BUKU PANDUAN
INDIVIDUAL MONITORING DIABETES - 2024

Nama Klien : ....

Tempat/Tgl Lahir : ..../..........-...........-.........

Alamat : ....

Penyusun

Ketua:

M. Ischaq Nabil As Shiddiqi, S.Kep.,Ns.,MNS

Anggota:

Risaldi A. Ali
Ucup Firdaus
Amalia Prasetyaningsih
Vika Aslikhatus Syaro

Apa itu Diabetes Melitus tipe 2 ?

Diabetes melitus tipe 2 dikenal dengan penyakit gula yang biasanya timbul karena rusaknya insulin di dalam tubuh yang dapat menyebabkan kadar gula dalam darah meningkat

Tanda dan gelaja diabetes Melitus tipe 2

Sering merasa haus

Sering merasa lapar

Sering kencing

Sering merasa lelah

Dampak diabetes Melitus tipe 2

1. Fisiologis

Diabetes melitus tipe 2 yang tidak terkontrol akan menimbulkan dampak fisiologis berupa komplikasi seperti :

- Luka diabetes yang tidak kunjung sembuh
- Penyakit pada ginjal, jantung, hati, kehilangan penglihatan

2. Psikologis

Dampak psikologis yang dialami oleh penderita diabetes yaitu :

- Stress
- Kecemasan dan kekhawatiran
- ketakutan terkait pengendalian penyakit.

Dampak psikologis disebabkan oleh :

1. Gula darah yang tidak terkontrol dengan baik
2. Lama menderita penyakit
3. Komplikasi yang di alami
4. Tuntutan keluarga.
5. Lamanya proses penyembuhan
6. Harus mengubah gaya hidup dengan melakukan diet ketat

Manajemen Diabetes Melitus Tipe 2

1. Edukasi

1. Edukasi mengenai manajemen diri : keyakinan seseorang bahwa dirinya dapat mengelola dan mengendalikan penyakitnya seperti : dapat mengontrol pola makan, mengontrol kadar gula darah, melakukan aktivitas fisik, dan melakukan perawatan diri.

Manejemen diri yang tinggi membuat lansia lebih percaya diri dalam menghadapi penyakitnya sehingga pasien dapat melakukan perilaku yang mendukung peningkatan status kesehatan dan dapat mengelola perawatan diri yang tepat.

Lanjutan….

2. Edukasi Dukungan keluarga terhadap anggota keluarga yang menderita diabetes melitus tipe 2

Dukungan keluarga merupakan upaya yang dilakukan oleh anggota keluarga untuk memberikan kenyamanan fisik seperti :

Membantu mengecek gula darah

Membantu menyediakan makanan yang rendah gula

Memotivasi untuk berolahraga ringan (jalan-jalan)

Memotivasi meningkatkan kepercayaan diri terhadap penyakitnya

Keterlibatan keluarga memainkan peran penting dalam membantu menjalani kehidupan sehari-hari terutama pada lansia.

2. Diet

Diet tidak seimbang dapat menimbulkan seseorang terkena penyakit diabetes melitus.
Orang yang sudah terkena penyakit diabetes melitus tipe 2 perlu melakukan diet ketat untuk mengontrol kadar gula dalam darah.

