

Penyuluhan Kesehatan Masyarakat Rumah Sakit Tentang Perawatan Kaki Pada Penderita Diabetes Mellitus

Yulia Indah Permata Sari¹, Luri Mekeama¹, Mutia Salsa Billa², Okti Maghfirawati², Anggraini Gita Rahayu², Nahdiah Khopipah², Rani Rizma Al Fatihah², Elsa Wulandari², Marta Prima Yuda², Nurmaidiah², Agustin Mega Kartika², Niken Larasati²

¹Program Studi Keperawatan, Universitas Jambi

²Program Studi Profesi Ners, Universitas Jambi

E-mail: mutiasalsabilla904@gmail.com

Abstrak

Menurut WHO, diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (atau gula darah), yang seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Kaki diabetes merupakan salah satu dari banyak komplikasi dari penyakit diabetes melitus. Seringkali kita jumpai penderita mengeluh kaki terasa sakit, kebas, dingin, kaki tampak pucat dan luka yang sukar sembuh, tidak jarang pasien kakinya sudah infeksi. Kondisi tersebut dapat dihindari dengan perawatan kaki yang benar. Pengabdian ini diadakan di RSUD H. Abdul Manap pada tanggal 30 November 2023. Tujuannya adalah agar sasaran mampu memahami tentang perawatan kaki pada penderita diabetes, serta dapat menerapkannya kedalam kehidupan sehari-hari. Perilaku perawatan kaki merupakan tindakan yang dilakukan untuk menjaga kebersihan kaki pasien diabetes melitus dan mencegah secara dini agar tidak terjadi perlukaan di kaki yang dapat mengakibatkan terjadinya risiko infeksi yang jika tidak tertangani dengan baik akan berdampak pada terjadinya amputasi. Jumlah total peserta sebanyak 30 orang. Semua kegiatan program penyuluhan berjalan lancar dan terlaksana dengan baik, lokasi yang sesuai, dan peserta aktif berpartisipasi dalam kegiatan tersebut.

Kata Kunci: *Diabetes mellitus, Perawatan kaki, Promosi Kesehatan*

Abstract

According to WHO, diabetes is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose (or blood sugar) levels, which over time causes serious damage to the heart, blood vessels, eyes, kidneys and nerves. Diabetic foot is one of the many complications of diabetes mellitus. We often see sufferers complaining that their feet feel sore, numb, cold, their feet look pale and wounds are difficult to heal. It is not uncommon for patients to have infected feet. This condition can be avoided with proper foot care. This service was held at RSUD H Abdul Manap on November 30 2023. The aim is for the target to be able to understand foot care for diabetes sufferers, and be able to apply it to everyday life. Foot care behavior is an action taken to maintain the cleanliness of the feet of diabetes mellitus patients and prevent early injury to the feet which can result in the risk of infection which, if not handled properly, could result in amputation. The total number of participants was 30 people. All service program activities run smoothly and are carried out well, and the location is suitable, and participants actively participate in these activities.

Keywords: *Diabetes mellitus, foot care, health promotion*

A. PENDAHULUAN

Diabetes melitus ialah penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolik menahun yang ditandai dengan terjadinya peningkatan kadar glukosa darah lebih dari rentang normal (Kemenkes RI 2020). Diabetes melitus adalah kondisi hiperglikemia kronis dengan kelainan metabolik karena gangguan hormonal yang mengakibatkan bermacam komplikasi berkepanjangan pada mata, ginjal, pembuluh darah, serta muncul lesi pada membran basalis jika ditinjau dari pemeriksaan menggunakan mikroskop elektron (Rumiris, 2020). Diabetes Melitus adalah istilah lain dari the silent killer yang artinya mematikan secara diam-diam dikarenakan kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa dirinya mengidap penyakit

diabetes, kemudian setelah mengetahuinya sudah terjadi komplikasi akut ataupun kronis. (Prasetyani, D dan Sodikin 2017).

Menurut WHO, diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (atau gula darah), yang seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Yang paling umum adalah diabetes tipe 2, biasanya terjadi pada orang dewasa, yang terjadi ketika tubuh menjadi resisten terhadap insulin atau tidak menghasilkan cukup insulin. Dalam 3 dekade terakhir, prevalensi diabetes tipe 2 telah meningkat secara dramatis di negara-negara dengan semua tingkat pendapatan. Diabetes tipe 1, dulu dikenal sebagai diabetes remaja atau diabetes tergantung insulin, adalah suatu kondisi kronis di mana pankreas memproduksi sedikit atau tidak sama sekali insulin (Damayanti, 2015).

