



**TRANSFORMASI : JURNAL PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

**Email: [j.transformasi@ummat.ac.id](mailto:j.transformasi@ummat.ac.id)**

<http://journal.ummat.ac.id/index.php/transformasi/index>

ISSN: 2797-5940 (Online), ISSN: 2797-7838 (Print)

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Mataram

Jln. KH. Ahmad Dahlan No.1, PAGESANGAN, Kec. MATARAM, Kota MATARAM, NTB (83115)

---

**Penyuluhan Perawatan Kaki Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Di  
Puskesmas Kalijaga Permai Cirebon**

*Foot Care Education In Elderly With Diabetes Mellitus Type II At Kalijaga Puskesmas  
Permai Cirebon*

<sup>1)</sup>Ainun Kurniati <sup>2)</sup>Haeril

<sup>1)</sup>Akademi Keperawatan Dharma Husada Cirebon, <sup>2)</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Mbojo Bima

\*Email: [Ainunkurniati78@gmail.com](mailto:Ainunkurniati78@gmail.com), [Haeril.terminator@gmail.com](mailto:Haeril.terminator@gmail.com)

**Abstrak**

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan kesehatan kepada lansia tentang perawatan kaki guna mencegah terjadinya luka. Adapun metode yang digunakan yaitu melalui metode ceramah, tanya jawab, serta demonstrasi. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dalam pemberian penyuluhan pada penderita diabetes mellitus dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan tentang perawatan kaki dengan merubah sikap, perilaku dan meningkatkan kepatuhan dalam perawatan kaki bagi lansia. Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan melalui upaya penyuluhan terkait dengan tata cara perawatan kaki pada lansia, kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi perawatan kaki, dan dilanjutkan dengan pemeriksaan kadar gula darah kepada warga. Selain itu warga juga mendapatkan leaflet tentang perawatan kaki diabetes, dengan adanya leaflet tersebut diharapkan warga bisa melakukan perawatan kaki secara mandiri dan benar.

**Kata Kunci :** Penyuluhan; Perawatan kaki; Lansia; Diabetes

**Abstract**

*This activity aims to provide health education to the elderly about foot care to prevent injuries. The method used is through educational methods, lectures, questions and answers, and demonstrations of community service in providing counseling to people with diabetes mellitus as an effort to increase knowledge about foot care by changing attitudes, behavior and increasing compliance in elderly foot care. The implementation of the activities was carried out through outreach efforts related to foot care procedures for the elderly, then followed by a foot care demonstration, and continued with checking blood sugar levels to residents. In addition, residents also received leaflets about diabetic foot care, with these leaflets it is hoped that residents can carry out foot care independently and correctly.*

**Keywords:** Counseling; Foot care; Elderly; Diabetes

**Submitted : 24-08-2022, Revision : 29-08-2022, Accepted : 30-08-2022**

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus yang merupakan penyakit gangguan metabolik menahun ini merupakan akibat dari pankreas tidak memproduksi insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang produktif secara efektif (Association, 2010). Menurut ADA (*American Diabetes Association*) diabetes merupakan penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (Association, 2016).

Data dari *International Diabetic Federation* (IDF) pada tahun 2010 angka kejadian diabetes mellitus sebanyak 366 juta jiwa dan terjadi peningkatan pada tahun 2017 sebanyak 451 juta jiwa dan diperkirakan akan terus meningkat sampai tahun 2045 dengan jumlah penderita 693 juta jiwa (Cho et al., 2018).

Angka kejadian diabetes mellitus di Indonesia dari tahun ke tahun terus meningkat menurut Data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 sebanyak 6,9% penderita diabetes mellitus dan meningkat menjadi 10,9% pada tahun 2018 (Riset. Kesehatan, 2018). Indonesia kini menduduki posisi ke empat dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di setelah Amerika Serikat, China dan India (Cho et al., 2018). Di Jawa Barat sendiri angka kejadian diabetes mellitus pada tahun 2013 sebanyak 1,3% menjadi 1,7% pada tahun 2018 (Datin, 2018).