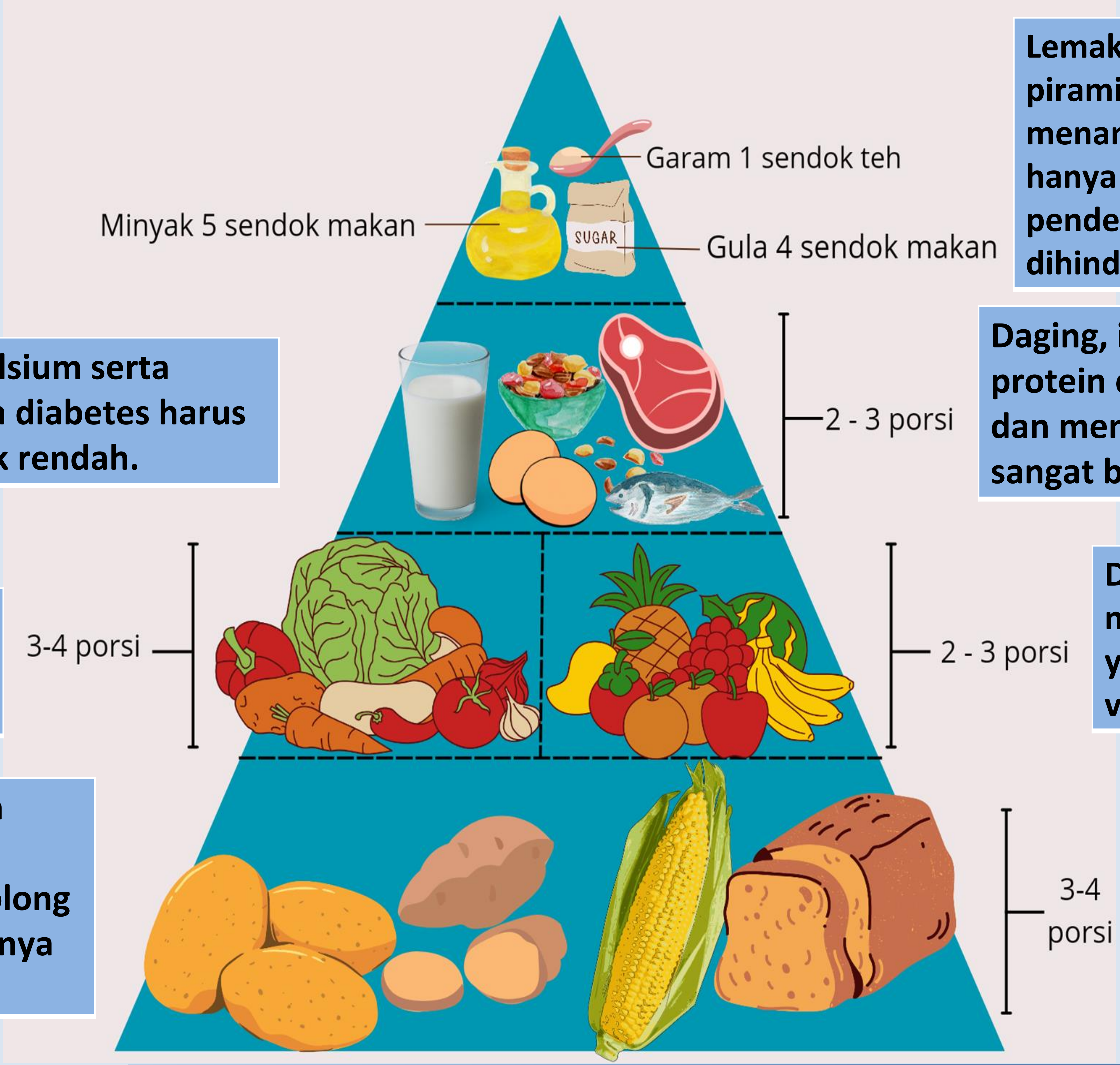
Makanan yang direkomendasikan

a. Roti Gandum
b. Jagung
c. Umbi-umbian
d. Beras Merah
e. Ikan
f. Sayur Dan Buah-buahan

Makanan yang dihindari

a. Daging Merah
b. Daging Olahan
c. Minuman Manis
d. Makanan Manis

Piramida Makanan Penderita Diabetes Melitus



Lemak, Minyak, Manis terdapat di puncak piramida makanan diabetes, yang menandakan bahwa kelompok makanan hanya boleh dikonsumsi sedikit oleh penderita diabetes dan sebaiknya dihindari.

susu mengandung banyak protein dan kalsium serta vitamin banyak. Dari kategori susu pasien diabetes harus memilih produk susu dengan kadar lemak rendah.

Daging, ikan, telor, tempe mengandung protein dalam jumlah yang sangat tinggi dan mengandung vitamin serta mineral sangat banyak.

