



Foot Care in Preventing Diabetic Ulcers in Diabetes Mellitus Patients at Tanah Tinggi Health Center

Wirda Faswita¹, Leli Herawati²

^{1,2}[Departemen of Medical Surgery and Basic Nursing, Stikes Sehat Medan]

Abstract. Foot care is an action that aims to prevent diabetic ulcers including washing and drying the feet, checking the condition of the feet every day, taking care of nails, being careful when exercising, and protecting the feet with shoes and socks. This action is carried out on the elderly who suffer from Diabetes Mellitus and have the potential to experience health problems. The purpose of this activity is to carry out early detection and prevent the occurrence of Diabetic Ulcers. The activity was carried out on June 17, 2021, UPTD Tanah Tinggi Public Health Center, Binjai City. The implementation of these activities gives positive results for the elderly. People who check themselves can find out the condition of their feet and add information in the prevention of diabetic ulcers with the result that participants enthusiastically ask about foot care and are able to explain how to prevent diabetic ulcers.

Keyword: Foot care, Foot assessment, Diabetic Ulcer, Diabetes Mellitus

Abstrak. Perawatan kaki adalah suatu tindakan yang bertujuan untuk mencegah ulkus diabetikum meliputi mencuci dan mengeringkan kaki, memeriksa kondisi kaki setiap hari, merawat kuku, berhati-hati saat olahraga, serta melindungi kaki dengan sepatu dan kaos kaki. Tindakan ini dilakukan pada lansia yang menderita Diabetes Mellitus berpotensi mengalami gangguan Kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah melakukan pengkajian kaki diabetik dan memberikan informasi tentang perawatan kaki diabetik. Kegiatan dilakukan pada tanggal 15 Juni 2021 UPTD Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binjai. Pelaksanaan kegiatan tersebut memberikan hasil yang positif bagi lansia. Masyarakat yang memeriksakan dirinya dapat mengetahui kondisi kakinya dan menambah informasi dalam pencegahan ulkus diabetik dengan hasil peserta antusias bertanya tentang perawatan kaki dan mampu menjelaskan tentang cara pencegahan ulkus diabetik.

Kata Kunci: Perawatan kaki, Pengkajian kaki, Ulkus Diabetikum, Diabetes Mellitus

Received 15 March 2022 | Revised 18 March 2022 | Accepted 05 April 2022

1. Pendahuluan

Menurut organisasi kesehatan dunia WHO memperkirakan jumlah penderita diabetes di Indonesia akan terus melonjak, dari semula 8,4 juta penderita di tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta di tahun 2030 [1]. Menurut International Diabetes Federation (IDF) (2013), prevalensi diabetes

*Corresponding author at: Departemen of Medical Surgery and Basic Nursing, Stikes Sehat Medan

E-mail address: wurdafaswita@gmail.com

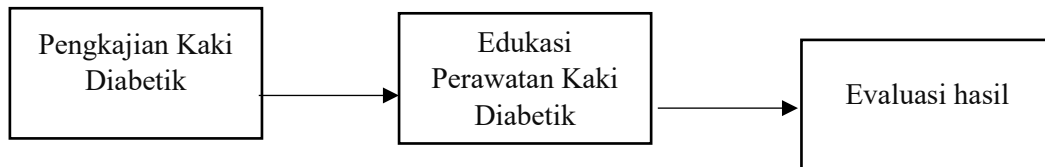
melitus di Indonesia sekitar 8,5 juta orang dan membuat Indonesia berada pada peringkat ke tujuh dunia negara dengan populasi diabetes terbanyak. Prevalensi diabetes melitus di Indonesia menurut Perkeni (2015) telah mencapai 9,1 juta orang. Kali ini Indonesia disebut-sebut telah bergeser naik dari peringkat tujuh menjadi peringkat kelima teratas diantara negara-negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak dunia [2]. Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus di Indonesia meningkat 8,5% pada tahun 2018. Angka ini menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita Diabetes [3]. Komplikasi yang terjadi pada penderita Diabetes Mellitus bersifat jangka pendek dan jangka panjang. Komplikasi jangka pendek yaitu hipoglikemik, koma hiperglikemik. Komplikasi jangka panjang seperti penyakit makrovaskuler, mikrovaskuler, neuropati dan ulkus diabetikum [4].

Ulkus kaki pada diabetes dapat melebar dan cenderung lama sembuh akibat adanya infeksi. Kadar gula dalam darah yang tinggi merupakan makanan bagi kuman untuk berkembang biak dan mengakibatkan infeksi bertambah buruk. Infeksi yang semakin memburuk dan tidak segera ditangani dapat menimbulkan gangren. Amputasi diperlukan untuk mencegah gangren tidak meluas. Hal ini harus segera dilakukan pencegahan agar komplikasi tidak terjadi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh [5] bahwa angka kejadian Ulkus Diabetikum di Rumah Sakit Gonhar Ethiopia tinggi yaitu 13,6% dikarenakan salah satunya adalah perawatan kaki yang buruk.

Perawatan kaki diabetik merupakan salah satu tindakan promosi kesehatan yang tepat dilakukan bagi penderita Diabetes Mellitus khususnya lansia yang berisiko terjadinya Ulkus Diabetikum hal ini terbukti dari beberapa penelitian salah satunya yaitu menurut [6] bahwa perawatan kaki memiliki hubungan yang signifikan terhadap resiko ulkus kaki diabetes dengan nilai p value = 0,003 hal ini menunjukkan bahwa perawatan kaki yang baik berpeluang mencegah risiko ulkus diabetikum 11.3 kali dibandingkan dengan perawatan kaki yang buruk. Selain itu menurut program edukasi berbasis keluarga efektif meningkatkan perilaku perawatan kaki pasien Diabetes Mellitus sehingga dapat mengintegrasikan program edukasi perawatan kaki berbasis keluarga ke program perkesmas sebagai upaya pencegahan kaki diabetik pada pasien Diabetes Melitus. Dengan adanya program dari Puskesmas diharapkan seluruh masyarakat bisa melakukan pencegahan dini Ulkus Diabetikum karena pelaksanaan Perawatan kaki ini merupakan salah satu tindakan yang sebaiknya dipahami oleh semua penderita Diabetes Mellitus Sebelum mendapat intervensi, pasien diabetes melitus mempunyai persepsi bahwa perawatan kaki penderita diabetes melitus sama dengan orang normal sehingga belum melakukan perawatan kaki secara khusus, Hal tersebut akibat dari keterbatasan informasi yang didapat mengenai perawatan kaki kepada penderita diabetes melitus. Informasi yang diperolehnya selama ini hanya berkaitan dengan gizi. Padahal Perawatan kaki merupakan hal penting selain dalam peatalaksanaan Pola Makan dalam pencegahan komplikasi Diabetes Mellitus.

2. Metode Pelaksanaan

Metode Pelaksanaan pada kegiatan ini tetap mematuhi protokol Covid-19 dengan bertujuan mencegah terjadinya penyebaran Covid-19 di wilayah Puskesmas Tanah Tinggi melalui pembatasan jumlah peserta yang dilaksanakan menjadi dua tahap yaitu tahap I dengan jumlah target 10 orang lansia dan tahap kedua dengan target 10 orang lansia dengan total 20 lansia.



Gambar 1. Alur kegiatan pengabdian kepada masyarakat

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dilaksanakan di UPT Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binia pada tanggal 15 Juni 2021 dan yang dihadiri oleh 20 orang lanjut usia. Hasil yang didapatkan dimulai dari Pengkajian Kaki diabetik yaitu dari 20 orang lansia terdapat 7 orang lansia yang sudah mulai memiliki gejala yaitu adanya kondisi telapak kaki yang mengalami penebalan, dan kebiasaan kaki yang sering berkeriat . Dari 20 orang lanjut usia hanya 40% yang memahami tentang perawatan kaki diabetik didapat dari hasil wawancara dengan lansia yang mengikuti kegiatan didapatkan bahwa mereka hanya memahami tentang Pengaturan diet pada pasien diabetes mellitus dan olahraga yang teratur. Saat berjalan pagi sekitar 65% tanpa menggunakan alas kaki yang merupakan salah satu tindakan dalam perawatan kaki diabetik karena dapat berisiko terjadinya luka. Setelah dilakukan edukasi hasilnya peserta sangat antusias saat bertanya tentang perawatan kaki diabetik. Saat diminta menjabarkan kembali tentang perawatan kaki, 80% peserta menjawab dengan tepat tentang perawatan kaki diabetik.

Tabel 1. Hasil Pengkajian Kaki Diabetik di UPTD Puskesmas Tanah Tinggi

NO.	Peserta	Umur	Hasil GDS	Kondisi kulit (kering/ penebalan)	Berkeriat	Pengkajian Kaki Diabetik		
						Infeksi (periksa di antara sela jari jika terdapat jamur)	Ulkus	Kalus (apakah terdapat perdarahan pada kalus)
1.	Ny. M	56	225	√	√	-	-	-
2.	Ny. S	52	220	√	√	-	-	-
3.	Ny. R	59	276	√	-	-	-	-
4.	Ny. M	60	320	-	√	-	-	-

5.	Ny. T	57	188	-	-	-	-	-
6.	Ny. Y	55	247	√	√	-	√	-
7.	Ny. Z	62	252	-	√			
8.	Ny. Y	61	260	-	-	-	-	-
9.	Ny. S	58	190	-	-	-	-	-
10.	Ny. R	59	298	√	√	-	√	-
11.	Ny. I	53	189	-	-	-	-	-
12.	Ny. H	68	282	√	√	-	-	-
13.	Ny. S	60	196	-	-	-	-	-
14.	Ny. I	61	315	√	√	-	-	-
15.	Ny. J	51	294	√	-	-	-	-
16.	Ny. A	56	250	-	-	-	-	-
17.	Ny. P	68	265	√	-	-	-	-
18.	Ny. H	61	200	-	-	-	-	-
19.	Ny. A	53	187	-	-	-	-	-
20.	Ny. L	67	275	√	√	-	-	-

Dari tabel menunjukkan bahwa rata-rata usia peserta 51-59 tahun sebanyak 11 orang (55%) dan hasil GDS (Gula Darah Sewaktu) tidak normal sebanyak 15 orang (75%). Pengkajian kaki (secara dermatologis didapatkan bahwa 7 orang (35%) dengan menunjukkan adanya penebalan dan kebiasaan kaki berkeringan dengan perawatan kaki yang kurang baik. Terdapat 2 orang (10%) mengalami ulkus. Hal ini disebabkan karena kurangnya sosialisasi tentang Perawatan kaki pada masyarakat sehingga belum mengetahui cara yang tepat dalam perawatan kaki Diabetik. Edukasi perawatan kaki dan senam kaki diketahui efektif untuk mencegah risiko foot ulcer pada klien diabetes mellitus. Hal ini dibuktikan dengan terjadinya penurunan angka jumlah responden dengan status neuropati diabetik, peningkatan status vaskuler, peningkatan kekuatan struktur kulit dan peningkatan diabetes self care yang memiliki peranan penting dalam upaya pencegahan risiko foot ulcer. Edukasi klien diabetes mengenai self care dan latihan khusus untuk kaki merupakan praktik penting dan harus diadopsi oleh semua tim kesehatan untuk mencegah komplikasi kaki. Penderita diabetes melitus mempunyai persepsi yang keliru mengenai perawatan kaki. Sebagian dari mereka telah melakukan perawatan kaki, seperti menggunakan pelembab, menggunakan skinboot untuk menghindari luka dan menggunakan antiseptik sebagai upaya penyembuhan 3 luka di kaki, namun mereka tidak memahami konsep perawatan kaki. Persepsi yang keliru tersebut dikarenakan selama ini mereka merasa tidak mempunyai masalah dengan kaki dan tidak ada informasi mengenai perawatan kaki. Bila ada luka cukup diobati dengan antiseptik dan sembuh. Mereka berpandangan bahwa luka di kaki cepat kering.

4. Kesimpulan

1. Hasil pengkajian pada peserta didapatkan rata-rata usia peserta 51-59 tahun sebanyak 11 orang (55%) dan hasil GDS (Gula Darah Sewaktu) tidak normal sebanyak 15 orang (75%). Pengkajian kaki secara dermatologis didapatkan bahwa 7 orang (35%) menunjukkan adanya penebalan dan kebiasaan kaki berkerengat, 2 orang (10%) mengalami ulkus dengan perawatan kaki yang kurang baik.
2. 95% peserta memahami tentang perawatan kaki diabetik setelah dilakukan evaluasi hasil dari edukasi kesehatan tentang Perawatan kaki diabetik yang selama ini peserta merasa keliru tentang konsep perawatan kaki diabetik seperti penggunaan alas yang wajib dipakai saat berjalan ke luar rumah dan juga pemeriksaan kaki secara rutin.

5. Ucapan Terimakasih

Kami pelaksana pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih tak terhingga pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan yang telah memberikan dana untuk kegiatan kepada masyarakat ini dengan SK : 177/S/STIKes/S/SK/IV/2021 tentang Kelompok Pelaksana Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Tahun Akademi 2020/2021, selanjutnya ucapan terimakasih kepada Ketua, Bapak Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan, Ketua Program Studi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan, dan Kepala UPTD Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binjai yang telah banyak membantu sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar.

REFERENCES

- [1] Ariyanti. (2012). *Hubungan Perawatan Kaki dengan Risiko Ulkus Kaki Diabetes di RS. PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. 95.
- [2] Embuai, S, dkk. (2017). PENGARUH EDUKASI PERAWATAN KAKI DAN SENAM KAKI TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN RISIKO FOOT ULCER PADA KLIEN DIABETES MELITUS. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 21(2), 1689–1699. <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/sf8403/sf840>
- [3] Mariam, T. G., Alemayehu, A., Tesfaye, E., Mequannt, W., Temesgen, K., Yetwale, F., & Limenih, M. A. (2017). Prevalence of Diabetic Foot Ulcer and Associated Factors among Adult Diabetic Patients Who Attend the Diabetic Follow-Up Clinic at the University of Gondar Referral Hospital, North West Ethiopia, 2016: Institutional-Based Cross-Sectional Study. *Journal of Diabetes Research*, 2017. <https://doi.org/10.1155/2017/2879249>
- [4] RI, K. (2018). Infodatin-Diabetes.Pdf. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan*.

-
- [5] Sari, D. (2016). Pengaruh Program Edukasi Perawatan Kaki Berbasis Keluarga terhadap Perilaku Perawatan Kaki pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, v4(n3), 305–315. <https://doi.org/10.24198/jkp.v4n3.10>
- [6] Suib. (2016). Upaya Peningkatan Persepsi Perawatan Kaki Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: Action research di Klinik Pratama 24 Jam Firdaus. *Program Studi Magsiter Keperawatan, Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 17(1), 1–13.