Pada akhir tahun 2021, International Diabetes Federation (IDF) dalam Atlas edisi ke-10 mengkonfirmasi bahwa diabetes termasuk salah satu di antara kegawatdaruratan kesehatan global dengan pertumbuhan paling cepat di abad ke-21 ini. Pada tahun 2021, lebih dari lebih dari setengah miliar manusia dari seluruh dunia hidup dengan diabetes, atau tepatnya 537 juta orang, dan jumlah ini diproyeksikan akan mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045. Selain jumlah penyandang diabetes yang besar, diperkirakan jumlah orang dengan kadar glukosa darah yang mulai meningkat atau pada fase prediabetes, yaitu toleransi glukosa terganggu pada tahun 2021 ini berjumlah sekitar 541 juta. Diabetes pada populasi ini juga memberikan konsekuensi angka kematian yang tinggi terkait dengan diabetes, yaitu diperkirakan lebih dari 6,7 juta pada kelompok orang dewasa berusia antara 20–79 tahun. (Hidayati, 2019).

Berdasarkan prevalensi Indonesia merupakan negara kelima tertinggi di dunia setelah China, India, Pakistan, dan Amerika Serikat dengan prevalensi kasus diabetes melitus pada usia 20-79 tahun (19,5 juta). Penyakit diabetes merupakan penyebab kematian tertinggi ketiga di Indonesia. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menyatakan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada usia ≥ 15 tahun sebesar 2%, meningkat dari sebelumnya pada hasil Riskesdas 2013 adalah 1,5%. Namun, bila melihat prevalensi diabetes melitus dari hasil pemeriksaan gula darah pada tahun 2018 sebesar 8,5% yang meningkat dari tahun 2013 sebesar 6,9%. (Laksono, 2020) Diabetes melitus merupakan penyakit yang tidak bisa disembuhkan dan bila tidak dilakukan perawatan yang baik akan timbul komplikasi yang mengancam jiwa.

Kaki diabetes merupakan salah satu dari banyak komplikasi dari penyakit diabetes melitus. Kaki diabetes adalah kelainan pada tungkai bawah akibat gula darah yang tidak

terkendali. Tanda dan gejala terjadinya kaki diabetes adalah nyeri tungkai bawah saat istirahat, pada perabaan terasa dingin, kesemutan dan cepat lelah, pulsasi pembuluh darah kurang kuat, kaki menjadi pucat bila ditinggikan dan adanya ulkus/gangrene. Seringkali kita jumpai penderita mengeluh kaki terasa sakit, kebas, dingin, kaki tampak pucat dan luka yang sukar sembuh, tidak jarang pasien kakinya sudah infeksi. Hal ini bisa terjadi karena biasanya penderita membiarkan atau masa bodoh terhadap masalah-masalah pada kaki yang dianggap sepele, tetapi bila dibiarkan dan tidak dirawat lama kelamaan akan menyebabkan infeksi serius pada kaki dan timbul komplikasi. Kondisi tersebut dapat dihindari dengan perawatan kaki yang benar (Saraswati, 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dafriani dan Marlinda 2020, bahwa pemberian edukasi pasien diabetes harus komprehensif yaitu tidak hanya meningkatkan dari segi aspek kognitif, namun juga afektif dan psikomotor sehingga harapannya dapat merubah perilaku serta meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes menjadi lebih baik dan dapat mengurangi angka kejadian masalah kaki yang hingga saat ini masih menjadi permasalahan yang harus segera diminimalkan untuk pasien diabetes.

Kegiatan penyuluhan tentang perawatan kaki pada penderita diabetes khususnya di RSUD Abdul Manap Kota Jambi ini perlu dilakukan sebagai bentuk upaya dalam melakukan pencegahan dan pengelolaan diabetes secara holistik serta sebagai sumber pengetahuan untuk memelihara dan meningkatkan status kesehatan pada pasien. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan para penderita diabetes dapat melakukan perawatan kaki untuk menghindari terjadinya infeksi hingga ulkus diabetikus pada kaki.

B. METODE PELAKSANAAN

Sasaran kegiatan dilakukan di poli penyakit dalam RSUD H. Abdul Manap dengan jumlah 30 peserta. Bentuk kegiatan yang dilakukan berupa Penyuluhan Kesehatan Masyarakat Rumah Sakit mengenai perawatan kaki pada penderita diabetes mellitus, bertujuan untuk peningkatan pengetahuan para peserta mengenai perawatan kaki yang dilakukan secara mandiri di rumah.