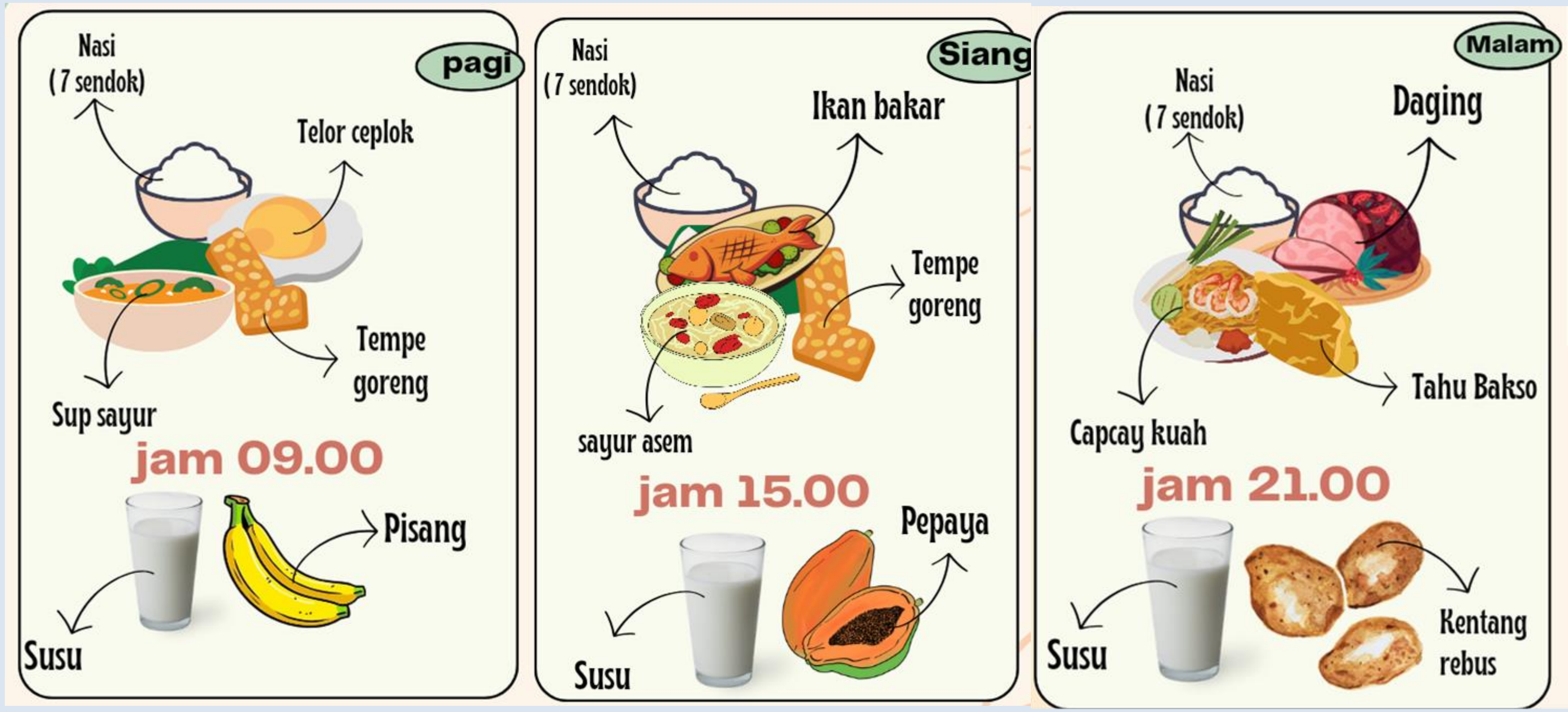
Sayuran secara alami rendah dalam bentuk lemak, rendah kalori dan kaya vitamin, mineral, serat dan zat gizi.

Daging, ikan, telor, tempe mengandung protein dalam jumlah yang sangat tinggi dan mengandung vitamin serta mineral sangat banyak.

Makanan yang terbuat dari biji-bijian dan tepung banyak mengandung karbohidrat seperti beras, gandum, jagung, kacang polong kentang, kacang pinto, dan makanan lainnya yang biasa menggunakan biji-bijian.

