

PROMKES MANAJEMEN DIABETIK UNTUK PENCEGAHAN LUKA DIABETIK PADA KELOMPOK KADER KESEHATAN SEMARANG BARAT**Dyah Restuning Prihati^{1*}, Endang Supriyanti²**¹⁻² Universitas Widya Husada Semarang

Email Korespondensi: dyah.erpe@gmail.com

Disubmit: 07 Juni 2022

Diterima: 16 Juni 2022

Diterbitkan: 04 September 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i9.6892>**ABSTRAK**

Self care diabetes merupakan tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengontrol diabetes yang meliputi tindakan terapi obat dan pencegahan terhadap komplikasi. Pengukuran aktifitas *self care* diabetes meliputi pengaturan diet (pola makan), latihan fisik, monitor gula darah, dan terapi obat. Dalam upaya meningkatkan kemandirian merawat kaki perlu dilakukan secara bertahap mulai dari pemberian edukasi secara berkala dan dikenalkan sejak dini pada pasien diabetes mellitus sebagai salah satu upaya pencegahan ulkus diabetik. Kasus DM menempati posisi ke empat dalam 10 besar kasus penyakit di kota Semarang. Tujuan Kegiatan pengabdian masyarakat diberikan kepada kelompok kader keehatan di wilayah Semarang Barat, diharapkan dengan mereka mengetahui dan bisa mengaplikasikan tentang manajemen diabetik sebagai upaya pencegahan dini luka diabetik. Pemberian materi tentang penatalaksanaan DM, *foot care*, demonstrasi senam kaki dan pendampingan. Evaluasi diawali dari pre test dan post test tentang pengetahuan tentang perawatan kaki. Terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 90% peserta setelah dilakukan promosi kesehatan manajemen diabetik tentang penatalaksanaan DM dan *foot care*. Peserta kooperatif selama mengikuti kegiatan PKM dan pemberian booklet promosi kesehatan perawatan luka diabetik. Promosi Kesehatan tentang manajemen diabetik dilakukan untuk menambah pengetahuan kader kesehatan dan mampu mengaplikasikan pencegahan dini luka diabetik salah satunya dengan senam kaki diabetik.

Kata kunci: Promkes, Pencegahan Luka Diabetik, Kader Kesehatan**ABSTRACT**

Introduction: Diabetes self-care is an action taken by a person to control diabetes which includes drug therapy and complications. Measurement of diabetes care activity includes diet (diet), physical exercise, blood sugar monitoring, and drug therapy. In an effort to increase the independence of taking care of the feet, it is necessary to do it gradually by providing regular education and introducing it from an early age to people with diabetes mellitus as an effort to prevent the occurrence of diabetic ulcers. DM cases are in the fourth position in the top 10 causes of disease in the city of Semarang. Objective: Community service activities provided by a group of health cadres in the West Semarang area are expected to know and be able to apply diabetes management as an effort to prevent diabetic wounds from an early age. Research Methods: Providing material on DM management, foot care, foot

exercise, and mentoring. The evaluation begins with a pre-test and post-test of knowledge about foot care. Results: there was an increase in knowledge of 90% of participants after health promotion of diabetes management about DM management and foot care was carried out. Participants actively participate in activities and receive health promotion booklets. Conclusion: Health promotion on diabetes management is carried out to increase the knowledge of health cadres and be able to implement early prevention of diabetic wounds, one of which is diabetic foot exercises.

Keywords: *Health Promotion, Prevention of Diabetic Wounds, Health Cadre*

1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus kini telah memasuki era globalisasi yang menjadi masalah kesehatan dunia. Insiden dan prevalensi penyakit ini tidak pernah berhenti, terutama di negara berkembang dan negara yang sudah memasuki budaya ini (Mataputun, Prabawati, & Tjandrarini, 2020). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes mellitus di Indonesia sebesar 8,5% dan angka kejadian di Jawa Tengah mencapai 2,1%. Hiperglikemia juga dapat mempengaruhi fungsi trombosit sehingga menyebabkan penggumpalan darah serta menyebabkan pasien diabetes berisiko terkena penyakit arteri perifer yang memengaruhi ekstremitas bawah yaitu organ tungkai. Suplai darah yang berkurang ke organ tungkai dapat menyebabkan ulkus kaki diabetik (Khoerunisa, 2020). WHO memprediksi kenaikan jumlah pasien DM tipe 2 di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi International Diabetes Federation (IDF) juga menunjukkan bahwa pada tahun 2019 - 2030 terdapat kenaikan jumlah pasien DM dari 10,7 juta menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 (Soelistijo, 2021).