Pada saat evaluasi para peserta juga diberikan waktu untuk berdiskusi tanya jawab tentang materi yang telah disampaikan sewaktu penyuluhan. Dilanjutkan dengan moderator mengajukan pertanyaan kembali sesuai dengan materi yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman para peserta terhadap materi yang diberikan. Kegiatan penyuluhan ini berlangsung selama 45 menit. Untuk mengetahui pencapaian pengetahuan peserta diberikan berupa pertanyaan dengan kisi-kisi sebagai berikut: peserta mampu menyebutkan

pengertian perawatan kaki, peserta mampu mengetahui tujuan perawatan kaki, peserta mampu mengetahui risiko masalah kaki yang sering muncul, peserta mampu mengetahui pencegahan komplikasi pada penderita diabetes, peserta mampu mengetahui cara perawatan kaki.

Alat yang digunakan dalam penyuluhan ini berupa laptop, *microfone*, dan infocus. Kemudian media atau instrumen penyuluhan ini berupa leaflet, *Power Point*, Poster, dan souvenir *baby oil*.

C. HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Penyuluhan mengenai Perawatan Kaki pada pasien diabetes ini dilaksanakan pada hari Kamis, 30 November 2023 di lobby Penyakit dalam RS H.Abdul Manap Kota Jambi. Peserta yang hadir sebanyak 30 orang. Rangkaian kegiatan ini yaitu Penyuluhan mengenai Perawatan Kaki dan sesi tanya jawab mengenai materi yang di berikan. Pelaksanaan kegiatan ini berjalan sesuai harapan, peserta memperhatikan materi yang dipaparkan dan aktif dalam penyuluhan.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan

Peserta yang hadir berjumlah 30 orang lebih, sesuai target awal 30 orang. Sebelum acara dimulai, peserta diarahkan untuk mengisi absensi. Acara penyuluhan dibuka dengan sambutan ketua PKMRS, Kemudian dilanjutkan membuat kontrak waktu kepada peserta dan menanyakan kepada peserta mengenai pengetahuan umum seputar perawatan kaki. Setelah itu, penyajian materi selama 30 menit, dan 15 menit terakhir ialah sesi diskusi antara peserta ke pemateri.



Gambar 2. Sesi Diskusi

Penyuluhan berlangsung sesuai dengan rencana, mulai dari pembukaan hingga penutupan. Keseluruhan acara penyuluhan telah terlaksana dengan lancar, penyampaian materi yang kompeten serta peserta yang aktif bertanya dalam penyuluhan tersebut.



Gambar 3. Foto bersama

D. KESIMPULAN

Seluruh rangkaian kegiatan ini berjalan dengan semestinya. Kegiatan dilaksanakan pada hari Jum'at, 30 November 2023 di Lobby Poli Penyakit Dalam RSUD H. Abdul Manap Kota Jambi. Jumlah peserta yang berpartisipasi sebanyak 30 orang. Adapun rangkaian kegiatannya yaitu penyuluhan edukasi perawatan kaki penderita diabetes mellitus. Diharapkan kegiatan ini akan terus berlanjut serta kegiatan ini dapat meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat dalam perawatan kaki dalam pencegahan luka diabetes mellitus yang berdampak lebih parah. Serta diharapkan bagi masyarakat untuk edukasi yang telah diberikan dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari dalam perawatan kaki penderita diabetes mellitus

E. UCAPAN TERIMAKASIH

Kelompok 3 Profesi Ners Universitas Jambi mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada Tim Penyuluhan Kesehatan Rumah Sakit RSUD H. Abdul Manap atas kerjasama dan partisipasi sebagai mitra selama penyuluhan ini. Kolaborasi yang kuat antara tim Penyuluhan Kesehatan Rumah Sakit RSUD H. Abdul Manap telah menjadi landasan kesuksesan dalam menjalankan Praktik Profesi Ners dalam blok Keperawatan Dasar Profesi. Kelompok 3 Profesi Ners Universitas Jambi berharap bahwa kolaborasi ini akan terus berlanjut dan memberikan dampak positif dalam upaya melayani dan meningkatkan kualitas hidup para penderita diabetes mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Dafriani P, Marlinda R. Edukasi Dan Demonstrasi Senam Kaki Diabetes Pada Pasien Diabetes Melitus (DM) Di RSUD Rasidin Kota Padang. *Jurnal Abdimas Sainatika*. 2020 Nov 26;2(1):64-9
- Damayanti, Santi. 2015. *Diabetes Mellitus & Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Hidayati N.U. (2019). *Perawatan Kaki Bagi Penderita Diabetes Melitus*.
- Kemendes RI. *Infodatin 2020 Diabetes Melitus Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
- Prasetyani, D. & Sodikin. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Diabetes Melitus (DM) Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad* 2; 2017. Hal 1-9.
- Rumiris Simatupang, SKM. MK. *Pedoman Diet Penderita Diabetes Melitus*. Dr. Abdul Rahman H.,M.T. C., editor. Banten: Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM), Banten; 2020.
- Saraswati, A. R. (2022). *Diabetes Melitus Adalah Masalah Kita*.