Jadwal Makan Dan Contoh Menu Makanan Diabetes

Jadwal Makan	Pukul	Makan selingan	Pukul
Makan pagi	06.00	Selingan pertama	09.00
Makan siang	12.00	Selingan kedua	15.00
Makan malam	18.00	Selingan ketiga	21.00



Penderita hanya diperkenankan makan snack yang berupa buah-buahan dalam selang waktu 3 jam setelah sarapan dan 3 jam setelahnya penderita boleh makan makanan utama lagi, begitu sampai makan malam

3. Latihan Fisik (Berolahraga)

berolahraga selain untuk menjaga kebugaran, olahraga juga dapat membantu menurunkan berat badan dan meningkatkan kemampuan merangsang insulin. Olahraga yang disarankan meliputi jalan kaki, bersepeda ringan, joging dan senam.

4. Pengobatan

Pengobatan dapat dilakukan dengan 2 macam yaitu obat-obatan dan suntik insulin.

Obat-obatan

1. **Metformin adalah obat yang bermanfaat untuk menurunkan produksi gula pada hati dan meningkatkan rangsang insulin.**

2. **Glimepiride adalah salah satu obat yang digunakan untuk menurunkan kadar gula darah**

3. **Acarbose ini merupakan obat yang digunakan untuk mengontrol kadar gula darah dengan cara memperlambat proses makanan menjadi gula darah**

4. **Gliquidone untuk mengontrol kadar gula darah dengan cara merangsang pelepasan insulin dari sel beta pankreas yang masih berfungsi. Selain itu juga berfungsi meningkatkan sensitivitas jaringan perifer terhadap insulin**

Lanjutan. . .

Suntik insulin

Insulin bermanfaat untuk mengendalikan gula dalam darah sebelum dan sesudah puasa.

1). Insulin Short Acting : Jenis suntik insulin yang dapat menurunkan kadar gula darah dalam waktu cepat. Insulin ini digunakan 30 menit sebelum makan.
Indikasi : Digunakan ketika makan dan camilan agar memperbaiki gula darah yang tingii

1). Insulin Mix Acting : Jenis suntik insulin yang cara kerjanya menengah yaitu 8 jam dan memakan waktu 1-3 jam untuk memulai bekerja
Indikasi : Digunakan ketika puasa dan diantara waktu makan

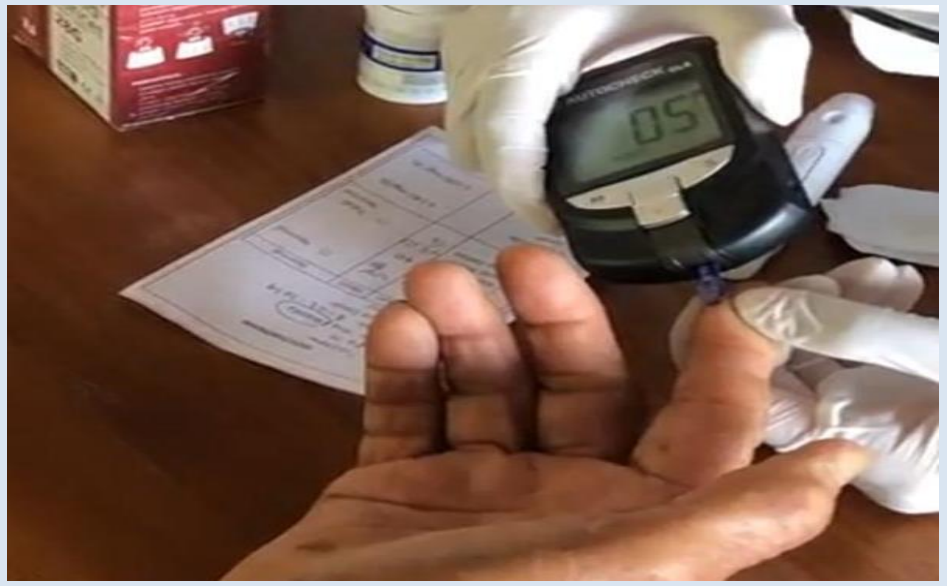
1). Insulin Long Acting : Jenis suntik insulin yang dapat bekerja seharian. Digunakan saat malam hari dan hanya digunakan 1 kali saja sehari
Indikasi : Digunakan setelah makun dengan pola yang tidak teratur

5. Pengontrolan gula darah

Pengontrolan gula darah atau pemantauan gula darah membantu mengetahui kadar gula darah (gula) yang terjadi sebagai respon terhadap pola makan, olahraga, pengobatan, dan proses penyakit yang terkait dengan gula darah.