Pada penderita diabetes mellitus dapat terjadi komplikasi pada pembuluh darah kecil (mikrovaskuler) berupa kelainan pada retina, glomerulus ginjal, saraf dan pada otot jantung (kardiomiopati). Pada pembuluh darah besar komplikasi kronik pada diabetes mellitus dapat terjadi pada pembuluh darah serebral jantung (penyakit jantung koroner) dan pembuluh darah perifer (tungkai bawah). Komplikasi pada diabetes mellitus dapat berupa kerentanan berlebih terhadap infeksi seperti infeksi pada saluran kemih dan infeksi kaki yang kemudian dapat berkembang menjadi ulkus/ganggren diabetes (P. Perkeni, 2015). Komplikasi tersebut harus dicegah dengan cara melakukan perawatan kaki, karena masalah kaki diabetik terjadi disebabkan oleh berkurangnya sensasi rasa nyeri setempat (neuropati) sehingga membuat pasien tidak menyadari dan sering mengabaikan luka yang terjadi. Kondisi ini juga diperburuk oleh sirkulasi darah pada tungkai yang menurun karena kerusakan endotel pembuluh darah sehingga berdampak pada menurunnya jumlah oksigen dan nutrisi yang disuplai ke kulit maupun jaringan lain dan menyebabkan luka lambat penyembuhannya. Berkurangnya daya tahan tubuh

pasien diabetes mellitus juga memperberat luka menjadi infeksi yang bisa berakibat sepsis (Perkeni, 2015).

Banyaknya masalah-masalah yang dihadapi penderita diabetes mellitus khususnya tentang perawatan kaki dapat dicegah dan diminimalkan jika pasien meningkatkan pengetahuan dan praktik perawatan kaki yang tepat. Pasien diabetes mellitus harus menyadari bahwa kegiatan perawatan kaki merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari. Perawatan kaki merupakan salah satu upaya pencegahan primer yang bertujuan untuk mencegah terjadinya luka (Amelia, 2018).

Perawatan kaki pada pasien diabetes mellitus harus dilakukan agar angka ulkus gangren pada kaki menurun dan amputasi dapat dicegah. Komplikasi pada kaki terjadi karena kurangnya perawatan dan tidak efektifnya tindakan pencegahan yang dilakukan. Sesuai dengan pilar penatalaksanaan diabetes mellitus dimana salah satunya ada edukasi. Peningkatan pengetahuan tentang perawatan kaki merupakan hal yang sangat penting karena akan mempengaruhi sikap, perilaku dan diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan perawatan kaki. Penderita diabetes mellitus yang kurang pengetahuan dalam perawatan kaki akan berakibat fatal dan bisa terjadi ulkus diabetic (Amelia, 2018).

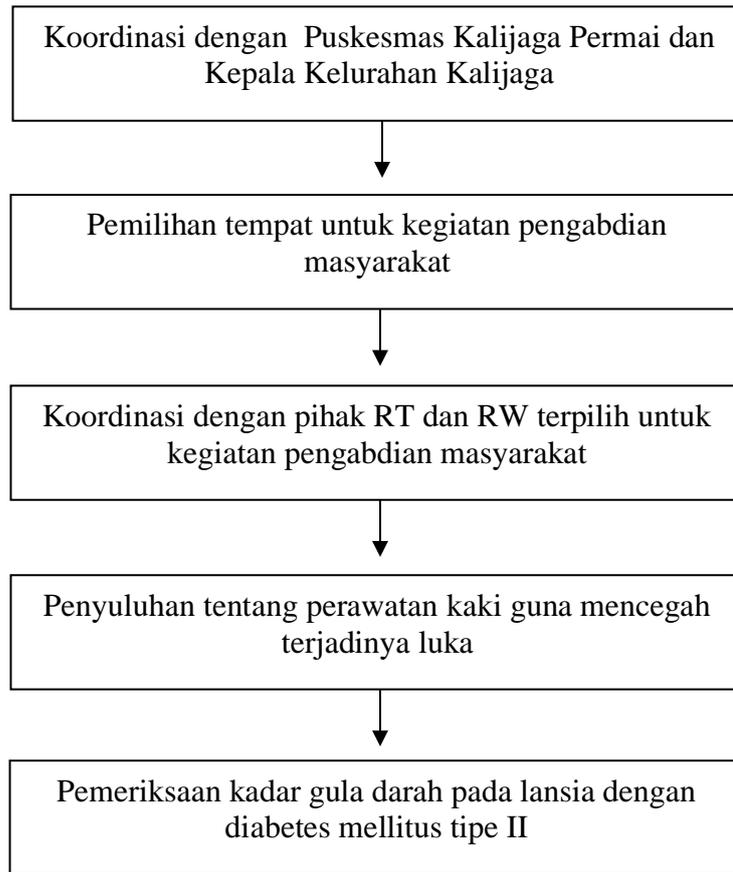
Berdasarkan masalah diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang “Penyuluhan Perawatan Kaki Pada Lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe IIdi Puskesmas Kalijaga Permai Cirebon”

