

**SENAM KAKI DIABETES UNTUK MENGENDALIKAN KADAR GULA
PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS
MELALUI MEDIA VIDEO**

Siti Kurniati

kurniatisiti22@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang; Diabetes Mellitus tipe 2 terjadi penurunan sensitivitas terhadap insulin (resistensi insulin) atau akibat penurunan jumlah produksi insulin. Prevalensi di Provinsi Jawa Tengah yaitu sebesar 1,9 % pada tahun 2019 dengan angka kejadian sebanyak 652.822 orang. Senam kaki diabetes dapat meningkatkan aliran darah dan memperlancar sirkulasi darah sehingga akan mempengaruhi penurunan kadar gula darah. **Metode;** Pentingnya informasi senam kaki diabetes pada masyarakat yang menderita penyakit Diabetes Mellitus maka diedukasikan dalam bentuk *video* yang memuat informasi senam kaki diabetes untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus. **Hasil;** Judul media edukasi ini yaitu “Senam Kaki Diabetes untuk Mengendalikan Kadar Gula pada Penderita Diabetes Mellitus”. **Kesimpulan;** Dengan menggunakan media video ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang cara melakukan senam kaki diabetes untuk mengendalikan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus dan penggunaan *video* efektif sebagai media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi.

Kata Kunci: *Diabetes Mellitus, Senam Kaki Diabetes, Video.*