Berikut adalah beberapa waktu yang umumnya direkomendasikan untuk melakukan pengontrolan gula darah:

a. Sebelum makan (puasa): Ini memberikan gambaran tentang kadar gula darah basal atau kadar gula darah dasar sebelum asupan makanan. Pengukuran ini membantu untuk mengetahui seberapa efektif pengaturan gula darah sehari-hari.
b. 2 jam setelah makan: Ini memberikan informasi tentang seberapa baik tubuh menyerap glukosa dari makanan dan seberapa efektif insulin bekerja untuk menurunkan kadar gula darah setelah makan.
c. Ketika gula darah rendah dan tinggi



Kemungkinan Kondisi Darurat Pada Diabetes Melitus Tipe 2

1. DKA (Diabetes Ketoasidosis)

DKA (Diabetes Ketoasidosis) merupakan keadaan darurat dimana kadar gula darah tinggi atau melebihi batas normal dan biasanya DKA ini diatas 250 mg/dL.

Gejala DKA (Diabetes Ketoasidosis)

Rasa haus yang berlebih

Rasa lapar berlebih

Merasa mual & muntah

Sering buang air kecil

Kelelahan

Sesak

Lemah

Pengobatan yang dapat dilakukan yaitu dengan terapi insulin dan penggantian cairan elektrolit.

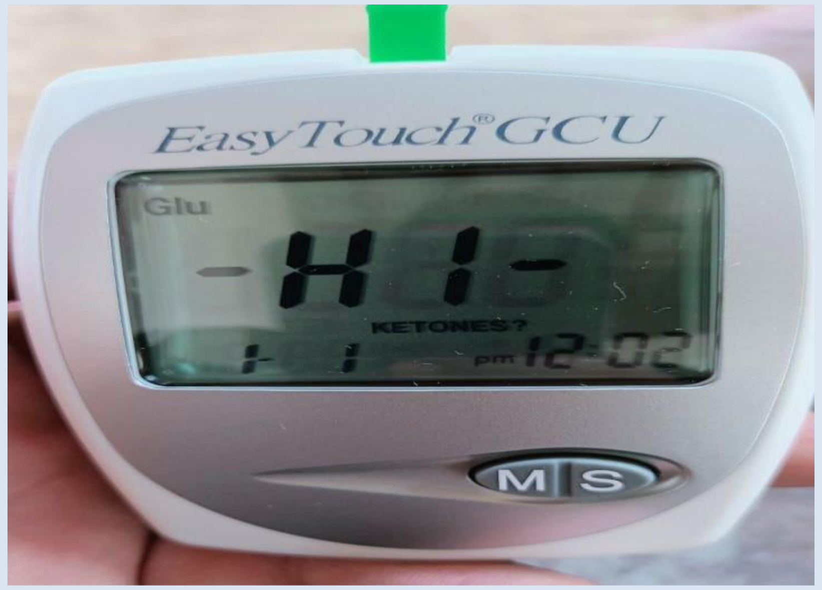
2. HHS (Hiperglikemik hyperosmolar)

Hiperglikemik hyperosmolar (HHS) adalah keadaan darurat yang mengancam nyawa ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah yang terlalu tinggi diatas 600 mg/dL. Jika tidak minum cukup air, darahnya akan menjadi lebih pekat karena konsentrasi gula terus meningkat.

Untuk penanganan dalam kondisi Hiperglikemik hyperosmolar (HHS) :

a. **Berikan Cairan: Minum banyak cairan adalah langkah penting dalam menangani HHS. Berikan air minum dalam jumlah banyak**
b. **Memberikan suntik insulin/obat metformin : Agar gula darah menjadi normal kembali**
c. **Merikan Dukungan Emosional : Berikan dukungan emosional kepada orang yang mengalami HHS dan pastikan mereka merasa tenang dan nyaman**

Maksud "HI" pada gambar disamping adalah gula darah yang sangat tinggi yang tidak dapat dibaca oleh alat glukometer. Biasanya hasil "HI" menandakan gula di atas 500 mg /dl.



