

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN TATALAKSAN ADIABETES DAN PERAWATAN KAKI DALAM MENURUNKAN RESIKO ULKUS DIABETIK

Ani Astuti, Diah Merdekawati, Santi Perawati

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi, Program Studi Ilmu Keperawatan
astutiastuti89@gmail.com

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic, progressive disease whose risk increases with age. Elderly people with DM tend to be more susceptible to complications. One of the complications that often occurs is diabetic neuropathy which is caused by microangiopathy which results in diabetic ulcers. This Community Service aims to reduce the risk of diabetic ulcers in elderly people with DM. The methods used in this community service are lectures, discussions, simulations and demonstrations as well as assistance to nurses and cadres. The target of this community service is to increase the knowledge of nurses and cadres in diabetes management and foot care, so that they can play an active role in providing services to elderly people with DM. The location of this activity was carried out at the Simpang Kawat Health Center, Jambi City. The expected result of this service is to improve the quality of life of elderly people with DM through changes in behavior in carrying out DM management and foot care.

Keywords: Foot care, Diabetic Ulcers.

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronik progresif yang risikonya akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Lansia dengan DM cenderung untuk lebih rentan terhadap terjadinya komplikasi. Komplikasi yang sering terjadi yaitu neuropati diabetik yang disebabkan oleh mikroangiopati yang berakibat terjadinya ulkus diabetik. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan menurunkan resiko ulkus diabetik pada lansia dengan DM. Metode dalam pengabdian masyarakat ini adalah interactive learning, diskusi, simulasi dan demonstrasi serta pendampingan pada perawat dan kader. Sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan perawat dan kader dalam tata laksana diabetes dan perawatan kaki, sehingga mereka dapat berperan aktif dalam memberikan pelayanan pada lansia dengan DM. Lokasi kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. Hasil yang diharapkan dalam pengabdian ini adalah peningkatan kualitas hidup lansia dengan DM melalui perubahan perilaku dalam melaksanakan tatalaksana DM dan perawatan kaki.

Keywords: Perawatan kaki, Ulkus Diabetik.

PENDAHULUAN

Penyakit ini merupakan penyakit kronik progresif yang risikonya akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Di Indonesia secara substansial jumlah lansia telah mengalami peningkatan dalam beberapa

tahun terakhir. Diproyeksikan jumlah lansia akan mencapai hampir 202 juta pada tahun 2030 (United Nation, 2015). Hal ini juga menyebabkan terjadinya peningkatan prevalensi diabetes pada lansia Song P, Rudan D, Zhu Y, et al, (2019). Lansia dengan DM cenderung untuk lebih rentan terhadap terjadinya

komplikasi. Komplikasi yang sering terjadi adalah neuropati diabetik yang disebabkan oleh mikroangiopati yang berakibat terjadinya ulkus diabetik (Standl, Khunti, Hansen et al, 2019). Ulkus diabetik terjadi karena faktor usia kontrol glikemik yang buruk dan penyakit komorbid seperti penyakit jantung dan hipertensi yang sering dialami lansia. Selain itu buruknya perawatan kaki juga menjadi pemicu terjadinya ulkus diabetik. Ulkus diabetik jika tidak dikelola dengan baik maka akan menyebabkan infeksi dan akan berakhir dengan amputasi dan kematian. Pengelolaan ulkus diabetik pada lansia cenderung sulit karena lansia memiliki penyakit komorbid maka tingkat penyembuhan pun menjadi menurun.

Puskesmas Simpang Kawat merupakan salah satu puskesmas yang menerapkan program prolans yang melayani masyarakat penyandang penyakit kronis yang sebagian besar terdiri dari lansia. Guna memfasilitasi pelayanan pada lansia yang mempunyai penyakit kronis Puskesmas simpang kawat membentuk posyandu. Posyandu ini memberikan layanan kesehatan lansia dengan mengadakan kegiatan rutin seperti senam lansia setiap seminggu sekali.

Berdasarkan survey awal permasalahan utama yang dihadapi Puskesmas Simpang Kawat adalah ada beberap lansia yang mempunyai permasalahan kaki bahkan ada yang menderita ulkus diabetik, namun belum ada perhatian khusus untuk penyandang DM, kegiatan untuk DM hanya pemeriksaan kadar glukosa darah yang dilakukan sebulan sekali. Belum ada kegiatan rutin pemberdayaan lansia penyandang DM.

Selain itu belum ada kegiatan lansia yang melibatkan keluarga lansia, karena sebagian besar lansia tinggal

bersama anak-anak mereka. Pentingnya melibatkan keluarga dalam perawatan lansia memberi dampak psikologis pada lansia, sehingga penanganan penyakit lebih maksimal. Penelitian Alfaqih, dkk (2020) menunjukkan bahwa pasien DM dengan komplikasi ulkus diabetik memiliki kualitas hidup yang rendah, mereka cenderung stress, depresi dan cemas serta membutuhkan dukungan keluarga dan dukungan sosial.

Pencegahan komplikasi penting dilakukan agar lansia terhindar dari ulkus diabetik. Lansia harus hidup dengan sehat sehingga kualitas hidup lansia lebih baik. Tindakan pencegahan dapat dilakukan dengan pemberdayaan lansia dalam pengelolaan DM dan pencegahan komplikasi ulkus diabetik dengan cara membekali lansia dengan pengetahuan tentang penyakitnya dan cara pencegahan komplikasinya. Pemberdayaan lansia dapat dilakukan dengan membentuk kelompok kaki lansia, kelompok ini dapat memfasilitasi lansia dalam meningkatkan kemampuan kognitif dan spikomotor dalam pencegahan ulkus diabetik.

METODE

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pelatihan dan pendampingan dimana pada tahap awal dilakukan kegiatan pelatihan dengan metode ceramah, simulasi dan demonstrasi. Kegiatan dilanjutkan dengan pendampingan kepada perawat dan kader baik di Puskesmas maupun diposyandu dengan mendemonstrasikan secara langsung kepada lansia penyandang DM tentang pemeriksaan kaki dan perawatan kaki. Pendampingan dilakukan sebanyak 12 kali dipuskesmas dan posyandu. Evaluasi pengetahuan perawat dan kader dilakukan sebelum pelatihan dilakukan dan setelah pendampingan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan dapat menjadi solusi bagi permasalahan mitra yaitu menurunnya resiko ulkus diabetik dan meningkatkan kualitas hidup lansia penyandang DM.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengukuran pengetahuan perawat dan kader setelah dilakukan pelatihan dan pendampingan tatalaksana DM dan perawatan kaki dapat dilihat pada tabel berikut.

Table 1
Perubahan pengetahuan responden sebelum dan setelah Pelatihan

	n	Rerata \pm s.b	Perbedaan rerata \pm s.b	IK95 %	p
Pengetahuan sebelum pelatihan	30	112.9 \pm 8.2	3.5 \pm 3.2	2.2-4.8	0.000
Pengetahuan setelah pelatihan	30	116.4 \pm 6.9			

Tabel 1 menunjukkan adanya perubahan pengetahuan perawat dan kader tentang tatalaksana DM dan perawatan kaki.

Demonstrasi dan simulasi adalah metode yang dapat diterapkan dalam menambah pengetahuan dan keterampilan. Demonstrasi merupakan suatu metode dalam transfer ilmu dengan cara mempertunjukan atau memperagakan secara langsung tentang cara-cara melakukan tindakan guna memperoleh keterampilan. Sedangkan simulasi adalah suatu metode yang menirukan suatu kegiatan untuk mendapatkan pengalaman sesungguhnya. Jika kedua metode ini dilaksanakan secara bersamaan akan lebih memiliki pengaruh yang tinggi dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pengabdian Masyarakat yang dilakukan menggunakan metode demontrasi dan simulasi ini memberikan dampak yang positif pada mitra yaitu merubah “*mindset*” dan keterampilan perawat dan kader tentang pentingnya membekali lansia penyandang DM dengan pengetahuan dan keterampilan dalam tatalaksana DM dan perawatan kaki



Gambar 2. Dimontrasi dan simulasi tatalaksana DM dan Perawatan Kaki

Perawatan kaki merupakan salah satu kunci utama dalam pencegahan ulkus diabetik. Namun pada kenyataannya pemahaman pasien DM tentang perawatan kaki sangatlah minim, perawatan kaki belum menjadi program dalam penatalaksanaan DM ditingkat pelayanan kesehatan primer.

Penalaksanaan DM hanya berpusat pada pengendalian kadar glukosa darah. Sehingga perawatan kaki cenderung terabaikan. Minimnya pengetahuan petugas kesehatan terhadap pemahaman perawatan kaki

menjadi permasalahan yang cukup signifikan, hampir disemua layanan kesehatan belum memprioritaskan perawatan kaki diabetik.

Penelitian Astuti dkk (2020) menunjukkan bahwa perawatan kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kaki diabetik. Dari hasil penelitian didapat bahwa pasien DM tidak melakukan perawatan kaki dengan benar, tidak melakukan pemeriksaan ke pelayanan kesehatan jika ada masalah pada kaki dan tidak melakukan pemeriksaan pada kaki setiap hari. Selain itu penelitian yang dilakukan Nestriani dkk (2023) menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku perawatan kaki dengan kejadian ulkus diabetik,

Penelitian yang dilakukan Chithambo (2015) menunjukkan bahwa faktor yang berkontribusi terhadap keterlambatan dalam mendapatkan bantuan dalam perawatan kaki adalah kurangnya informasi tentang perawatan kaki, ketidakmampuan dalam perawatan kaki dan ketidakmampuan dalam manajemen mandiri perawatan kaki. Pentingnya edukasi yang secara continue pada penyandang DM yang dilakukan oleh perawat menjadi ujung tombak dalam tatalaksana DM dan perawatan kaki guna mencegah terjadinya komplikasi terutama ulkus diabetik.

Transfer ilmu dan teknologi pada perawat dan kader dalam pengabdian masyarakat ini diharapkan perawat dan kader dalam memberikan pelayanan yang prima dalam meningkatkan kemandirian lansia penyandang DM terhadap tatalaksana penyakitnya dan perawatan kaki sehingga resiko ulkus dapat menurun dan kualitas hidup lansia dapat meningkat.

Perawatan kaki untuk mencegah ulkus diabetik dapat dilakukan ketika pasien teridentifikasi beresiko mengalami ulkus diabetik. Upaya

pengecahan ulkus diabetik dengan melakukan pemeriksaan kaki dan perawatan kaki secara sistematis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan ini dapat diambil simpulan: 1) Pelatihan dengan metode Demonstrasi dan simulasi tentang tata laksana DM dan perawatan kaki sangat berpengaruh untuk meningkatkan pengetahuan perawat dan kader dalam skrining resiko ulkus diabetik 2) pendampingan dapat meningkatkan keterampilan perawat dan kader dalam pemeriksaan kaki dan perawatan kaki dengan demikian dapat segera diambil keputusan yang tepat pada pasien yang terindikasi memiliki resiko ulkus diabetik.

Rekomendasi atas hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi dapat membuat program pencegahan resiko ulkus diabetik dengan penjadwalan secara berkala pemeriksaan kaki dan perawatan kaki dalam deteksi dini resiko ulkus diabetik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Kemendikbud Ristek atas hibah pendanaan yang telah diberikan pada program pengabdian masyarakat pemula dan Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaqih, M.R., Kusnanto., Padoli. (2020) A Systematic Review: The Experience of Patient with Diabetic Foot Ulcers. *Jurnal Ners*.[http://dx.doi.org/10.20473/jn.v15i2.1899515\(2\):20-128](http://dx.doi.org/10.20473/jn.v15i2.1899515(2):20-128)
- Astuti, A., Merdewati, D., Aminah, S. (2020) Faktor Resiko Kaki Diabetik Pada Diabetes Mellitus Tipe 2. **Riset Informasi Kesehatan** 9(1): P. 72-7
- Chithambo, T., & Forbes, A. (2015). Exploring factors that contribute to delay in seeking help with diabetes related foot problems: a preliminary qualitative study using Interpretative Phenomenological Analysis. *International Diabetes Nursing*, 12(1), 20–26. <https://doi.org/10.1179/2057331615Z.0000000006>
- Nestriani, N.W.E., Manto, O.A.D., Latifah (2023) Hubungan Perilaku Perawatan Kaki Terhadap Kejadian Ulkus Kaki Diabetik. *Journal of Nursing Invention*. 4(1): 42-47.
- Song P, Rudan D, Zhu Y, et al. Global, regional, and national prevalence and risk factors for peripheral artery disease in 2015: an updated systematic review and analysis. *Lancet Glob Health*. 2019;7(8):e1020–30.
- Standl E, Khunti K, Hansen TB, et al. The global epidemics of diabetes in the 21st century: current situation and perspectives. *Eur J Prev Cardiol*. 2019;26(2S):7–14.
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2015). World population ageing 2015 (ST/ESA/SER.A/390). [cited 2020 May 21]. Available from: https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WPA2015_Report.pdf [Google Scholar]