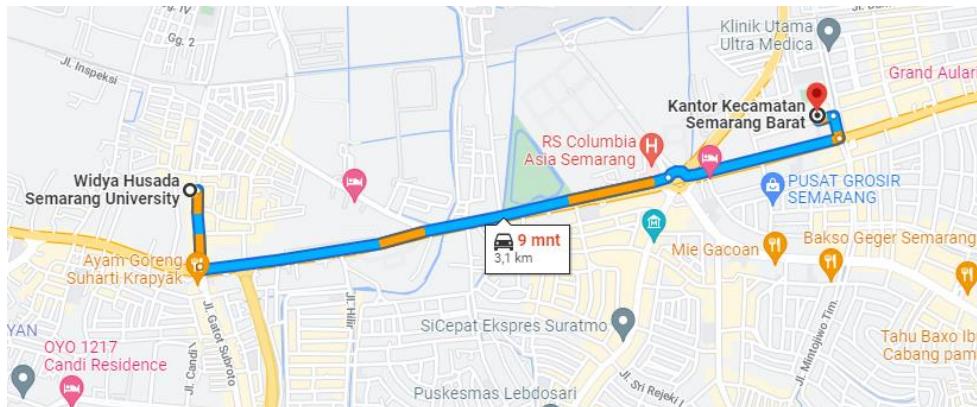
Self care diabetes merupakan tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengontrol diabetes yang meliputi tindakan terapi obat dan pencegahan terhadap komplikasi. Pengukuran aktifitas *self care* diabetes meliputi pengaturan diet (pola makan), latihan fisik, monitor gula darah, dan terapi obat (Prihati, Makiyah, & Rosa, 2014). Masalah - masalah yang dialami klien dapat dicegah apabila klien memiliki pengetahuan dan kemampuan yang cukup untuk melakukan pengontrolan terhadap penyakitnya yaitu dengan cara melakukan *self care*. Dalam upaya meningkatkan kemandirian merawat kaki perlu dilakukan secara bertahap mulai dari pemberian edukasi secara berkala dan dikenalkan sejak dini pada pasien diabetes mellitus sebagai salah satu upaya pencegahan ulkus diabetik (Sari & Herlina, 2019).

Hasil wawancara peneliti kader di wilayah kecamatan Semarang Barat bahwa belum pernah mendapatkan edukasi khusus tentang perawatan kaki. Warga melakukan pemeriksaan kesehatan ke Puskesmas apabila mengalami gangguan kesehatan, tidak pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kasus DM menempati posisi ke empat dalam 10 besar kasus penyakit di kota Semarang.

Kegiatan pengabdian masyarakat diberikan kepada kelompok kader kesehatan di wilayah Semarang Barat, diharapkan dengan mereka mengetahui dan bisa mengaplikasikan tentang manajemen diabetik sebagai upaya pencegahan dini luka diabetik.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Identifikasi permasalahan yang dihadapi mitra adalah Pengetahuan Kader Kesehatan tentang penatalaksanaan DM dan *foot care* dalam pencegahan luka diabetik masih kurang dan belum ada penyuluhan tentang pencegahan luka diabetik oleh petugas kesehatan. Kasus DM menempati posisi ke empat dalam 10 besar kasus penyakit di kota Semarang. Berdasarkan permasalahan diatas maka Tim Pengusul melakukan Kegiatan Pengabdian masyarakat “Promkes Manajemen Diabetik Untuk Pencegahan Luka Diabetik Pada Kelompok Kader Kesehatan Semarang Barat”.



Gambar 2 Peta Lokasi Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat.

3. KAJIAN PUSTAKA

Diabetes mellitus adalah suatu gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak yang ditandai oleh hiperglikemia. Hiperglikemia menimbulkan neuropati diabetik, ulkus diabetik pada kaki, retinopati diabetik, nefropati diabetik dan gangguan pembuluh darah (Fatmawati, Suprayitna, & Prihatin, 2020).

Ulkus diabetik disebabkan adanya kerusakan saraf pada kulit karena berkurangnya aliran darah setempat dan iritasi pada kulit yang menutupi tulang yang menonjol, dimana kulit tersebut mendapatkan tekanan dalam jangka waktu yang lama (Prihati & Wirawati, 2018).

