

# **PENGEMBANGAN LAYANAN INFORMASI TENTANG SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS**

**Adilia Khoerunisa**

Program Studi Diploma III Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
Maryatun dan Indarwati

---

## **INTISARI**

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit kronik dengan jumlah prevelensi penderita yang terus meningkat. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa angka prevelensi di Indonesia diabetes mellitus nasional tahun 2013 yaitu 6,9% mencapai 8,5% pada tahun 2018. Sementara di Jawa Tengah prevelensinya mencapai 2,1% pada tahun 2018 yang sebelumnya pada tahun 2013 sebesar 1,6%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Surakarta penderita diabetes mellitus tipe 1 pada tahun 2018 sebanyak 5.226 sedangkan tahun 2017 sebanyak 1.566. Pada diabetes tipe 2 tahun 2018 sebanyak 21.998 sedangkan pada tahun 2017 sebanyak 29.041. Tingginya prevelensi diabetes mellitus menjadikan diabetes mellitus sebagai penyakit dengan prioritas pengelolaannya, salah satunya dengan latihan jasmani yaitu senam diabetes. Senam diabetes dapat menurunkan kadar gula darah melalui peningkatan pemakaian gula darah oleh otot. Salah satu media yang dapat digunakan untuk memberikan informasi yaitu dengan *booklet*. *Booklet* dapat digunakan untuk meningkatkan layanan informasi, karena *booklet* memuat informasi secara spesifik. Dapat disimpulkan bahwa media *booklet* dapat digunakan untuk meningkatkan layanan informasi.

**Kata Kunci :** *Diabetes Mellitus, Senam Diabetes, Penurunan Kadar Gula Darah, Booklet*