



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 235/LP-LPBK/VII/2025

Judul : Penerapan Edukasi Manajemen Diabetes Mellitus
Menggunakan Leaflete Dan Senam Kaki DM Terhadap
Penurunan Kadar Glukosa Penderita Diabetes
Mellitus
Nama : Masruroh

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

Pekalongan, 21 Juli 2025

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

Aida Rusmariansa, S.Kep., Ns., MAN

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

ABSTRAK

Masruroh¹, Dwi Fijianto²

Penerapan Edukasi Manajemen Diabetes Mellitus Menggunakan Leaflete Dan Senam Kaki DM Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Penderita Diabetes Mellitus

Diabetes Mellitus merupakan penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah akibat terganggunya produksi dan fungsi hormon insulin. Salah satu gejala Diabetes Mellitus yaitu rasa kesemutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penerapan edukasi manajemen diabetes melitus menggunakan leaflete dan senam kaki DM terhadap penurunan kadar glukosa penderita diabetes mellitus. Metode dalam karya tulis ilmiah ini menggunakan studi kasus. Subjek studi kasus yang digunakan yaitu 1 responden yang memenuhi kriteria inklusi: Klien diabetes mellitus tipe dua GDS >200 mg/dl, klien yang bersedia menjadi responden, klien yang kooperatif. Kriteria eksklusi : Klien penderita diabetes mellitus tipe dua dengan komplikasi luka ulkus. Hasil dari penerapan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari skor 9 dengan kategori pengetahuan kurang menjadi 12 dengan pengetahuan baik, edukasi manajemen diabetes mellitus dengan leaflete dapat meningkatkan pengetahuan dan penerapan senam kaki DM dapat menurunkan kadar glukosa darah dari 269 mg/dl menjadi 180 mg/dl. Kesimpulan edukasi manajemen diabetes mellitus menggunakan media leaflete dapat meningkatkan pengetahuan dan senam kaki DM selama 3 kali dalam satu minggu dapat menurunkan kadar glukosa darah. Saran bagi tenaga kesehatan dapat dijadikan sebagai bahan tindakan alternatif untuk menurunkan gula darah pada penderita DM.

Kata Kunci: *Diabetes Mellitus, Senam Kaki, Edukasi Diabetes Mellitus*

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

ABSTRAK

Masruroh¹, Dwi Fijianto²

Diabetes Mellitus Management Education Implementation Using Leaflets and Foot Exercises to Decrease Glucose Levels in Patients with Diabetes Mellitus

Diabetes Mellitus is a disease characterized by elevated blood sugar levels due to disruptions in the production and function of the insulin hormone. One common symptom of Diabetes Mellitus is a tingling sensation. This study aims to describe the effectiveness of diabetes management education using leaflets and foot exercises to reduce glucose levels in patients with diabetes.

The methodology employed in this scientific paper is based on a case study. The subject of the study was one respondent who met the inclusion criteria: a client with type 2 diabetes mellitus with a glucose level greater than 200 mg/dl, a willing participant, and a cooperative individual. The exclusion criteria included clients with type 2 diabetes mellitus who had ulcer complications.

The results of the study showed an improvement in knowledge, where the respondent's score increased from 9 (indicating poor knowledge) to 12 (indicating good knowledge). The diabetes management education provided through leaflets successfully enhanced the respondent's understanding, while the application of foot exercises reduced blood glucose levels from 269 mg/dl to 180 mg/dl.

In conclusion, diabetes management education using leaflets can increase patient knowledge, and performing foot exercises three times a week can effectively lower blood glucose levels. It is suggested that health workers consider these methods as alternative strategies to help reduce blood sugar levels in patients with diabetes mellitus.

Keywords: *Diabetes Mellitus, foot exercises, education, Diabetes Mellitus*