Penyakit neuropati merupakan salah satu komplikasi yang paling banyak ditimbulkan dari penyakit diabetes melitus (DM) yaitu sekitar 60% dari komplikasi lainnya, dan 15% diantaranya menimbulkan ulkus kaki diabetik (Hermansyah, Setiawan, & Hendriana, 2018). Salah satu cara mencegah terjadi ulkus, dengan cara pengkajian kaki melalui wawancara dan pemeriksaan fisik (Purwanti, 2013). Pengkajian untuk pencegahan masalah pada kaki meliputi identifikasi adanya resiko masalah yang terdapat pada kaki, observasi dan pemeriksaan kaki yang dilakukan secara kontinyu, melakukan penyuluhan kepada pasien dan keluarga, anjurkan pasien menggunakan sepatu yang sesuai dengan kondisi kaki, melakukan perawatan kaki sebelum terjadinya luka (Botros, Kuhnke, & Rosenthal, 2017). Edukasi telah membantu meningkatkan pengetahuan tentang perawatan penyakit diabetes mellitus kepada keluarga pasien (Nugroho, Banase, & Peni, 2022).

Pendidikan kesehatan tentang perawatan kaki ditujukan untuk memandirikan pasien diabetik agar memahami penyakit yang saat ini mereka derita, sehingga pasien kooperatif melakukan pencegahan dan pengobatan

dalam mencapai kualitas hidup mereka (Goodall et al., 2020). Status pendidikan yang rendah, usia tua dan kesadaran yang rendah tentang diabetes merupakan faktor risiko buruknya praktik perawatan kaki. Pendidikan perawatan kaki untuk penderita diabetes dalam pengaturan perawatan primer meningkatkan praktik perawatan kaki mereka dan mungkin efektif dalam mengurangi beban ulkus kaki diabetik (Saurabh et al., 2014). Telah terbukti bahwa orang dengan pengetahuan & praktik perawatan kaki yang buruk memiliki insiden ulkus kaki yang lebih tinggi, Pengetahuan dan praktik yang baik mengenai perawatan kaki diabetik akan mengurangi risiko komplikasi kaki diabetik (L. N., Murty, Reddy, C., & Shetty, 2017).

Neuropati menyebabkan ketidakpekaan dan terkadang menyebabkan kelainan bentuk pada kaki, bahkan trauma kecil dapat menyebabkan tukak kronis. Selain itu, berjalan terus-menerus pada kaki yang terkena, yang tidak peka terhadap rasa tekanan, mengubah proses penyembuhan. Dengan adanya penyakit pembuluh darah perifer, luka menjadi iskemik dan berkembang menjadi ulkus yang tidak sembuh. Semua pasien diabetes harus menjalani pemeriksaan kaki komprehensif setahun sekali. Tujuan dari pemeriksaan ini adalah untuk menentukan faktor risiko yang dapat menyebabkan ulkus kaki dan akibatnya amputasi organ yang terkena. Pemeriksaan fisik meliputi observasi, palpasi nadi pada ekstremitas bawah, termasuk nadi tibialis posterior dan dorsalis pedis. Pemeriksaan fisik juga mencakup tes neurologis. Setidaknya dua tes neurologis dilakukan dan salah satu tes harus mengukur sensasi protektif di mana monofilamen 10 g digunakan. Sensasi getaran menggunakan diapason 128 Hz, sensasi Pinprick, refleks pergelangan kaki dan posisi adalah tes neurologis lainnya yang dilakukan dalam pemeriksaan kaki komprehensif (Iraj, Khorvash, Ebnehashidi, & Askari, 2013). Ciri kaki yang tidak sehat meliputi Kebas atau mati rasa, Tidak bisa merasakan sensasi atau perubahan suhu, Seringkali kram, Kelemahan otot kaki, Gangguan refleks, keseimbangan dan pergerakan kaki Kaki terasa lebih dingin atau lebih hangat, Ada perubahan bentuk dan warna kaki yang tidak normal, Terdapat penebalan kaki atau kapalan dan kulit pecah-pecah, Adanya jamur atau infeksi di kuku, Kelemahan otot kaki (Botros et al., 2017).