Pemberdayaan Keluarga Peka Diabetes

P2M3D4

Perencanaan Makanan (sesuai dengan tepat jenis, tepat jadwal dan tepat jumlah)
Pengetahuan dan pengalaman (terkait penyakit diabetes)

Menyediakan Makanan (agar dapat memilih makanan)
Motivasi (agar penderita tidak merasa stres)
Monitoring Gula Darah (cek kadar gula darah, identifikasi keluhan, jadwal kontrol)

Dukungan Emosional (perhatian, memberikan dorongan, dan menciptakan lingkungan nyaman)
Dukungan Penghargaan (memberikan pengakuan dan pujian terkait diabetes)
Dukungan Informasional (memberikan nasihat dan penjelasan terkait diabetes)
Dukungan Instrumental (memberikan bantuan fisik seperti makanan dan pakaian dan kebutuhan sehari-hari)

Alat yang digunakan untuk mengecek gula darah

Strip glucose adalah strip yang digunakan pada alat glukometer untuk mengukur gula darah di dalam tubuh.

Blood Lancets/Jarum Tes Gula Darah

Glukometer adalah alat cek gula darah digital yang berfungsi menghitung kadar glukosa di dalam darah.

insulin pen atau pena insulin adalah salah satu alat yang digunakan untuk menyuntikkan insulin ke dalam tubuh.

Handscoon adalah sarung tangan yang bertujuan untuk mencegah terjadinya infeksi

Alkohol Swab merupakan alat kesehatan berupa kapas atau tisu alkohol antiseptik yang digunakan untuk membersihkan luka

JADWAL KONTROL 2024

JANUARI

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

JANUARI

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-JANUARI

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	31 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐			

OBAT DIABETES-JANUARI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐			

OBAT DIABETES-JANUARI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐			

OBAT DIABETES-JANUARI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐			

JADWAL KONTROL

2024

FEBRUARI

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

FEBRUARI

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-FEBRUARI

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐		

OBAT DIABETES-FEBRUARI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐		

OBAT DIABETES-FEBRUARI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐		

OBAT DIABETES-FEBRUARI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐		

JADWAL KONTROL 2024

MARET

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

MARET

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-MARET

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐
3 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐
10 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐
17 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐
24 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐
31 Hasil: ……….mg/dl; P ☐ T ☐						

OBAT DIABETES-MARET

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐						

OBAT DIABETES-MARET

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐						

OBAT DIABETES-MARET

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐						

JADWAL KONTROL

APRIL 2024

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

APRIL

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-APRIL

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐				

OBAT DIABETES- APRIL

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐				

OBAT DIABETES- APRIL

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐				

OBAT DIABETES- APRIL

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐				

JADWAL KONTROL 2024

MEI

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

MEI

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-MEI

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
			1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	31 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	

OBAT DIABETES-MEI

Nama Obat : .... **(Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))**

Dosis Obat : .... x .... **Hari**

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
			1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	

OBAT DIABETES-MEI

Nama Obat : ……………………………………… (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : ……………… x ………... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
			1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	

OBAT DIABETES-MEI

Nama Obat : .... **(Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))**

Dosis Obat : .... x .... **Hari**

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
			1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	

JADWAL KONTROL 2024

JUNI

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

JUNI

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-JUNI

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
						1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐						

OBAT DIABETES-JUNI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
						1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐						

OBAT DIABETES-JUNI

Nama Obat : ……………………………………. (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : ……………… x ……….. Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
						1 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
2 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**3** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**4** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**5** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**6** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**7** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**8** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
9 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**10** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**11** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**12** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**13** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**14** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**15** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
16 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**17** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**18** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**10** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**20** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**21** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**22** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
23 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**24** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**25** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**26** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**27** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**28** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**29** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
30 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:						

OBAT DIABETES-JUNI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
						1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐						

JADWAL KONTROL 2024

JULI

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

Kondisi Terkini

JULI

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-JULI

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	31 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐			

OBAT DIABETES-JULI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**2** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**3** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**4** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**5** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**6** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
7 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**8** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**9** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**10** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**11** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**12** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**13** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
14 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**15** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**16** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**17** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**18** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**19** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**20** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
21 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**22** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**23** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**24** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**25** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**28** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**27** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
28 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**29** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**30** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**31** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:			

