

**TINGKAT PENGETAHUAN PENDERITA DM (*DIABETES MELITUS*) TIPE 2
DALAM PENERAPAN SENAM KAKI TERHADAP PENCEGAHAN LUKE
DI KELURAHAN PUJIDADI
TAHUN 2024**

Katini¹ Yulius Wahyu Wihardi²

**¹Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722,
Sumut,Indonesia**

**²Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722,
Sumut,Indonesia**

e-mail:

katinisiregar@gmail.com wahyuneni14@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang banyak diderita oleh masyarakat Indonesia. Kurangnya pengetahuan terhadap manajemen pencegahan luka dapat meningkatkan terjadinya komplikasi yang lebih buruk. Senam kaki diabetik adalah salah satu cara untuk mencegah terjadinya luka pada penderita Diabetes Melitus tipe 2. Senam kaki merupakan latihan atau gerakan yang dilakukan oleh kedua kaki secara bergantian atau bersamaan yang bermanfaat untuk memperkuat atau melenturkan otot-otot di daerah tungkai bawah terutama pada kedua pergelangan kaki dan jari-jari kaki serta melancarkan peredaran darah pada kaki. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan penderita Diabetes Melitus tipe 2 dalam penerapan senam kaki terhadap pencegahan luka. Metode yang digunakan adalah menggunakan metode kuantitatif untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan melibatkan 30 orang sampel. Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini sebanyak 14 (46,6%) responden memiliki pengetahuan baik, 6 (20%) responden memiliki pengetahuan cukup, dan 10 (33,4%) responden memiliki pengetahuan kurang baik. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Kelurahan Pujidadi Binjai memiliki pengetahuan yang baik tentang senam kaki terhadap pencegahan luka.

Kata kunci: Tingkat pengetahuan, Diabetes Melitus tipe 2, senam kaki, pencegahan luka

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease that affects many Indonesian people. Lack of knowledge about wound prevention management can increase the occurrence of worse complications. Diabetic foot exercise is one way to prevent injuries in people with type 2 Diabetes Mellitus. Foot gymnastics is an exercise or movement performed by both legs alternately or simultaneously which is useful for strengthening or flexing the muscles in the lower leg area, especially on both ankles and toes and improving blood circulation in the feet. The purpose of this study was to determine the level of knowledge of type 2 Diabetes Mellitus sufferers in the application of foot exercises to prevent injuries. The method used is to use quantitative methods to examine certain populations or samples involving 30 sample people. The results found in this study were 14 (46.6%) respondents had good

knowledge, 6 (20%) respondents had sufficient knowledge, and 10 (33.4%) respondents had poor knowledge. The conclusion of this study is that most of the type 2 Diabetes Mellitus sufferers in the Pujidadi Binjai Village have good knowledge about foot exercises for wound prevention.

Keywords: *Level of knowledge, Type 2 Diabetes Mellitus, foot exercise, injury prevention.*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus adalah penyakit gangguan metabolismik yang disebabkan oleh gagalnya organ pankreas dalam memproduksi hormon insulin secara memadai. Penyakit ini bisa dikatakan sebagai penyakit kronis karena dapat terjadi secara menahun. Berdasarkan penyebabnya diabetes melitus di golongkan menjadi tiga jenis, diantaranya *diabetes melitus* tipe 1, tipe 2 dan *diabetes mellitus gestasional* (Kemenkes RI, 2020)¹. Diabetes melitus tipe 2 terjadi karena akibat adanya resistensi insulin yang mana sel-sel dalam tubuh tidak mampu merespon sepenuhnya insulin. Diabetes gestasional disebabkan karena naiknya berbagai kadar hormon saat hamil yang bisa menghambat kerja insulin (*International Diabetes Federation*, 2019)². Untuk mengetahui bahwa seseorang mengidap penyakit diabetes melitus dapat ditegakkan melalui pemeriksaan klinis berupa pemeriksaan kadar gula darah. Pemeriksaan klinis merupakan data penunjang yang dapat digunakan untuk menegakan diagnosa terhadap suatu penyakit. Salah satunya pada penderita *diabetes melitus* yang dapat dilakukan pemeriksaan kadar gula darah dengan glukometer.

Menurut WHO (2019)³, seseorang didiagnosis *diabetes melitus* apabila dalam pemeriksaan kadar gula darah ditemukan nilai pemeriksaan kadar gula darah anteprandial ≥ 126 mg/dl, dua jam setelah makan ≥ 200 mg/dl dan kadar gula darah acak ≥ 200 mg/dl. Menurut *International Diabetes Federation* (2019) jumlah penderita *diabetes melitus* diseluruh dunia mengalami peningkatan menjadi 463 juta jiwa pada tahun 2019 dan jumlah kematian pada kasus ini yaitu 4,2 juta jiwa yang mana Indonesia menjadi urutan ke 7 dengan jumlah penderita 10,7 juta. *Idiabetic Foot* juga memperkirakan bahwa pada tahun 2045 kasus diabetes akan meningkat menjadi 700 juta.