Promosi kesehatan merupakan tahapan yang pertama dan utama pada pencegahan penyakit. Usaha Promosi Kesehatan diantaranya seperti pendidikan kesehatan contohnya kebiasaan hidup (Rachmawati, 2019). Tujuan Promosi kesehatan yaitu Menolong individu agar mampu secara mandiri/berkelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat (Susilowati, 2016). Pasien atau keluarga pasien menunjukkan pengetahuan yang buruk tentang komplikasi kaki diabetik, oleh karena itu pasien dan keluarga harus mendapatkan pendidikan tentang komplikasi penyakit diabetes melitus secara kontinyu. Peran dari perawat penting sebagai edukator memberikan pendidikan kesehatan kepada pasien tentang perawatan kaki, yang untuk mencegah komplikasi kaki diabetik sehingga meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes. Media poster perlu dipasang di berbagai tempat untuk mengingatkan pasien tentang tentang pencegahan dan perawatan kaki (Olowo, Iramiot, & Ssenyonga, 2022). Kualitas hidup yang baik sangat berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari dibutuhkan. Jika seseorang memiliki masalah kaki maka akan mempengaruhi pergerakan dalam ekstremitas (Thompson, 2016).

4. METODE

a. Persiapan Kegiatan

Persiapan kegiatan promkes dimulai dengan persiapan tempat dan media sesuai dengan kebutuhan dan antisipasi kemungkinan masalah yang terjadi. Pembuatan booklet promkes manajemen diabetik untuk pencegahan luka diabetik.

b. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan promkes dilaksanakan tanggal 19 April 2022 meliputi Pemeriksaan fisik meliputi tekanan darah dan GDS. Pemberian materi tentang penatalaksanaan DM, *foot care*, demonstrasi senam kaki dan pendampingan. Alokasi waktu promkes adalah 120 menit. Peserta yang hadir sebanyak 15 orang kader kesehatan di wilayah Semarang Barat.

c. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan kuisioner pengetahuan dan redemonstrasi senam kaki. Evaluasi diawali dari pre test dan post test tentang pengetahuan tentang perawatan kaki.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan Program Kemitraan Masyarakat meliputi :

- 1) Promosi kesehatan dilaksanakan tanggal 19 April 2022 meliputi Pemberian materi tentang penatalaksanaan DM dan *foot care*. Sebelumnya peserta dilakukan pemeriksaan gula darah sewaktu dan tekanan darah. Tersedianya booklet promosi kesehatan manajemen diabetik untuk pencegahan luka diabetik yang disusun oleh tim PKM.
- 2) Demonstrasi senam kaki dan pendampingan. Latihan yang dilakukan untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki.

Tabel 5. Pengetahuan Pre test dan Post test Kegiatan PKM

No	K	Pengetahuan	
		Baik	Kurang
1.	Sebelum Kegiatan PKM	40 %	60%
2.	Setelah Kegiatan PKM	90%	10%





Gambar 5. Foto Kegiatan PKM

b. Pembahasan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Jika seseorang memiliki niat berperilaku yang kuat, maka dia membutuhkan pengetahuan dan keterampilan untuk melaksanakan perilaku tersebut (Rachmawati, 2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, dan pengalaman (Notoatmojo, 2007).

Tujuan dari promosi kesehatan yaitu tercapainya derajat kesehatan dan kesejahteraan masyarakat yang tinggi, dengan dijalankannya perilaku yang menguntungkan kesehatan. Promosi kesehatan juga merupakan salah satu bentuk tindakan mandiri keperawatan untuk membantu klien baik individu, kelompok maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran yang didalamnya perawat berperan sebagai perawat pendidik. Perubahan perilaku yang diharapkan pada klien berupa perubahan pola pikir, sikap, dan keterampilan yang spesifik terhadap kesehatan (Susilowati, 2016).

Promosi kesehatan manajemen diabetik tentang penatalaksanaan DM dan *foot care* dan demonstrasi senam kaki memberikan pengetahuan kepada kelompok kader tentang pentingnya pencegahan luka diabetik. Peserta kooperatif selama mengikuti kegiatan PKM. Booklet promosi kesehatan perawatan luka diabetik diberikan kepada peserta sebagai media untuk menyebarkan informasi kepada warga masyarakat wilayah kecamatan Semarang Barat.

