

**Peningkatan Kemampuan Merawat Kaki Pada Penderita Diabetes Melitus dengan
Penyuluhan Perawatan Kaki Diabetes di Desa Kalideres
Kecamatan Kaliwedi Kabupaten Cirebon**

Yani Nurhayani¹⁾ Titin Supriatin²⁾

¹⁾STIKes Ahmad Dahlan Cirebon

email : stikes.adc@gmail.com

¹⁾STIKes Ahmad Dahlan Cirebon

email : stikes.adc@gmail.com

Abstrak

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis lantaran ketidakmampuan tubuh dalam menghasilkan hormon insulin atau karena penggunaannya tidak efektif dari produksi insulin yang ditandai dengan kadar gula dalam darah diatas nilai normal. Salah satu komplikasi yang sering terjadi pada penderita diabetes mellitus ini yakni masalah kaki diabetes. Namun pencegahan dini sebelum terjadinya masalah kaki diabetik ini dapat dilakukan dengan metode perawatan kaki yang benar. Metode pendidikan kesehatan yang dilaksanakan adalah dengan cara ceramah, diskusi dan tanya jawab. Didapatkan hasil 92% peserta paham, mengerti dan mampu melakukan perawatan kaki diabetes. Kesimpulannya yaitu peserta penyuluhan mengerti, memahami dan mampu melakukan perawatan kaki diabetes dan peserta penyuluhan mengerti dan memahami penyakit diabetes melitus.

Kata kunci : *perawatan kaki, pengetahuan dan diabetes melitus*

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis lantaran ketidakmampuan tubuh dalam menghasilkan hormon insulin atau karena penggunaannya tidak efektif dari produksi insulin yang ditandai dengan kadar gula dalam darah diatas nilai normal (Widyawati, 2021).

Jumlah penderita diabetes mellitus di dunia pada tahun 2021 sekitar rentang umur 20-79 tahun sekitar 537 juta orang (10,5%). IDF memprediksikan, jumlah penderita diabetes melitus akan mengalami peningkatan pada tahun 2030 sekitar 643 juta orang (11,3%) dan pada tahun 2045 sekitar 783 juta orang (12,2%). Negara Indonesia menjadi urutan ke-5 dari 10 negara tertinggi dengan penyakit diabetes mellitus dengan jumlah (19,5) juta orang (IDF, 2021). Jumlah penderita diabetes mellitus di Provinsi Jawa Barat (1,3%) mendapat urutan ke 17 dari 33 Provinsi (Infodatin, 2020). Menurut Hasil Riskesdas Tahun 2013, Jumlah penderita Diabetes Melitus di Kabupaten Cirebon sebesar 1,0 %, lebih rendah dibandingkan Provinsi Jawa Barat yang mencapai 2,0 % (Dinkes Kab Cirebon, 2018).

Salah satu komplikasi penyakit diabetes melitus yang sering terjadi yaitu gangguan kaki diabetes dengan presentase kejadian sekitar 15%. Selain itu, terjadi kelainan pada kaki dan perubahan bentuk kaki, peredaran darah kurang lancar juga akan berpengaruh pada pergerakan sendi kaki. Gangguan pada kaki penderita diabetes melitus seperti aterosklerosis dikarenakan oleh penebalan membran basal pembuluh darah besar dan kecil. Penderita diabetes melitus yang mengalami amputasi yaitu sekitar 50%-75% dari jumlah komplikasi. Kasus amputasi diprediksikan sekitar 50% dapat dicegah dengan tindakan pencegahan (Brunner & Suddarth, 2001 dalam Wahyuni, 2013).

Pencegahan pada gangguan kaki diabetes dapat dilakukan dengan perawatan kaki yang baik dan benar. Perawatan kaki dilakukan dengan cara memeriksakan kaki setiap hari dengan kaca, melihat ada atau tidaknya kulit yang retak, melepuh, bengkak, luka atau perdarahan, membersihkan kaki setiap hari, menggunting kuku, memakai sepatu atau sandal yang nyaman, dan segera konsultasi ke dokter bila mengalami luka pada kaki. (Saputra, 2019).

