



## **PENGABDIAN PADA MASYARAKAT MELALUI EDUKASI KESEHATAN TENTANG PERAWATAN PENYAKIT DIABETES MELITUS PADA KOMUNITAS PASIEN RAWAT JALAN DI KLINIK AZZAINIYAH**

**Sri Astutik Andayani\*, Raufa, Nur Haliza, Dwi Susanti, Putri Dwi Sagita**

Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid, Jl. PP Nurul Jadid, Dusun Tj. Lor, Karanganyar, Paiton, Probolinggo, Jawa Timur 67291 Indonesia

\*[astutikandayani@unuja.ac.id](mailto:astutikandayani@unuja.ac.id)

### **ABSTRAK**

Diabetes dapat menyebabkan masalah berbagai organ, dengan ulkus diabetikum akibat neuropati yang paling umum, jadi masyarakat harus dididik tentang perawatan kesehatan kaki dan senam kaki untuk mencegah ulkus diabetikum. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang diabetes melitus dan meningkatkan kemampuan mereka untuk menerima perawatan, termasuk senam kaki diabetik. Metode yang digunakan dalam Kegiatan ini menggabungkan ceramah, diskusi, demonstrasi, dan praktek. Leaflet adalah alat yang digunakan untuk membantu penyampaian materi. Persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi adalah langkah-langkah awal dari kegiatan. Untuk mengetahui seberapa efektif kegiatan ini, apersepsi dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. Setelah kegiatan selesai, diberikan pertanyaan untuk melakukan evaluasi. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa metode edukasi efektif meningkatkan pengetahuan responden tentang perawatan senam kaki diabetes.

Kata kunci: diabetes melitus; edukasi; senam kaki

### ***HEALTH EDUCATION ABOUT TREATMENT OF DIABETES MELLITUS IN THE OUTPATIENT COMMUNITY AT AZZAINIYAH CLINIC***

#### **ABSTRACT**

*Diabetes can cause problems with various organs, with diabetic ulcers due to neuropathy being the most common, so the public must be educated about foot health care and foot exercises to prevent diabetic ulcers. The aim of this community service is to increase public awareness about diabetes mellitus and increase their ability to receive treatment, including diabetic foot exercises. The method used in this activity combines lectures, discussions, demonstrations and practice. Leaflets are tools used to help deliver material. Preparation, implementation and evaluation are the initial steps of the activity. To find out how effective this activity was, an apperception was carried out to measure the participants' level of knowledge. After the activity is completed, questions are asked to carry out evaluation. The results of community service show that the educational method is effective in increasing respondents' knowledge about diabetes foot exercise care.*

Keywords: *diabetes mellitus; education; foot exercises*

#### **PENDAHULUAN**

Diabetes mellitus adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum di dunia. Perawatan medis yang berkelanjutan diperlukan untuk diabetes mellitus, suatu kondisi yang kompleks dan menahun yang memerlukan pengendalian gula darah dan strategi pengurangan risiko dari berbagai faktor (ADA, 2020). Menurut Federasi Diabetes Internasional (IDF, 2017), ada 425 juta

orang dewasa berusia antara 20 dan 79 tahun yang menderita diabetes global pada 2017. Di Indonesia sendiri, jumlah penderita diabetes mencapai 10,3 juta orang. Saat ini, Indonesia menduduki peringkat ke-7 dari sepuluh negara dengan tingkat diabetes tertinggi di dunia. Diabetes tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum di Indonesia dan sangat erat terkait dengan pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat. Satu pasien muncul setiap 19 detik, muncul satu pasien baru, dan setiap enam detik, ada satu pengidap diabetes yang meninggal dunia (Hugeng dan Santos, 2017).

Jawa Timur adalah provinsi dengan jumlah kasus diabetes melitus tertinggi di Indonesia pada tahun 2019. Jumlahnya sebanyak 841.994 kasus. Penyakit tidak menular adalah penyebab kematian utama di seluruh dunia, bertanggung jawab atas 38 juta kematian (68%) dari 56 juta kematian yang terjadi pada tahun 2012. Lebih dari 40% dari total tersebut (16 juta) adalah kematian sebelum waktunya atau di bawah usia 70 tahun. Hampir tiga perempat dari total tersebut (28 juta), dan sebagian besar (82%) kematian premature terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. Oleh karena itu, Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2014 menetapkan sembilan tujuan untuk mengurangi angka kematian akibat penyakit tidak menular di seluruh dunia, khususnya di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2014). Karena itu, penyakit tidak menular harus dicegah dan dikendalikan secara bersamaan. Program PROLANIS, yang dimulai sejak 2015, merupakan salah satu inisiatif yang dilakukan oleh BPJS bekerja sama dengan layanan primer yang ada, seperti puskesmas dan klinik. PROLANIS adalah sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan fasilitas kesehatan, peserta, dan BPJS Kesehatan untuk memastikan peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis memiliki kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efisien dan efektif (BPJS, 2016). Tujuan program ini adalah untuk mendorong peserta yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal (BPJS, 2016).

Klinik Azzainiyah Paiton Probolinggo memiliki 15 pasien diabetes, menurut observasi dan wawancara. Penderita DM dapat bekerja dalam berbagai jenis pekerjaan, seperti wiraswasta atau pegawai, petani, dan lainnya. Mayoritas orang yang menderita diabetes berusia 45 tahun atau lebih. Pasien diabetes yang mendapatkan perawatan di Klinik Azzainiyah terus mengatakan bahwa mereka memiliki tingkat glukosa darah yang tinggi dalam artian belum terjadi perubahan yang nyata walaupun telah melakukan pengobatan secara farmakologis. Hal ini jelas terkait dengan kurangnya pengetahuan tentang pola makan dan gaya hidup yang sehat. Oleh karena itu, berdasarkan masalah di atas, kami membuat kesimpulan bahwa pasien klinik Azzainiyah yang menderita diabetes harus diberi intervensi tambahan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam mengelola penyakit mereka, seperti pendidikan atau pendidikan kesehatan dan pelatihan senam kaki diabetes melitus untuk meningkatkan keterampilan dalam mengelola diabetes melitus.

Solusi yang ditawarkan adalah Penatalaksanaan untuk mengontrol kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus dapat dilakukan dengan intervensi non farmakologis., ada beberapa pencegahan yang dapat dilakukan yakni edukasi berupa pendidikan kesehatan dan pelatihan senam kaki diabetes melitus diantaranya adalah aktif berolahraga (senam), mengatur diet (karbohidrat), serta mengupayakan perubahan kondisi (menghindari stres dan mengobati penyakit lain) (Afifah). Tujuan dari pelaksanaan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan

kemampuan pasien Diabetes Melitus dalam melakukan perawatan termasuk senam kaki diabetik.

## METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penggabungan metode ceramah, diskusi, demonstrasi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2023. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pasien DM yang berada di Klinik Azainiyah Pesantren Nurul Jadid Probolinggo dimana jumlah peserta sejumlah 25 peserta. Peserta yang terlibat diharapkan dapat menyebarkan pengetahuan terkait pola makan dan pengetahuan terkait senam kaki kepada pasien DM Lainnya.

### Tahap Persiapan:

1. Survei lokasi kegiatan
2. Manajemen administrasi dan perizinan fasilitas pengabdian masyarakat
3. Menyediakan materi pelatihan dan pendidikan

### Tingkat Pelaksanaan

1. Isi lembar hadir
2. Mengukur tanda vital, BB, dan TB
3. Pemeriksaan gula darah dan kolesterol
4. Penjelasan materi tentang pelatihan pemeriksaan, perawatan, dan senam kaki DM untuk penderita diabetes mellitus.
5. Diskusi dan pertanyaan tentang berbagai makanan dan pola diet yang mempengaruhi pengendalian diabetes mellitus.
6. Pemutaran video untuk pemeriksaan, perawatan, dan senam kaki DM
7. Bermain peran atau demonstrasi dengan peserta

### Tahap Penilaian

Proses evaluasi dilakukan untuk menentukan apakah kegiatan dilakukan dengan benar dan dapat dicapai dengan baik sesuai dengan tujuan kegiatan.

1. Menentukan aspek kognitif
2. Untuk mengukur aspek afektif
3. Untuk mengukur aspek psikomotor

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.  
Distribusi Frekuensi Responden (n=15)

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	10	66,7
Perempuan	5	33,3
Total	15	100,0
Usia		
40 – 50 Tahun	4	26,7
51-59 Tahun	11	73,3

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 15 responden, 10 laki-laki, atau 66,6%, dan 11 perempuan, atau 33,3%, berusia 51-59 tahun. Beberapa faktor dapat menyebabkan gula darah meningkat, seperti usia, jenis kelamin, kurang berolah raga, bertambahnya jumlah makanan yang dikonsumsi,

meningkatnya stres, dan efek pengobatan atau penggunaan steroid. Hal ini sejalan dengan teori LeMone, Priscilla. (2016), yang menyatakan bahwa diabetes meningkat seiring usia, terutama pada orang berusia lebih dari empat puluh tahun. Ini karena pada usia ini intoleransi sel pankreas terhadap produksi insulin meningkat (sunjaya dalam Endriyanto, Hasneli, & Dewi, 2013). DM tipe 2 biasanya didiagnosis pada orang dewasa dan orang-orang dari suku tertentu. Ini adalah jenis DM yang tidak bergantung pada insulin dan biasanya didiagnosis pada orang dewasa berusia lebih dari empat puluh tahun.

Tabel 2.  
Hasil Uji Beda Tingkat Pengetahuan sebelum dan sesudah Edukasi (n=15)

Pengetahuan	Pre Test	Post Test
	%	%
Baik	10,9	95,5
Cukup	15,6	4,5
Kurang	73,5	0

Tabel 2 hasil pre-test tentang perawatan dan senam kaki bagi penderita diabetes mellitus sebagian besar pada tingkat pengetahuan kurang, yaitu 73,5%, dan hasil post-test pada tingkat pengetahuan baik, yaitu 95,5%, menurut tabel 2. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penyuluhan membantu meningkatkan pengetahuan. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yolanda Septia Fajri pada tahun 2017 berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Pencegahan Hipoglikemia Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Andalas". Hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam pencegahan hipoglikemia pada pasien diabetes mellitus, dengan p-value 0,000 ( $p \leq 0,05$ ). Pendidikan kesehatan telah meningkatkan pengetahuan pasien diabetes melitus, meningkatkan keyakinan mereka terhadap diabetes.

Tatalaksana menyeluruh diperlukan untuk penderita diabetes melitus dengan kadar glukosa darah yang tidak terkontrol untuk mencegah komplikasi. Menurut Perkeni (2019), ada lima pilar utama dalam pengobatan diabetes melitus: pendidikan, terapi nutrisi medis, latihan fisik, terapi farmakologis, dan pemantauan glukosa darah mandiri (Soelistijo et al., 2019). Tidak hanya materi pendidikan tingkat awal dan tingkat lanjutan, tetapi juga instruksi tentang perawatan kaki. Mereka yang mendapatkan perawatan kaki pada diabetes harus melakukan apa yang disarankan dokter dan mematuhi. Pendidikan adalah komponen yang mempengaruhi kepatuhan. Pendidikan yang buruk menyebabkan pengetahuan yang rendah, yang pada gilirannya menyebabkan kurangnya kesadaran tentang pengobatan, yang pada gilirannya akan menyebabkan komplikasi (Maulida & Hermino, 2020). Pendidikan terkait dengan pengetahuan: seseorang dengan pendidikan tinggi diharapkan memiliki pengetahuan yang lebih luas, tetapi seseorang dengan pendidikan rendah tidak selalu berarti pengetahuannya rendah. Pendidikan dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk mengubah perilaku kesehatan mereka (Notoatmodjo et al., 2012).

Peserta menunjukkan perilaku perawatan kaki yang masih tidak sesuai, seperti memotong kuku kaki tidak sejajar dan tidak menggunakan alas kaki ketika keluar rumah. Peserta memperhatikan dengan cermat instruksi dan mempraktikkan perawatan kaki dan senam kaki. Di antara kesulitan yang dihadapi peserta saat melakukan perawatan dan senam kaki adalah kesulitan untuk merobek koran bagi mereka yang mengalami gangguan pada kaki, kesulitan untuk mengingat langkah-langkah senam kaki, dan kesulitan untuk menghentikan kebiasaan menggunakan alas kaki saat

keluar rumah. Jadi, guru memberikan poster dengan gerakan senam untuk diingat. Poster dapat ditempelkan di dinding rumah agar orang yang hadir dapat melihatnya.

Pelatihan Senam Kaki untuk Penderita Diabetes Mellitus dilakukan secara interaktif dan menggunakan bahasa yang dimengerti. Edukasi kesehatan diharapkan dapat memengaruhi perilaku mitra, termasuk perubahan pengetahuan. Dengan memberikan pembelajaran kepada responden, terjadi perubahan dari yang belum mengetahui menjadi mengetahui dan dari yang belum memahami menjadi memahami. Tujuan dari edukasi kesehatan adalah untuk meningkatkan kesadaran peserta tentang pentingnya melakukan aktivitas fisik setiap hari, terutama bagi penderita diabetes melitus dan anggota masyarakat Tomang yang berisiko terkena diabetes melitus. Target jangka pendek kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran peserta edukasi kesehatan akan pentingnya berolahraga dan melakukan aktivitas fisik setiap hari. Manfaat kegiatan untuk mitra, yang berarti peserta didik dapat melakukannya sendiri berolahraga serta aktivitas fisik yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Target jangka panjang adalah menurunkan angka kejadian diabetes melitus serta komplikasinya

### **SIMPULAN**

Sudah ada upaya pengabdian masyarakat yang berhasil. Ada peningkatan presentase pengetahuan responden antara sebelum dan sesudah pendidikan, yang dilakukan melalui penyuluhan, dan menggunakan instrumen pre-test dan post-test. Kegiatan pengabdian masyarakat di Klinik Azzainiyah diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang pemeriksaan, perawatan, dan senam kaki DM.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- ADA (American Diabetes Association). (2020). Classification and diagnosis of diabetes: Standards of Medical Care in Diabetes-2020. *Diabetes Care*, 43(January), S14–S31 <https://doi.org/10.2337/dc20-S002>
- BPJS . (2016). INFO BPJS Kesehatan. BPJS Kesehatan.
- Afifah, A. N., & Rifa'i, A. (2017). Pengaruh Senam Diabetes Melitus (DM) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien DM TIPE 2 Di Persadia Unit RSUD Dr. Moewardi Di Surakarta Tahun 2015. (JKG) *Jurnal Keperawatan Global*. <https://doi.org/10.37341/jkg.v2i2.35>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2020). Profil Kesehatan Jawa Timur 2020, Surabaya: Dinas Kesehatan Jawa Timur.
- Endriyanto, Hasneli, & Dewi. (2013). Efektifitas senam kaki diabetes melitus dengan koran terhadap tingkat sensitivitas kaki pada pasien dm tipe 2. Universitas Riau.
- Ginanjari, Y., Damayanti, I., & Permana, I. (2022). Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Pkm Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan Galuh*, Vol.4 No.1 (2022). <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/JKG/article/view/>.
- Hasbullah dkk. (2020). Pengaruh Senam Terhadap Penurunan Kadar gula darah sewaktu pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan*

Makassar.<http://journal.poltekkesmks.ac.id/ojs2/index.php/mediakeperawatan/article/view/1763/pdf>

- Hugeng Maya, & Santos Y. (2017). *Merdeka Diabetes*. Jakarta : Penerbit Bhuana Ilmu Populer.
- IDF. (2017). *International Diabetes Federation Diabetes Atlas 8th*.
- LeMone, Priscilla. (2016.) *Buku Ajar keperawatan medikal bedah gangguan integumen, gangguan Endokrin, Gangguan Gastrointestinal*. Vol. 2. Jakarta : EGC.
- Lewis, S. L., Bucher, L., Heitkemper, M. M., Harding, M. M., Kwong, J., & Roberts, D. (2016). *Medical- Surgical Nursing-E-Book: Assessment and Management of Clinical Problems, Single Volume*. Elsevier Health Sciences
- Malkawi, A.M. (2012). The effectiveness of physical activity in preventing type 2 diabetes in high risk individuals using well-structure interventions: a systematic review. *Journal of Diabetology*. 1(2):1-7.
- Putri NHK, Isfandiari MA. (2013). Hubungan empat pilar pengendalian dm tipe 2 dengan rerata kadar gula darah. *Journal Universitas Airlangga*. 2(1):234-43.
- Ratnawati, D. I., & Insiyah, I. (2017). Pengaruh Senam Kaki Terhadap Penurunan Resiko Neuropati Perifer Dengan Skor Diabetic Neuropathy Examination Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Sibela Kota Surakarta. (Jkg) *Jurnal Keperawatan Global*, 2(2), 86–90. <https://doi.org/10.37341/jkg.v2i2.37>
- Seid, A., & Tsige, Y. (2015). Knowledge, Practice, and Barriers of Foot Care among Diabetic Patients Attending Felege Hiwot Referral Hospital, Bahir Dar, Northwest Ethiopia. *Advances in Nursing*, 2015, 1–9. <https://doi.org/10.1155/2015/934623>
- Maulida, R., & Hermino, A. (2020). Faktor faktor yang mempengaruhi self-care perawatan kaki pada diabetes Melitus tipe 2: literature review. *Proceeding of Sari Mulia University Nursing National Seminars*, 211–222.
- Notoatmodjo, S., Anwar, H., Ella, N. H., & Tri, K. (2012). *Promosi kesehatan di sekolah*. Jakarta: rineka cipta, 21–23.