6. KESIMPULAN

Promosi Kesehatan tentang manajemen diabetik dilakukan untuk menambah pengetahuan kader kesehatan dan mampu mengaplikasikan pencegahan dini luka diabetik salah satunya dengan senam kaki diabetik.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Botros, B. M., Kuhnke, J. L., & Rosenthal, S. (2017). Spend a Minute, Save a Life: Inlow's 60 Second Diabetic Foot Screen. *Wound Care Canada*, 15(3), 24-29.
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Prihatin, K. (2020). Edukasi Perawatan Foot and Ankle Exercises Terhadap Pencegahan Komplikasi Kaki Diabetik Pada Penderita Diabetes Mellitus. *JCES (Journal of ...)*, 3(3), 727-735. Retrieved from <http://journal.ummat.ac.id/index.php/JCES/article/view/2919>
- Goodall, R. J., Ellauzi, J., Tan, M. K. H., Onida, S., Davies, A. H., & Shalhoub, J.

- (2020). A Systematic Review of the Impact of Foot Care Education on Self Efficacy and Self Care in Patients With Diabetes. *European Journal of Vascular and Endovascular Surgery*, 60(2), 282-292. <https://doi.org/10.1016/j.ejvs.2020.03.053>
- Hermansyah, H., Setiawan, A., & Hendriana, Y. (2018). Efektifitas Foot Care Education Terhadap Praktik Perawatan Kaki Dalam Upaya Pencegahan Risiko Ulkus Kaki Diabetik Pada Penderita Diabetes di Wilayah Kabupaten Kuningan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(2), 1-7. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i2.61>
- Iraj, B., Khorvash, F., Ebneshahidi, A., & Askari, G. (2013). Prevention of diabetic foot ulcer. *International Journal of Preventive Medicine*, 4(3), 373-376. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3634178/pdf/IJPVM-4-373.pdf>
- Khoerunisa, A. Pengembangan Layanan Informasi Tentang Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus. , Repository Universitas Surakarta (2020).
- L. N., D., Murty, P., Reddy, M., C., M., & Shetty, S. (2017). Assessment of awareness and practice of foot care and physical activity among people with type 2 diabetes attending a tertiary care teaching hospital. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 4(9), 3218. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20173816>
- Mataputun, Prabawati, & Tjandrarini. (2020). Efektifitas Perbandingan Buerger Allen Exercise dan Rendam Kaki Air hangat terhadap Peningkatan Nilai ABI pada pasien DM. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 3(3), 253-266. Retrieved from <http://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/1330>
- Nugroho, Banase, & Peni. (2022). Peningkatan Pengetahuan Keluarga Sebagai Caregiver Utama Dalam Upaya Pencegahan Komplikasi Pasien Hipertensi Dan Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(April), 1090-1096. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.4877>
- Olowo, S., Iramiot, J. S., & Ssenyonga, L. V. (2022). Knowledge of diabetic foot complication, self-care beliefs and practices among patients attending a tertiary hospital in Eastern Uganda. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 16(February), 100402. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2022.100402>
- Prihati, D. ., Makiyah, & Rosa. (2014). Supportif Educative System Dalam Meningkatkan Kemandirian Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kecamatan Mergangsan Kota Yogyakarta. *Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), 1-5. <https://doi.org/10.33666/jitk.v5i2>
- Prihati, D. ., & Wirawati, M. . (2018). Pengaruh Terapi Murrotal Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri dan Kecemasan Saat Perawatan Luka Pasien Ulkus DM Di RSUD K.R.M.T. Wongsonegoro Semarang. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 1(2), 10-15. Retrieved from <http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/ijnr/article/view/177>
- Purwanti. (2013). Hubungan Faktor Risiko Neuropati dengan Kejadian Ulkus Kaki pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Moewardi Surakarta. *Ilmiah Nasional Kesehatan*, 130-134. Retrieved from <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/3403/19.OKTI.pdf?sequence=1>
- Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Malang:

Wineka Media.

- Sari, N. N., & Herlina, H. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Merawat Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 1(2). <https://doi.org/10.35473/ijnr.v1i2.176>
- Saurabh, S., Sarkar, S., Selvaraj, K., Kar, S., Kumar, S., & Roy, G. (2014). Effectiveness of foot care education among people with type 2 diabetes in rural Puducherry, India. *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 18(1), 106-110. <https://doi.org/10.4103/2230-8210.126587>
- Soelistijo, S. et all. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia* (Juli 2021). Retrieved from www.ginasthma.org.
- Susilowati, D. (2016). Promosi Kesehatan. In *Cetakan pertama* (p. 201). Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Thompson, R. . (2016). *Why Preventive Foot Health is Important* Diunduh. Retrieved from <https://www.ipfh.org/foot-care-essentials/why-preventive-foot-health-is-important>
- Notoatmojo. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.