## **METODE**

Pendekatan yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan diatas yaitu dengan memberikan edukasi melalui aktifitas ceramah, tanya jawab, dan Demonstrasi tentang perawatan kaki untuk mencegah terjadinya luka. Dari identifikasi masalah dalam rumusan masalah maka kami memberikan penyuluhan tentang perawatan kaki dengan melibatkan partisipatif aktif dari kader Posyandu lansia di kelurahan Kalijaga, sebagai berikut :

1. Berkoordinasi dengan pihak Puskesmas Kalijaga Permai dan kelurahan untuk tempat yang akan dilakukan pengabdian masyarakat.
2. Pemberian penyuluhan kesehatan kepada lansia tentang perawatan kaki guna mencegah terjadinya luka.

Adapun gambaran umum terkait penerapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah :



Berikut adalah jadwal kegiatan,

Tabel 1.1 Waktu dan Kegiatan

No	Kegiatan	Februari				
		Minggu ke -				
		1	2	3	4	5
1	Persiapan alat, bahan dan perijinan					
2	Kegiatan					
4	Penyusunan laporan akhir					

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Akper Dharma Husada Cirebon merupakan perguruan tinggi kesehatan terbesar di Kota Cirebon, yang selama ini sudah sering melakukan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pemberdayaan masyarakat dalam kesehatan. Adapun mitra Akper Dharma Husada dalam kegiatan ini adalah Puskesmas Kalijaga Permai. Akper Dharma Husada Cirebon telah banyak berkoordinasi dengan pihak terkait khususnya Puskesmas Kalijaga Permai (sudah 3 tahun) dalam melakukan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Melalui koordinasi dan kemitraan yang baik ini, tentu akan mempermudah tim dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat, khususnya masyarakat di Kelurahan Kalijaga.

Tim pelaksana kegiatan terdiri dari satu orang bergelar Magister Terapan Keperawatan, gelar tersebut diperoleh dari Poltekkes Kemenkes Semarang oleh Ketua Tim Pengusul. Adapun Anggota I Tim Pengusul memperoleh gelar magister sosial politik. Kegiatan ini juga melibatkan mahasiswa semester akhir AKPER Dharma Husada Cirebon sebanyak 3 mahasiswa.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan karena angka kejadian penderita diabetes mellitus yang terus meningkat dan untuk mencegah ulkus dan gangren pada kaki. Peningkatan pengetahuan tentang perawatan kaki merupakan hal yang sangat penting karena akan mempengaruhi sikap, perilaku dan diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan perawatan kaki.

Tahap awal sebelum pengabdian masyarakat dilaksanakan, peneliti melakukan pengkajian terlebih dahulu tentang kondisi yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kalijaga Permai, sebelum adanya pandemi Covid-19 biasanya pihak Puskesmas rutin melakukan Prolanis setiap bulan namun karena saat pandemi seperti sekarang pihak Puskesmas tidak bisa sering melakukan kunjungan. Di RW 02 banyak penderita diabetes mellitus yang sudah mengalami gangguan pada sensori kaki.

Dari hasil pengkajian tersebut pada tanggal 24 Februari 2021, tim pengusul kegiatan pengabdian masyarakat melakukan penyuluhan kesehatan tentang cara perawatan kaki pada lansia dengan diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Kalijaga Permai Cirebon. Penyuluhan, pemberian pendidikan, dan demonstrasi perawatan kaki dilakukan pukul 09.00 WIB sampai selesai, dengan beberapa materi penyuluhan seperti penjelasan tentang pengertian diabetes mellitus, tujuan perawatan kaki penderita

diabetes dan cara perawatan kaki bagi penderita diabetes. Berikut adalah tabel rangkaian acara pada kegiatan penyuluhan perawatan kaki pada lansia dengan diabetes Mellitus tipe II di Puskesmas Kalijaga Cirebon;

