roles of Life Stress in Metabolic Disorders. *Nature Reviews Endocrinology.* 2023. p. 10–27.
77. Sanogo F, Xu K, Cortessis VK, Weigensberg MJ, Watanabe RM. Mind and Body Based Interventions Improve Glycemic Control in Patients with Type 2 Diabetes. *Journal of Integrative and Complementary Medicine.* 2023;29(2):69–79. doi:10.1089/jicm.2022.0586
78. Khuril Rosyida M, Prasetya H, Tamtomo D. Effect of Acupressure on Blood Glucose Level in Diabetes Mellitus Patients. *Indonesian Journal of Medicine.* 2023;68–78. doi:10.26911/theijmed.2023.08.01.07
79. Asmat K, Dhamani K, Gul R, Floelicher ES. The Effectiveness Of Patient-Centered Care vs. Usual Care In Type 2 Diabetes Self-Management. *Front Endocrinol (Lausanne).* 2022.
80. Yosef T, Nureye D, Tekalign E, Assefa E, Shifera N. Medication Adherence and Contributing Factors Among Type 2 Diabetes Patients at Adama Hospital Medical College in Eastern Ethiopia. *SAGE Open Nurs.* 2023;9.
81. Chen Z, Liu X an, Kenny PJ. Central and Peripheral Actions Of Nicotine That Influence Blood Glucose Homeostasis And The Development Of Diabetes. *Pharmacol Res.* 2023;194. doi:10.1016/j.phrs.2023.106860.