Pemberian penyuluhan tentang perawatan kaki diabetes diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan meningkatkan kemampuan merawat kaki pada penderita diabetes melitus. Selain itu, penderita diabetes melitus dapat berbagi pengetahuan kepada orang lain, sehingga penyuluhan yang diberikan akan memberikan manfaat kepada masyarakat.

2. METODOLOGI PELAKSANAAN

Metode penyuluhan yang dilakukan adalah ceramah, diskusi dan tanya jawab. Materi penyuluhan yaitu tentang perawatan kaki diabetes pada penderita diabetes melitus di Desa Kalideres Kec. Kaliwedi Kab. Cirebon.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

- Didapatkan hasil 92% peserta penyuluhan paham, mengerti dan mampu melakukan perawatan kaki diabetes.
- Peserta penyuluhan mengerti, memahami dan mampu melakukan perawatan kaki diabetes.
- Peserta penyuluhan mengerti dan memahami penyakit diabetes melitus.

Pembahasan

Penyuluhan perawatan kaki diabetes di Desa Kalideres Kec. Kaliwedi Kab. Cirebon sangat efektif dilaksanakan saat kegiatan pengabdian masyarakat. Hal ini dibuktikan dengan semua materi yang disampaikan tentang perawatan kaki diabetes dapat dipahami oleh masyarakat setempat. Hasil kuisioner pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan yaitu sebesar 43% dan setelah dilakukan penyuluhan yaitu sebesar 92%.

Pengetahuan tentang penyakit diabetes mellitus sangat penting karena bukan hanya untuk memahami penyakit tersebut, melainkan penderita diabetes melitus juga dapat memilih rencana selanjutnya untuk mengatasi penyakitnya (Conceicao, et al, 2011, dalam Wadja, H, et al, 2018). Suatu perbuatan berkaitan dengan kesehatan sangat dipengaruhi oleh tiga aspek, yaitu pengetahuan, sikap dan perbuatan atau tindakan. Pengetahuan atau kognitif adalah bagian yang terpenting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2007).

Perawatan kaki diabetes dilaksanakan dengan cara memberi pelembab, memakai sandal atau sepatu yang nyaman, segera konsultasi ke fasilitas kesehatan apabila mulai timbul rasa baal pada kaki atau terjadi luka pada kaki. Perawatan kaki juga dapat dilakukan dengan mencuci kaki memakai air hangat, mengeringkan kaki dengan kain sampai pada sela-sela jari kaki, melakukan pemeriksaan kaki setiap hari dan memperhatikan perubahan-perubahan yang terjadi pada kaki (Srimati, et al, 2018).

Penderita diabetes melitus yang memiliki pengetahuan yang memadai akan mampu menjaga kesehatan dan merawat kakinya dengan rutin, sehingga dapat mencegah kejadian amputasi. Perawatan kaki yang baik dan benar dapat mencegah kejadian amputasi sekitar 0,5 sampai 0,75 (Maulana, 2009, dalam Supriadi, 2013). Penderita diabetes melitus yang memiliki pengetahuan yang tinggi mengenai perawatan kaki diabetes, mereka akan mampu melakukan perawatan kaki diabetes secara mandiri dirumah. Perawatan kaki sangat bermanfaat untuk mencegah kejadian luka pada kaki dan dapat merawat luka dengan tepat.

Pernyataan diatas sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Diani, et al, 2013, mengenai Pengetahuan Klien tentang Diabetes Melitus Tipe 2 Berpengaruh terhadap Kemampuan Klien Merawat Kaki menggambarkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan praktik perawatan kaki pada klien diabetes melitus tipe 2 ($P > 0,05$). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Sihombing, 2012, dalam Diani, et al, 2013, menggambarkan sebagian besar dari responden telah melakukan perawatan kaki dengan baik dan sebagian kecil dari responden masih melakukan perawatan kaki yang buruk. Hal ini menggambarkan bahwa penderita diabetes melitus yang melakukan perawatan kaki dengan baik sehingga risiko terkena komplikasi pada kaki semakin kecil.