OBAT DIABETES-JULI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**2** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**3** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**4** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**5** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**6** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
7 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**8** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**9** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**10** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**11** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**12** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**13** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
14 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**15** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**16** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**17** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**18** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**19** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**20** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
21 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**22** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**23** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**24** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**25** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**28** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**27** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
28 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**29** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**30** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**31** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:			

OBAT DIABETES-JULI

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
	1 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**2** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**3** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**4** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**5** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**6** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
7 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**8** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**9** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**10** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**11** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**12** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**13** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
14 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**15** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**16** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**17** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**18** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**19** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**20** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
21 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**22** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**23** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**24** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**25** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**28** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**27** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
28 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**29** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**30** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	**31** Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:			

JADWAL KONTROL 2024

AGUSTUS

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

AGUSTUS

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-AGUSTUS

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	31 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐

OBAT DIABETES-AGUSTUS

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐

OBAT DIABETES-AGUSTUS

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	2 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	3 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
4 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	5 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	6 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	7 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	8 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	9 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	10 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
11 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	12 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	13 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	14 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	15 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	16 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	17 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
18 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	19 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	20 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	21 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	22 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	23 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	24 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:
25 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	26 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	27 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	28 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	29 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	30 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:	31 Dosis 1: Dosis 2: Dosis 3:

OBAT DIABETES-AGUSTUS

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
				1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐

JADWAL KONTROL 2024

SEPTEMBER

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

SEPTEMBER

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-SEPTEMBER

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐					

OBAT DIABETES-SEPTEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐					

OBAT DIABETES-SEPTEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐					

OBAT DIABETES-SEPTEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐					

JADWAL KONTROL 2024

OKTOBER

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

OKTOBER

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-OKTOBER

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
		1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	31 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐		

OBAT DIABETES-OKTOBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
		1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐		

OBAT DIABETES-OKTOBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
		1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐		

OBAT DIABETES-OKTOBER

Nama Obat : .... **(Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))**

Dosis Obat : .... x .... **Hari**

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
		1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐		

JADWAL KONTROL 2024

NOVEMBER

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

NOVEMBER

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-NOVEMBER

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	2 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
3 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	4 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	5 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	6 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	7 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	9 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
10 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	11 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	12 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	13 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	14 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	16 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
17 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	18 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	19 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	20 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	21 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	23 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
24 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	25 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	26 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	27 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	28 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	30 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐

OBAT DIABETES-NOVEMBER

Nama Obat : ……………………………………… (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : ……………… x ………… Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐

OBAT DIABETES-NOVEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐

OBAT DIABETES-NOVEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
					1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**8** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**15** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**22** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**29** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐

JADWAL KONTROL 2024

DESEMBER

NAMA FASKES/PUSKESMAS/KLINIK/RS	
HARI KONTROL	
TANGGAL KONTROL	
CATATAN	

DESEMBER

Kondisi Terkini

Keluhan Terakhir yang dirasakan	
Waktu keluhan Muncul (Jam, Tgl, Momen/Lokasi)	
Makanan/Minuman yang dikonsumsi saat keluhan Muncul	
CATATAN LAIN	

GULA DARAH-DESEMBER

(Diisi hanya saat Anda melakukan pemeriksaan gula darah.
kondisi saat periksa dicentang salah satu yang sesuai; P= Puasa / T = Tidak Puasa)

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**2** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**3** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**4** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**5** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**6** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**7** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
8 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**9** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**10** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**11** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**12** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**13** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**14** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
15 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**16** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**17** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**18** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**19** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**20** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**21** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
22 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**23** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**24** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**25** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**26** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**27** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**28** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐
29 Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**30** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐	**31** Hasil: ....mg/dl; P ☐ T ☐				

Universitas Alma Ata
The Globe Inspiring University

OBAT DIABETES-DESEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**2** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**3** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**4** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**5** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**6** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**7** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**9** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**10** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**11** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**12** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**13** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**14** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**16** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**17** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**18** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**19** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**20** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**21** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**23** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**24** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**25** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**26** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**27** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**28** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**30** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	**31** Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐				

OBAT DIABETES-DESEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐				

OBAT DIABETES-DESEMBER

Nama Obat : .... (Diisi sesuai yang dimiliki bapak/Ibu))