**Tabel 1.2 Rangkaian kegiatan penyuluhan**

No	Kegiatan	Penyuluhan	Waktu
1	Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam</li> <li>2. Membuka acara</li> <li>3. Memperkenalkan diri</li> <li>4. Menjelaskan tujuan penyuluhan</li> </ol>	10 menit
2	Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan tentang pengertian diabetes mellitus</li> <li>2. Menjelaskan tentang perawatan kaki diabetes</li> <li>3. Menjelaskan tentang tata cara perawatan kaki diabetes</li> <li>4. Sesi tanya jawab</li> </ol>	45 menit
3	Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menanyakan kepada peserta tentang materi yang disampaikan</li> <li>2. Menyimpulkan hasil penyuluhan</li> <li>3. Salam penutup</li> </ol>	15 menit
Mendemonstrasikan &Praktik mandiri perawatan kaki			

Setelah kegiatan penyuluhan dan demonstrasi selesai dilanjutkan dengan pemeriksaan kadar gula darah kepada warga RW 02 sebanyak 20 orang. Pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan melibatkan 3 orang Dosen AKPER Dharma Husada, petugas Puskesmas 2 orang, mahasiswa 2 orang dan 1 orang Kader.

Hasil evaluasi kegiatan penyuluhan, warga RW 02 memahami tentang bagaimana cara-cara perawatan kaki diabetes mellitus dan hal-hal yang tidak boleh dilakukan penderita diabetes terhadap kakinya. Warga mendapatkan leaflet tentang perawatan kaki diabetes, dengan adanya leaflet tersebut diharapkan warga bisa melakukan perawatan kaki secara mandiri dan benar.

## SIMPULAN

Melalui metode ceramah, tanya jawab, serta demonstrasi Pelaksanaan pengabdian masyarakat dalam pemberian penyuluhan pada penderita diabetes mellitus sebagai upaya meningkatkan pengetahuan tentang perawatan kaki dengan merubah sikap, perilaku dan meningkatkan kepatuhan dalam perawatan kaki bagi lansia. Penyuluhan dimulai dengan cara perawatan kaki pada lansia, kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi perawatan kaki, dan dilanjutkan dengan pemeriksaan kadar gula darah kepada warga. Selain itu warga juga mendapatkan leaflet tentang perawatan kaki diabetes, dengan adanya leaflet tersebut diharapkan warga bisa melakukan perawatan kaki secara mandiri dan benar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R. (2018). *Hubungan Perilaku Perawatan Kaki dengan Terjadinya Komplikasi Luka Kaki Diabetes pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tuntungan Kota Medan*. Paper presented at the Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM).
- Association), A. A. D. (2010). *Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus*. Diabetes Care
- Association), A. A. D. (2016). *Diabetes Management Guidelines*. <http://www.ndei.org/ADA-diabetes-management-guidelinesdiagnosis-A1C-testing.aspx.html>
- Cho, N., Shaw, J., Karuranga, S., Huang, Y., da Rocha Fernandes, J., Ohlrogge, A., & Malanda, B. (2018). IDF Diabetes Atlas: Global estimates of diabetes prevalence for 2017 and projections for 2045. *Diabetes research and clinical practice*, 138, 271-281.
- Datin, I. (2018). PUSAT DATA DAN INFORMASIH KEMENTERIAN KESEHATAN RI. *Situasi Gizi di Indonesia*.
- Hidayat, A. R., & Nurhayati, I. (2014). Perawatan kaki pada penderita diabetes militus di rumah. *Jurnal Permata Indonesia*, 5(2), 49-54.
- IDF, D. A. G. (2015). Update of mortality attributable to diabetes for the IDF Diabetes Atlas: Estimates for the year 2013. *Diabetes research and clinical practice*, 109(3), 461.

- Perkeni, P. (2015). Konsensus pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. *Jakarta: PB Perkeni*.
- Perkeni, P. E. I. (2011). Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia (The Consensus of Control and Prevention of Type 2 Diabetes Mellitus). *Jakarta: Perkeni (Indonesian Society of Endocrinology)*.
- Riset. Kesehatan, D. R. (2018). Jakarta:Kementerian Kesehatan RI.
- Yuliani, F., Oenzil, F., & Iryani, D. (2014). Hubungan berbagai faktor risiko terhadap kejadian penyakit jantung koroner pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Kesehatan Andalas, 3(1)*.