Gambar 1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Penyuluhan ini dengan materi tentang perawatan kaki diabetes sangat bermanfaat untuk masyarakat Desa Kalideres Kec. Kaliwedi Kab. Cirebon. Sehingga kegiatan pengabdian masyarakat di STIKes Ahmad Dahlan Cirebon harus dipertahankan dan ditingkatkan ke depannya. Kegiatan ini bermanfaat dibuktikan dengan meningkatnya pengetahuan penderita diabetes melitus dan mampu merawat kakinya.

KETERBATASAN

Pengabdian masyarakat tentang perawatan kaki diabetes pada penderita diabetes melitus di Desa Kalideres Kec Kaliwedi. Pelaksanaan penyuluhan masih dengan kondisi pandemic covid-19, dimana masyarakat di larang untuk mengadakan pertemuan atau perkumpulan yang besar, sehingga penulis hanya bisa mendatangi kerumah-rumah warga dan belum bisa melaksanakan penyuluhan dalam satu pertemuan.

4. KESIMPULAN

Peserta penyuluhan di Desa Kalideres mengerti, memahami dan mampu melakukan perawatan kaki diabetes. Peserta penyuluhan di Desa Kalideres mengerti dan memahami penyakit diabetes melitus.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ketua STIKes Ahmad Dahlan Cirebon.
2. Kepala Desa Kalideres
3. Masyarakat setempat yang sangat antusias mengikuti kegiatan ini di Desa Kalideres.

4. Semua pihak yang telah membantu dalam kegiatan ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

7. REFERENSI

- Diani, et, al, (2013). Pengetahuan Klien tentang Diabetes Melitus Tipe 2 Berpengaruh Terhadap Kemampuan Klien Merawat Kaki. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 16 No.2, Juli 2013, hal 120-129 pISSN 1410-4490, eISSN 2354-9203. <http://eprints.ulm.ac.id/7960/1/Pengetahuan%20Klien%20tentang%20diabetes%20melitus%20tipe%20%20berpengaruh%20terhadap%20kemampuan%20klien%20merawat%20kaki.pdf> Diakses Tanggal 17 Januari 2022.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Cirebon*. dinkes.cirebonkab.go.id Diakses Tanggal 17 Januari 2022.
- Infodatin. (2020). Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Diakses Tanggal 17 Januari 2022.
- International Diabetes Federation (IDF). (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th Edition 2021*. www.diabetesatlas.org diakses tanggal 17 Januari 2022.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). *Kesehatan Masyarakat: Ilmu & Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI Tahun 2018*.
- Saputra, (2019). Perawatan Kaki bagi Penderita Diabetes Melitus. <https://sardjito.co.id/> RSUP Dr. Sardjito. Diakses 8 November 2022.
- Srimiati. (2018). Pengetahuan Pencegahan Kaki Diabetik Penderita Diabetes Melitus Berpengaruh terhadap Perawatan Kaki. *Medisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu Kesehatan*, Volume 16 No 2 Agustus 2018. Diakses tanggal 2 Oktober 2022
- Supriyadi, D, et al. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Demonstrasi terhadap Kemampuan Merawat Kaki pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Manajemen Indonesia*, Volume 1 No. 1, Mei 2013, 39-47, <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JMK/article/view/948>. Diakses 2 Oktober 2022.
- Wadja, H., et al, 2018. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus di UPTD Diabetes Center Kota Ternate Tahun 2018. *Jurnal BIOSAINSTEK*. Vol. 1 No. 1, 38-45. <http://www.jurnal.umm.ac.id/index.php/BIOSAINSTEK> diakses tanggal 9 Juni 2022.
- Wahyuni, T, D, (2013). Ankle Brachial Index (ABI) Sesudah Senam Kaki Diabetes pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Poltekkes Kemenkes Malang*. <http://ejournal.umm.ac.id>. Diakses 7 Oktober 2022
- Widyawati, 2021. Pola Hidup Sehat dan Deteksi Dini Bantu Kontrol Gula pada Penderita Diabetes. <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id> diakses Tanggal 17 Januari 2022.