Dosis Obat : .... x .... Hari

Minggu	Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumat	Sabtu
1 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	2 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	3 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	4 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	5 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	6 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	7 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
8 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	9 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	10 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	11 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	12 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	13 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	14 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
15 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	16 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	17 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	18 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	19 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	20 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	21 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
22 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	23 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	24 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	25 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	26 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	27 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	28 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐
29 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	30 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐	31 Dosis 1: ☐ Dosis 2: ☐ Dosis 3: ☐				

Semoga dengan adanya booklet ini akan memberikan motivasi dan informasi yang berguna bagi lansia dan keluarga yang menghadapi penyakit diabetes ☺☺

VIDEO TUTORIAL

SCAN ME

CEK GULA DARAH

SCAN ME

SUNTIK INSULIN

Diabetes-Awareness Family Empowerment Program- DAFEP RESEARCH

Diabetes-Awareness Family Empowerment Program- DAFEP RESEARCH

SEMOGA SEHAT SELALU

DAFTAR PUSTAKA

Layus Iranna Umayya1 Isw. Hubungan Antara Diabetes Melitus Dengan Glaukoma. 2023;04(02):3280–92.

Kemenkes RI. Buku Pintar Kader Posbindu. Buku Pint Kader Posbindu [Internet]. 2019;1–65. Available from: http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pintar_Kader_POSBINDU.pdf

Marbun AS, Brahmana N, Sipayung NP, Sinaga C, Marbun KLU, Halianja R. Pelaksanaan Empat Pilar pada Penderita Diabetes Melitus. J Abdimas Mutiara. 2022;3(1):366–71.

Isnaeni FN, Risti KN, Mayawati H, Arsy MK. Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus (Dm) Rawat Jalan Di Rsud Karanganyar. MPPKI (Media Publ Promosi Kesehat Indones Indones J Heal Promot. 2018;1(2):40–5.

PERKENI. Pedoman Pemantauan gula darah mandiri. Endokrinol Indones. 2021;1–36.

Priantono D, Araminta P, Harmani A, Efar S, Nurfitra E, Tridjadja B. Ketoasidosis Diabetik Pada Diabetes Melitus. J I M K I. 2013;2(1).

Oktaliani R, Zamri A. Hyperosmolar Hyperglycemic State (HHS). JAMBI Med J “Jurnal Kedokt dan Kesehatan.” 2019;7(1):50–5.

Khasanah JF, Ridlo M, Putri GK. Gambaran Pola Diet Jumlah, Jadwal, dan Jenis (3J) pada Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2. Indones J Nurs Sci. 2021;1(1):18–27.

Heltty, Nazaruddin. Hubungan Self-Efficacy Dengan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus tipe II. J Keperawatan dan Kesehat. 2023;14(1):1–5.

Malini H, Waluyo A, Putri D, Febri B, Roberto M. Manajemen Diabetes Distress. 2019. 1–60 P.

Rama Nida Siregar, Sufyani Prabawanto, Abdul Mujib ANR. Faktor Dukungan Keluarga Dalam Mempengaruhi. J Ilm Pendidik Mat. 2019;6(2):250–60.

Munir NW. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care pada Pasien Diabetes Melitus. Borneo Nurs J [Internet]. 2021;Vol. 3(1):1–7. Available from: https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ

Zahara CI, Anastasya YA. Dukungan Keluarga pada Lansia Program Keluarga Harapan. J Psikol Terap. 2021;3(1):16.

Basri M, Rahmatiah S, Andayani DS, K B, Dilla R. Motivasi dan Efikasi Diri (Self Efficacy) dalam Manajemen Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. J Ilm Kesehat Sandi Husada. 2021;10(2):695–703.

Dewi YP, Mugiarso H. Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Efikasi Diri Dalam Memecahkan Masalah Melalui Konseling Individu Di Smk Hidayah Semarang. J EDUKASI J Bimbing Konseling. 2020;6(1):29.

Dhatariya KK, Glaser NS, Codner E, Umpierrez GE. Diabetic ketoacidosis. Nat Rev Dis Primers. 2020 May 14;6(1):40. doi: 10.1038/s41572-020-0165-1. PMID: 32409703.