



OPTIMALISASI PERAN SISWA SMK KESEHATAN DALAM PENCEGAHAN KAKI DIABETES MELALUI PENDIDIKAN LATIHAN KAKI

Ni Luh Gede Intan Saraswati*, I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi, Putu Ayu Parwati, Ni Komang Ayu Resiyanthi, Niken Ayu Merna Eka Sari

STIKes Wira Medika Bali, Jl. Kecak No.9A, Tonja, Kec. Denpasar Utara, Kota Denpasar, Bali 80239, Indonesia

*saraswatiniluh16@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) menjadi salah satu penyakit tidak menular yang jumlahnya akan terus meningkat dimasa depan bahkan pada tahun 2025 WHO memperkirakan angka kejadian DM meningkat menjadi 300 juta orang. Penderita diabetes sering mengalami komplikasi salah satunya kaki diabetes akibat adanya neuropati, maka penderita diabetes mellitus maka sangat memerlukan upaya pencegahan primer melalui perawatan kaki dan senam kaki diabetes. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait pencegahan luka pada pasien Diabetes dan melatih siswa agar mampu mendemostrasikan senam kaki ini kepada para penderita Diabetes Mellitus. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah dengan melakukan pengukuran tingkat pengetahuan siswa tentang pencegahan kaki Diabetes sebelum diberikan pendidikan kesehatan setelah itu melakukan penyuluhan dan praktik perawatan tentang senam kaki pada siswa. Evaluasi yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan *posttest* dan meminta untuk mempraktekkan secara langsung langkah-langkah dalam senam kaki. Terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan pendidikan tentang senam kaki dan siswa dapat mengikuti langkah-langkah senam kaki sesuai dengan yang sudah diajarkan. Terdapat perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* siswa siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SMK Bali Dewata.

Kata kunci: diabetes mellitus; senam kaki; siswa SMK

OPTIMIZATION OF THE ROLE OF HEALTH VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS IN PREVENTING DIABETIC FOOT THROUGH FOOT EXERCISE EDUCATION

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a non-communicable disease whose number will continue to increase in the future, even in 2025 WHO estimates that the incidence of DM will increase to 300 million people. Diabetics often experience complications, one of which is diabetic foot due to neuropathy, so people with diabetes mellitus really need primary prevention efforts through foot care and diabetic foot exercises. The purpose of this activity is to increase students' knowledge regarding wound prevention in diabetes patients and to train students to be able to demonstrate this foot exercise to patients with Diabetes Mellitus. The method used in the implementation of community service is to measure the level of knowledge of students about diabetes foot prevention before being given health education after that conduct counseling and care practices about foot gymnastics to students. Evaluation is done by giving posttest questions and asking to practice directly the steps in foot gymnastics. There was an increase in knowledge before and after education about foot gymnastics and students were able to follow the steps of foot gymnastics according to what had been taught. There were differences in the results of pre-test and post-test of students who took PMR extracurricular at SMK Bali Dewata.

Keywords: diabetes mellitus; foot gymnastics; vocational students

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan gangguan metabolisme ditandai dengan hiperglikemi yang berhubungan dengan adanya abnormalitas metabolisme dari karbohidrat, lemak, serta protein akibat penurunan sekresi insulin atau penurunan sensitivitas atau keduanya. Hal ini menjadi penyebab komplikasi kronis mikrovaskuler, makrovaskuler, dan neuropati (Nurarif, 2015). Diabetes Mellitus (DM) menjadi salah satu penyakit tidak menular yang jumlahnya akan terus meningkat dimasa depan bahkan pada tahun 2025 WHO memperkirakan angka kejadian DM meningkat menjadi 300 juta orang. Penderita diabetes sering mengalami komplikasi salah satunya kaki diabetes akibat adanya neuropati. Hal ini berkaitan dengan peningkatan kadar gula darah secara terus-menerus, sehingga dapat merusak rusak pembuluh darah, saraf dan struktur internal lainnya (Badawi, 2009), maka penderita diabetes mellitus maka sangat memerlukan upaya pencegahan primer melalui perawatan kaki dan senam kaki diabetes yaitu pencegahan primer yaitu dengan perawatan kaki seperti membersihkan kaki, memakai kaus kaki dan tidak berjalan menggunakan alas kaki (Ruben, dkk, 2016; Tjokroprawiro, 2004; Waspadji, 2014).

