



**Pelatihan Tentang Perawatan Kaki pada Pasien Penderita  
Diabetes Mellitus Tipe II di Komunitas**

Eva Dwi Ramayanti<sup>1\*</sup>, Devangga Darma Karingga<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dosen S1 dan Profesi Keperawatan Universitas Kadiri

**\*Korespondensi:** Email: [eva.dwi@unik-kediri.ac.id](mailto:eva.dwi@unik-kediri.ac.id)

---

**Abstrak**

Kegiatan pengembangan diri dalam upaya pelatihan pelayanan kesehatan bagi penderita Diabetes Mellitus merupakan suatu keharusan bagi setiap tenaga kesehatan yang ada. Salah Satu kegiatannya adalah dengan memberikan pelatihan pelayanan kesehatan bersama tentang perawatan kaki pada penderita Diabetes Mellitus. Kegiatan pelatihan yang dilakukan diwilayah Kelurahan Pojok Kota Kediri. Kegiatan pelatihan berupa pemeriksaan berkala serta mengikuti penyuluhan kesehatan tentang pemeriksaan, perawatan dan senam kaki DM. ini juga merupakan salah satu kegiatan pengembangan pelayanan kesehatan yang dilakukan bersama dengan tenaga kesehatan yang ada di wilayah setempat. Dalam kegiatan pemberian pelatihan ini kami sebagai tenaga kesehatan menerapkan beberapa materi diklat first aid serta materi dasar. Materi pelatihan terdiri dari : 1). pelatihan senam kaki diabetic, 2). penyuluhan tentang Penyakit diabetes melitus, 3). pemeriksaan kadar gula darah. Kegiatan pelatihan menggunakan metode pelatihan tentang senam kaki diabetic pre-post test, edukasi dan diskusi. Berdasarkan evaluasi hasil yang dicapai berupa peningkatan pengetahuan peserta tentang penyakit diabetes melitus, antusiasme peserta dalam mengikuti Latihan senam kaki diabetic dan pemeriksaan kadar gula darah. Sebelum diberikan penyuluhan, sebanyak 80% peserta memiliki pengetahuan yang kurang dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan menjadi 90% peserta telah memiliki pengetahuan yang baik.

**Kata Kunci:** Pelatihan, Perawatan kaki, Diabetes Mellitus tipe II

---

**Abstract**

Self-development activities in an effort to provide health service training for people with diabetes mellitus is a must for every existing health worker. One of its activities is to provide joint health service training on foot care for people with diabetes mellitus. The training activities were carried out in the Pojok Kelurahan area, Kediri City. The training activities were in the form of periodic checks and attending health education about DM examination, care and foot exercises. This is also one of the health service development activities carried out together with health workers in the local area. In the activity of providing this training, we, as health workers, apply some first aid training materials as well as basic materials. The training materials consist of: 1). diabetic foot exercise training, 2). counseling about diabetes mellitus, 3). examination of blood sugar levels. Training activities use training methods on diabetic foot exercises pre-post test, education and discussion. Based on the evaluation of the results achieved in the form of increasing participant knowledge about diabetes mellitus, enthusiasm of participants in following diabetic foot exercise and checking blood sugar levels. Before being given counseling, as many as 80% of participants had insufficient knowledge and after being given counseling there was an increase to 90% of participants who had good knowledge.

**Keywords:** Training, Foot care, Diabetic tipe 2

---

## PENDAHULUAN

*Diabetes Mellitus* adalah suatu kelainan metabolis kronik yang terjadi karena berbagai penyebab, ditandai oleh konsentrasi glukosa darah melebihi normal disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang diakibatkan oleh kelainan sekresi hormon insulin, kelainan kerja insulin atau keduanya (Darwis, 2013). Jumlah penderita penyakit *Diabetes Mellitus* akhir-akhir ini menunjukkan kenaikan yang bermakna diseluruh dunia. Perubahan gaya hidup seperti pola makan dan berkurangnya aktivitas fisik dianggap sebagai penyebab terpenting (Bustan, 2014). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Kediri Tahun 2023, data kunjungan pasien *Diabetes Mellitus* di Puskesmas Sukorame Tahun 2022 sejumlah 1080, sedangkan pada Tahun 2023 sejumlah 1244. Berdasarkan survey awal yang dilakukan di puskesmas Sukorame Kota Kediri jumlah seluruh pasien di wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri Kurang lebih berjumlah 85 orang dan yang menderita *Diabetes Mellitus* ada 28 orang (32%). Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa hampir sebagian pasien *Diabetes Mellitus* di Puskesmas Sukorame Kota Kediri mengalami *Diabetes mellitus*. (survey januari 2023).

Penyebab dari meningkatnya kadar gula darah, yaitu kurang berolahraga, bertambahnya jumlah makanan yang dikonsumsi, meningkatnya stres dan faktor emosi, pertambahan berat badan dan usia serta dampak perawatan dari obat (Fox & Kilvert, 2010). Dampak dari *Diabetes Mellitus* akan terjadi ketika kadar gula darah yang buruk sehingga dapat mengakibatkan hiperglikemia dalam jangka panjang yang dapat memicu beberapa komplikasi yang serius baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler seperti luka gangren pada kaki. Gangguan integumen dan muskulo akan muncul sebagai dampak dari gangren.

Dari semua fenomena diatas perlu dilakukan upaya penanganan promotif berupa pelatihan perawatan kaki pada seseorang dengan riwayat DM tipe II. Di Desa Pojok Kota Kediri penderita DM semakin meningkat dalam 3 tahun ini. Sebagian besar dari mereka mengalami masalah pada kaki. Untuk itu perlu dilakukan kegiatan bakti sosial berupa pelatihan perawatan kaki pada warga dengan riwayat DM tipe II.

## METODE

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode: edukasi, pemeriksaan kesehatan dan pemberian pelatihan perawatan luka pada kaki. Edukasi diberikan dengan menggunakan penyuluhan kesehatan secara tatap muka. Media edukasi berupa lembar balik dan leaflet. Sedangkan pemeriksaan kesehatan dilakukan berupa pengukuran antropometri, screening darah sederhana dan pemeriksaan TTV. Metode yang dilakukan dengan pemeriksaan langsung. alat yang digunakan berupa timbangan BB, glukostick dan cek darah. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan metode demonstrasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

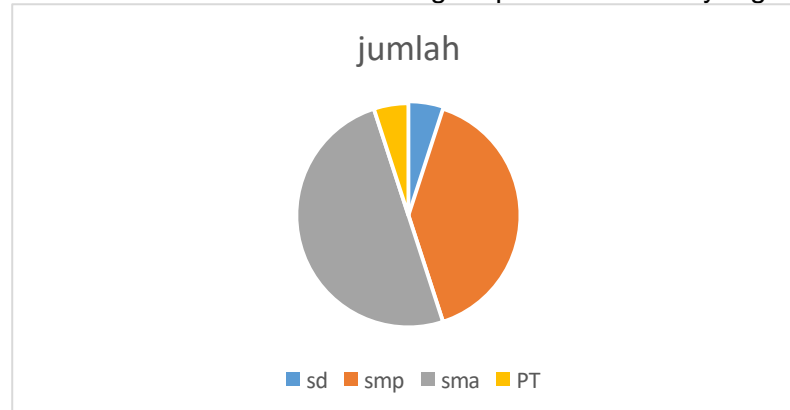
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Pojok Kota Kediri. Baksos dilakukan dengan memberikan pelatihan perawatan kaki pada warga dengan riwayat DM tipe 2. Kegiatan baksos dilakukan dengan Pelatihan tentang perawatan kaki pada penderita DM yang dilaksanakan pada tanggal 16-18 Maret 2023 bertempat di wilayah Kelurahan Pojok Kota Kediri, dipusatkan di Posyandu

Lansia di RW 2. Dalam kegiatan ini melibatkan kader posyandu lansia dan mahasiswa keperawatan..

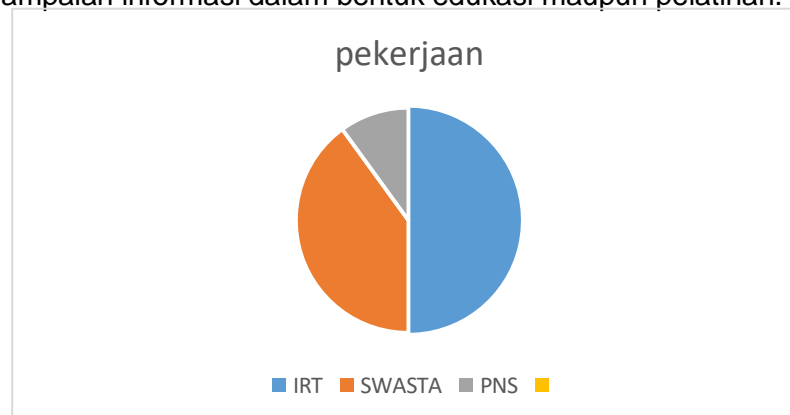
Kegiatan baksos diatas meliputi pemeriksaan fisik dan gula darah, edukasi tentang DM tipe 2 dan pelatihan senam kaki diabetik. Berikut ini rincian kegiatan yang dilakukan selama baksos di desa Pojok Kota kediri:

1. Orentasi dan pemeriksaan kesehatan

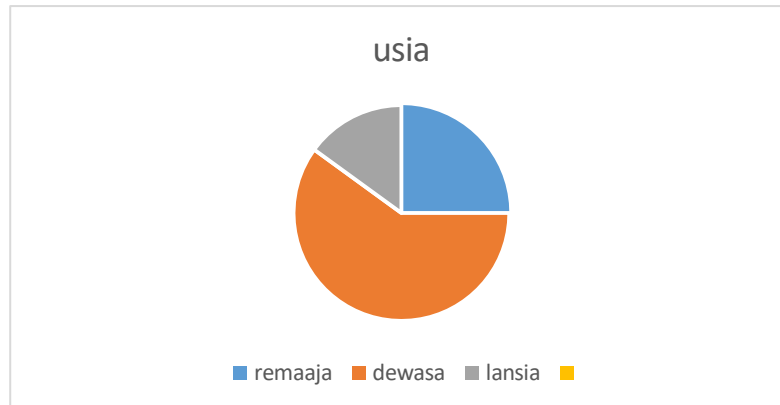
Kegiatan ini dilakukan pada hari pertama baksos yaitu 16 Maret 2023. Bertempat di aula posyandu lansia RW 2 desa Pojok Kota kediri. Dihadiri 23 orang warga. Sebagian besar dari mereka mempunyai riwayat dibates mellitus. Berikut ini data demografi peserta baksos yang hadir:



Dari grafik diatas sebagian besar warga mempunyai pendidikan SMA. Tingkat pendidikan yang cukup baik akan menunjang keberhasilan penyampaian informasi dalam bentuk edukasi maupun pelatihan.

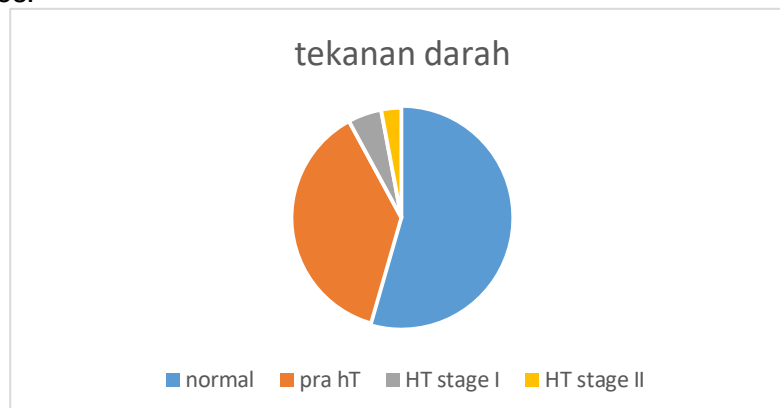


Grafik diatas menunjukkan pekerjaan terbanyak adalah IRT. Kondisi ini memberi kemungkinan bagi warga untuk bisa dengan leluasa mengikuti baksos tiap sesi dengan baik sampai dengan selesai. Waktu luang akan mendukung peserta baksos mengikuti tiap kegiatan di baksos dengan baik.



Grafik diatas menunjukan usia terbanyak baksos adalah lansia. Pada rentang ini lansia beresiko mengalami gangguan fungsi kesehatan akibat proses degeneratif. Mereka rentan mengalami DM tipe dan gangren.

Pada sesi ini dilakukan orientasi berupa pengenalan kepada peserta baksos. Menjelaskan tujuan dan agenda kegiatan selama baksos. Pada sesi ini juga dilakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran tekanan darah dan pengukuran gula darah melalui glucostick. Berikut ini hasil temuan pemeriksaan tekanan darah pada warga selama baksos:



Dari grafik diatas diketahui bahwa sebagian besar warga mempunyai tingkat tekanan darah dalam batas normal. Namun ada beberapa orang dengan hipertensi staidum 2. Sisanya adalah mereka dengan hipertensi ringan. Seseorang dikatakan hipertensi bila tekanan darahnya melebihi 140 mmHg pada nilai sistole.



Tampak pada gambar dilakukan pemeriksaan gula darah dengan menggunakan glukostick.pada pemeriksaan diatas ada beberapa warga yang

kedapatan mengalami kenaikan tekanan darah. Dan terdapat temuan 2 orang hiperglikemia tanda diketahui sebelumnya.



Dari gambar diatas menunjukan bahwa sedang dilakukan pelatihan perawatan kaki. model pelatihan berupa demontrasi langsung cara perawatan kaki diikuti dengan tiap peserta menerapkan materi yang sudah dilatihkan .



#### **KESIMPULAN**

Hasil kegiatan baksos berupa peningkatan pengetahuan peserta tentang penyakit diabetes melitus, antusiasme peserta dalam mengikuti Latihan senam kaki diabetic dan pemeriksaan kadar gula darah. Sebelum diberikan penyuluhan, sebanyak 60% perserta memiliki pengetahuan yang kurang dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan menjadi 90% peserta telah memiliki pengetahuan yang baik.

#### **KESIMPULAN**

Hasil kegiatan baksos berupa peningkatan pengetahuan peserta tentang penyakit diabetes melitus, antusiasme peserta dalam mengikuti Latihan senam kaki diabetic dan pemeriksaan kadar gula darah. Sebelum diberikan penyuluhan, sebanyak 60% perserta memiliki pengetahuan yang kurang dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan menjadi 90% peserta telah memiliki pengetahuan yang baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asnaniar, W. O. S., & Munir, N. W. (2020). Optimalisasi Self Care Management Diabetes pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Parangloe Kabupaten Gowa. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 9–14. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v6i1.1156>
- Darmojo dan Martono. (2020). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Lansia)*. Jakarta: Edisi 2, FKUI.
- International Diabetes Federation. (2019). IDF DIABETES ATLAS Ninth edition 2019. In *The Lancet*. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(55\)92135-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(55)92135-8)
- Kemenkes, R. (2018). Laporan Riskesdas Nasional 2018. Laporan Riskesdas Nasional 2018, 120.
- Mardjono, M. S. (2009). *Neurologi Klinis Dasar*. Jakarta, Dian Rakyat.
- Martono, D. d. (2007). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Lansia)*. Jakarta: Edisi 3. FKUI.
- Martono, D. d. (2007). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Lansia)*. Jakarta: Edisi 2, FKUI.
- Nuraeni, N., & Arjita, I. P. D. (2019). Pengaruh Senam Kaki Diabet Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Type II. *Jurnal Kedokteran*, 3(2), 618. <https://doi.org/10.36679/kedokteran.v3i2.80>
- Yudhi. (2009). Senam Kaki. Diakses dari <http://www.kesad.mil.id/content/senam-kaki>. Diperoleh tanggal 17 Maret 2022.