Salah satu komplikasi diabetes melitus adalah terjadinya ulkus diabetik. Pencegahan terjadinya ulkus dapat dilakukan dengan senam kaki diabetik karena sangat bermanfaat untuk membantu melancarkan peredaran darah di kaki, memperkuat otot kaki, mempermudah gerakan sendi kaki, mengurangi nyeri, kerusakan saraf, dan membantu menurunkan kadar gula darah. Penerapan senam kaki diabetik jika dilakukan secara berkala maka dapat membantu menurunkan kadar gulah darah pada pasien diabetes melitus serta dapat meningkatkan sensitivitas kaki dan derajat status kesehatan penderita diabetes melitus menjadi lebih baik lagi. Pomarida, S., Elisa, L., (2017)⁷.

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan di RSUP H. Adam Malik pada bulan oktober tahun 2019, bahwa pada tahun 2017 terdapat 163 pasien yang menderita diabetes melitus yang di rawat inap, rawat jalan sebanyak 170 penderita dan

yang meninggal sebanyak 12 penderita. pada tahun 2018 sebanyak 106 penderita rawat inap, rawat jalan sebanyak 160 penderita dan meninggal 7 penderita, dan pada tahun 2019 dari bulan juni sampai september, pasien yang dirawat inap sebanyak 30 dan rawat jalan sebanyak 32 penderita (Rekam Medik RSUP H. Adam Malik). Jumlah yang relatif banyak ini tentunya perlu perhatian terhadap pengetahuan diabetes melitus dan senam kaki diabetik pada pasien, mengingat pentinya senam kaki terhadap kondisi pasien diabetes melitus.

METODE

Pemilihan

Responde

nAlat

bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Spanduk
- *Laptop*
- *Video*
- Kamera
- *Booklet*
- *Poster*
- Data sekunder kondisi umum masyarakat

Cara Pengumpulan Data

Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Pujidadi Binjai

Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, maka penelitian melakukan analisa data melalui beberapa tahap yaitu, mengecek data responden dan memastikan bahwa semua jawaban telah diisi, kemudian mengklasifikasikan data dengan tabulasi data yang telah terkumpul. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program SPSS dengan uji statistik chi-square dengan drajat kemaknaan (α) 0,05.

Analisa data dilakukan dengan menjelaskan persentase data yang telah terkumpul dan disajikan dengan tabel-tabel distribusi frekuensi kemudian dilakukan pembahasan dengan menggunakan kepustakaan yang ada.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden pada penelitian ini adalah karakteristik Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penghasilan. Dari hasil penelitian terdapat 30 responden diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel Distribusi Frekuensi dan persentase Responden berdasarkan U (n=30).

Umur	N	%
26-35 thn	1	3,2
36-45 thn	7	22,6
46-55 thn	19	61,3
56-60 thn	3	9,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh data pengetahuan dari responden umur 46-55 tahun sebanyak 19 responden (61,3%), umur 36-45 tahun sebanyak 7 responden (22,6%), umur 56-60 tahun sebanyak 3 responden (9,7%) dan umur 26-35 tahun sebanyak 1 responden (3,2%).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulanya sebagai berikut :

a. Tingkat pengetahuan penderita diabetes mellitus tipe 2 dalam penerapan senam kaki terhadap pencegahan luka yang dialami pasien di kelurahan Pujidadi sebagian besar adalah kategori baik dan diperoleh data responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 14 responden (46,6%), responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 6 responden (20%) dan responden yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 10 responden (33,4%).

b. Tingkat pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia yg sudah menginjak lansia dan tingkat pendidikan responden.

kelamin Perempuan yang berpengetahuan baik sebanyak 18 orang (94,7%), dan yang berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (5,3%) berjenis kelamin perempuan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 20 responden dapat dilihat bahwa yang berpengetahuan baik berpendidikan Akper sebanyak 7 orang (35%), berpengetahuan Baik berpendidikan S.Kep sebanyak 12 orang (60%), berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (5%) berpendidikan Akper.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 20 responden dapat dilihat bahwa mayoritas yang berpengetahuan Baik berpenghasilan > 1 Jt sebanyak 19 orang (95%), berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (5%).\

DAFTAR PUSTAKA

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Melitus. Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI* (pp.1-10).
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF Diabetes Atlas 10Th Edition. International Diabetes Federation*. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013>.
- WHO. (2019). World Health Organization. *Epidemiological Situation*. Retrieved from <https://www.who.int/leishmaniasis/burden/en/>
- Riskesdas. (2018a). *Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia 2018. Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Melitus Di Indonesia 2018*, 8. <https://doi.org/>
- Safitri, W., & Putriningrum, R. (2019). *Pengaruh Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Pengaruh Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*, 16(2), 47–54. <https://doi.org/10.26576/profesi.275>