



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 187/LP-LPBK/VII/2025

Judul : Penerapan Edukasi Media Booklet Dan Senam Kaki Diabetes Melitus
Untuk Menurunkan Kadar Gukosa Darah Pada Penderita DM Di Desa
Pagumenganmas

Nama : Maya Rosiana

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh
Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah
Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 04 Juli 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)

Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN^a

**Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Maya Rosiana¹, Dwi Fijianto²

Penerapan Edukasi Media Booklet Dan Senam Kaki Diabetes Melitus Untuk Menurunkan Kadar Gukosa Darah Pada Penderita DM Di Desa Pagumenganmas

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi, salah satunya adalah komplikasi pada kaki akibat gangguan sirkulasi darah dan kerusakan saraf perifer. Salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan adalah melalui edukasi kesehatan yang tepat dan senam kaki DM.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi Kesehatan menggunakan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan Gambaran pengaruh penerapan senam kaki DM. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif pada satu pasien DM yang diberikan intervensi berupa edukasi menggunakan booklet berisi informasi perawatan kaki, pentingnya senam kaki DM, dan diet DM serta senam kaki DM secara rutin selama tiga kali kunjungan selama limabelas menit. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dengan hasil tingkat pengetahuan pada kunjungan pertama dengan skor 40 yaitu tingkat pengetahuan kurang, kunjungan kedua meningkat menjadi tingkat pengetahuan sedang dengan skor 60 dan kunjung ketiga meningkat menjadi tingkat pengetahuan baik dengan skor 90, serta adanya perbaikan sirkulasi darah dan penurunan kadar glukosa darah dengan hasil dari pemeriksaan GDS sebelum penerapan adalah 225 mg/dl dan hasil pemeriksaan setelah penerapan menjadi 150 mg/dl. Kesimpulannya, media booklet tentang DM dan penanganannya dapat meningkatkan pengetahuan penderita DM dan senam kaki DM dapat menurunkan kadar glukosa darah. Diharapkan edukasi menggunakan media booklet dapat digunakan sebagai strategi preventif dalam mencegah komplikasi kaki pada pasien DM dan senam kaki DM dapat menurunkan kadar glukosa darah

Kata Kunci: *Booklet, diabetes melitus, edukasi kesehatan, perawatan kaki diabetik, senam kaki*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Maya Rosiana¹, Dwi Fijianto²

The Implementation of Media Education Booklets and Foot Exercises for Diabetes Mellitus to Lower Blood Glucose Levels in Diabetes Mellitus Patients in Pagumenganmas Village

Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease that can lead to various complications, one of which is foot complications due to impaired blood circulation and peripheral nerve damage. One preventive measure that can be taken is through appropriate health education and diabetes foot exercises. This study aims to determine the effect of health education using a booklet on improving knowledge and the impact of implementing diabetes foot exercises. The method used was a case study with a descriptive approach on one DM patient who received an intervention in the form of education using a booklet containing information on foot care, the importance of DM foot exercises, and a DM diet, as well as regular DM foot exercises during three visits lasting fifteen minutes each. The results showed an increase in knowledge, with the knowledge level at the first visit scoring 40, indicating a low knowledge level, the second visit improved to moderate knowledge with a score of 60, and the third visit improved to good knowledge with a score of 90. Additionally, there was an improvement in blood circulation and a decrease in blood glucose levels, with results from the GDS test before the intervention being 225 mg/dl and after the intervention being 150 mg/dl. In conclusion, the booklet on DM and its management can improve the knowledge of DM patients, and DM foot exercises can lower blood glucose levels. It is hoped that education using booklets can be used as a preventive strategy to prevent foot complications in DM patients and that DM foot exercises can lower blood glucose levels.

Keywords: *Booklet, diabetes mellitus, health education, diabetic foot care, foot exercises*