Pada negara-negara berkembang penderita diabetes yang mengalami komplikasi kaki diabetes mencapai angka 40% (Longdong, Dahesihdewi, Suwarso, 2016). Sebagai salah satu sekolah kejuruan yang berperan dalam menciptakan tenaga-tenaga kesehatan yang profesional, sangatlah penting sekolah kejuruan dapat menambahkan skill atau kemampuan seseorang dalam bidang atau jurusan yang dia pilih sehingga dapat berperan serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat dalam bidang kesehatan khususnya penderita penyakit diabetes. Kegiatan Pengabdian Masyarakat bagi siswa SMK kesehatan diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan terkait pencegahan kaki diabetes sehingga siswa SMK dapat turut berpartisipasi dalam upaya penurunan angka kejadian kaki diabetes di masyarakat.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah dengan melakukan pengukuran tingkat pengetahuan siswa tentang pencegahan kaki Diabetes sebelum diberikan pendidikan kesehatan setelah itu melakukan penyuluhan dan praktik perawatan tentang senam kaki pada siswa. Kemudian menampilkan hasil penelitian terkait pengetahuan siswa terhadap pencegahan kaki Diabetes. Peserta dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi yang tergabung dalam ekstrakurikuler PMR yang berjumlah 15 orang. Setelah dilaksanakan pemberian materi dan demonstrasi langkah-langkah senam kaki, maka akan dilaksanakan *posttest* untuk mengevaluasi pemahaman siswa terkait informasi yang sudah diberikan, dimana sebelumnya siswa sudah diberikan *pretest* sebelum kegiatan dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengumpulan data dilakukan dengan cara melihat pengetahuan siswa SMK yang tergabung dalam ekstrakurikuler PMR tentang penyakit Diabetes Mellitus dan salah satu upaya pencegahan luka diabetik dengan melaksanakan senam kaki. Kegiatan ini diawali dengan pemberian edukasi terkait senam kaki diabetik yang diikuti dengan antusias dengan para siswa, kemudian dilanjutkan dengan melakukan demonstrasi senam kaki yang dipandu oleh dosen dan mahasiswa STIKes Wira Medika. Hasil yang didapatkan siswa sangat antusias mempraktekkan dan mengatakan bahwa tidak terlalu sulit untuk mengikuti langkah-langkah dalam senam kaki tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan 2 orang siswa, dimana mereka menyatakan akan menyebarkan informasi yang didapat dari edukasi yang diberikan serta mempraktekkan senam kaki pada keluarga atau tetangga yang mengalami penyakit Diabetes Mellitus.

Capaian kegiatan dilakukan dengan mengukur ketercapaian hasil kegiatan para peserta selama mengikuti webinar. Peserta diberikan *pre test* sebelum dilakukan penyampaian materi oleh narasumber dan diberikan *post-test* setelah penyampaian materi. Tim pengabdian masyarakat melakukan analisa pengaruh pemberian materi menggunakan software SPSS dengan uji *Paired Sample T-Test*, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1.
Hasil Capaian Kegiatan Penyuluhan

	N	<i>p value</i>
Hasil <i>pre</i> dan <i>post test</i>	15	0.000

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan kepada siswa -siswi yang tergabung dalam kegiatan ekstrakurikuler PMR di SMK Bali Dewata. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan tambahan pengetahuan mengenai penyakit Diabetes Mellitus dan salah satu cara pencegahan terjadinya luka yaitu dengan melakukan senam kaki secara rutin. Hasil capaian kegiaaitan dilakukan melalui pemberian *pre-test* dan *post-test* yang diisi oleh peserta. Hasil menunjukkan terdapat perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* yang diberikan kepada peserta. Hal tersebut menunjukkan pengetahuan terkait penyakit Diabetes Mellitus dan Senam Kaki dari peserta masih kurang sebelum dilakukan pemaparan materi. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2018). Pengetahuan memiliki kaitan yang erat dengan keputusan yang akan diambilnya, karena dengan pengetahuan seseorang memiliki landasan untuk menentukan pilihan (Prihantana, 2017). Pengetahuan memegang peranan penting dalam penentuan perilaku yang utuh karena pengetahuan akan membentuk kepercayaan yang selanjutnya dalam mempersepsikan kenyataan, memberikan dasar bagi pengambilan keputusan dan menentukan perilaku terhadap objek tertentu sehingga akan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku (Novita dkk., 2014). Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, siswa dan siswi diberikan pengetahuan mengenai penyakit Diabetes Mellitus dan Senam Kaki Diabetik dan langsung mempraktekkan pelaksanaan Senam Kaki. Langkah-langkah dalam pelaksanaan Senam Kaki disesuaikan dengan teori yang mendasari serta harus menyesuaikan dengan kondisi pasien saat itu.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SMK Bali Dewata terkait materi Senam Kaki Diabetik bagi pasien Diabetes Mellitus diikuti oleh 15 orang. Terdapat perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* siswa siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SMK Bali Dewata

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Kepala Sekolah, Guru-gutu dan siswa SMK Bali Dewata yang telah terlibat dan berperan aktif dalam kegiatan, PPPM STIKes Wira Medika yang telah mendanai kegiatan ini sehingga bisa berjalan dengan baik. Mahasiswa dan mahasiswi dan teman dosen yang telah banyak membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga bisa terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badawi, (2009). *Melawan Dan Mencegah Diabetes*. Jogjakarta: Araskah
- Kemkes. (2019). Cara Perawatan Kaki Diabetes. Available at <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus/page/2/cara-perawatan-kaki-diabetes>
- Longdong, Dahesihdewi, Suwarso. (2016). Prevalensi dan Faktor Risiko Infeksi Ulkus Kaki Diabetik Oleh Organisme Resisten Multi Obat di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Available at <http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/107032>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: TIM.
- Nurarif A. H., Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan NANDA NIC-NOC Revisi Jilid 1*. Yogyakarta: Media Action
- Ruben G, Rottie J, Karundeng. (2016). Pengaruh Senam Kaki Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di wilayah Kerja Puskesmas Enemwira. Vol 4. Nomer 1. Mei 2016
- Sumosardjuno. (1986). *Manfaat dan Macam Olahraga bagi Penderita Diabetes Melitus*. Bandung
- Tjokroprawiro, A., 2004, *Hidup Ceria dengan Diabetes*, Semi jurnal Farmasi dan kedokteran, 6, Ethical Digest, Airlangga University Press, Surabaya
- Waspadji, Sarwono., Subekti I. (2014). *Komplisai Diabetes Mellitus Tipe 2 Pencegahan dan penanganannya*. Jakarta: Badan Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia