

Pengetahuan Dan Tindakan Penderita Diabetes Melitus Dalam Melakukan Senam Kaki Diabetik Di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Tahun 2019

JULI YANTI SILAEN

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan

Abstrak

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit yang ditandai dengan kadar glukosa yang melebihi normal (hiperglikemia) diatas 200mg/dl akibat tubuh kekurangan insulin. Tingkat kadar glukosa darah yang melebihi normal menentukan apakah seseorang menderita DM atau tidak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan dan tindakan penderita diabetes melitus dalam melakukan senam kaki diabetik di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Tahun 2019. Hasil analisis didapatkan 1.283 juta yang menderita diabetes mellitus yang mengikuti senam kaki diabetik. Pada tahun 2012 penderita diabetes didunia mencapai 371 juta orang, angka ini akan terus naik hingga mencapai 552 juta orang yang menderita diabetes melitus.

Penelitian ini bersifat deskriptif. Desain penelitian penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik *accidental sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 19 orang (63,3%) tentang senam kaki diabetik, dan hasil penelitian responden mayoritas yang melakukan tindakan tidak mampu melakukan senam kaki diabetik sesuai SOP sebanyak 20 responden (66,7%).

Pengetahuan sangat penting untuk dikuasai agar dapat memberikan tindakan yang tepat dan akurat. Oleh karena itu, diharapkan kepada responden khususnya pada penderita diabetes mellitus mempertahankan pengetahuan melalui sumber kesehatan yang ada khususnya tentang senam kaki diabetik agar dapat melakukan tindakan sesuai prosedur yang ada.

Kata kunci : Pengetahuan, tindakan, DM, senam kaki diabetik.

Daftar bacaan : 16 kutipan (2011-2018)

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a group of diseases characterized by glucose levels that exceed normal (hyperglycemia) above $200\text{mg} / \text{dl}$ due to the body lacking insulin. Blood glucose levels that exceed normal determine whether a person has DM or not.

This study uses descriptive research that aims to determine the knowledge of people with diabetes mellitus in doing diabetic foot exercises at the Medan Asri Wound Clinic in 2019. The design in this study is a cross sectional study, namely a method which is a research design by taking measurements or observations at the same time / once in order to answer the research question. Sampling using accidental sampling technique is carried out by taking cases or respondents who happen to be present or willing in a place according to the research context. Data Processing Techniques can be analyzed manually using Editing techniques, Coding, Data Entry, Tabulating which are presented in the frequency distribution.

From the results of the study of 30 respondents, the majority of respondents had enough knowledge as many as 19 people (63.3%) about diabetic foot exercises, and the results of research from 30 respondents, the majority of respondents who did the action were unable to do diabetic foot exercises according to SOP of 20 respondents (66.7%).

Keywords : knowledge, action, DM, diabetic foot exercises.

Bibliography : 16 readings (2011-2018).

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit yang ditandai dengan kadar glukosa yang melebihi normal (hiperglikemia) diatas 200mg/dl akibat tubuh kekurangan insulin. Tingkat kadar glukosa darah yang melebihi normal menentukan apakah seseorang menderita DM atau tidak (Hasdianah, 2015). Diabetes Melitus adalah suatu penyakit kronik akibat kurangnya insulin efektif di dalam tubuh yang melibatkan kelainan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak. (Bararah, 2018).

Prevalensi Diabetes Melitus berdasarkan diagnosis dokter menurut provinsi yang diperoleh data untuk DKI Jakarta 2,5%, Jawa Tengah 1,7%, Sumatera Utara 2,0%, Sulawesi Tengah 1,6%. Sedangkan angka kematian ulkus gangren pada penyandang diabetes melitus di Indonesia adalah sebanyak 17%-32%. (RISKESDAS, 2013). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Medan pada tahun 2009 terlihat jumlah kasus yang terbanyak adalah diabetes melitus, sehingga pada bulan September 2009 jumlah kasus diabetes melitus mencapai 10347 jiwa yang menderita penyakit diabetes melitus di Kota Medan (Dinkes kota medan, 2009). Menurut Kemenkes RI, 2014 diabetes melitus merupakan penyakit yang memiliki komplikasi yang sering terjadi antara lain: penyebab utama gagal

ginjal, retinopati, diabetikum, neuropati (kerusakan syaraf) di kaki yang meningkatkan kejadian ulkus kaki, infeksi dan bahkan keharusan untuk amputasi kaki, meningkatnya resiko penyakit jantung dan stroke, dan resiko kematian pada penderita diabetes secara umum adalah dua kali lipat dibandingkan bukan penderita diabetes melitus.

Luka diabetik adalah adanya kelainan pada saraf, pembuluh darah dan adanya infeksi yang dapat menimbulkan luka pada kaki (Fady, 2015). Kaki diabetik dianjurkan untuk melakukan latihan jasmani atau senam kaki sesuai dengan kondisi dan kemampuan tubuh. Senam kaki diabetik ini dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot-otot kecil kaki dan mencegah terjadinya kelainan bentuk pada kaki (Nurrahmani, 2012).

Hasil analisis Tri Sunaryo, 2014 terdapat 1,283 juta yang menderita diabetes mellitus yang mengikuti senam kaki diabetik berpeluang menurunkan resiko ulkus kaki diabetik sebesar 1 kali dibandingkan penderita diabetes mellitus yang tidak mengikuti senam kaki diabetik.

Berdasarkan hasil penelitian Juliana, 2010 di RSUP Haji Adam Malik Medan, Peneliti melakukan pengaruh tentang Senam Kaki terhadap peningkatan sirkulasi darah kaki sebelum dilakukan senam kaki $0,94\text{ mmHg}$ dan sesudah dilakukan senam kaki terjadi peningkatan sirkulasi darah kaki menjadi $1,90\text{ mmHg}$.

Berdasarkan survei pendahuluan sebagai tempat lokasi di Klinik Asri Woud

Care Centre Medan, dari hasil wawancara dengan tenaga kesehatan atau perawat bahwa senam kaki diabetik belum secara terprogram di ajarkan kepada penderita yang datang berobat ke klinik dalam melakukan perawatan luka yang belum pernah di ajarkan hanya sebatas melakukan perawatan luka secara modern. Klinik Asri Wound Care Centre Medan itu menangani penderita DM yang sudah luka kaki diabetes dalam sehari penderita DM yang datang < 15 orang yang penderita diabetes dan dengan jumlah kunjungan selama 1 tahun pada tahun 2018 sebanyak 195 penderita diabetes.

Dari latar belakang di atas, Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengetahuan dan Tindakan Penderita Diabetes Melitus Dalam Melakukan Senam Kaki Diabetik di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Tahun 2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis, Lokasi, Populasi Dan Sampel

Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan penderita diabetes melitus dalam melakukan senam kaki diabetik di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Tahun 2019 (Notoatmodjo, 2012). desain dalam penelitian ini adalah dengan *cross sectional*.

Lokasi Dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari sampai pada bulan Februari 2019.

Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi (Arikunto, 2012). Populasi peneliti yang akan diamati adalah laki-laki dan perempuan mengenai senam kaki diabetik di Klinik Asri Wound Care Centre Medan dengan kriteria pasien Diabetes melitus adapun jumlah populasi pada tahun 2018 sebanyak 195 penderita diabetes.

Sampel

Menurut Notoatmodjo (2012), sampel adalah sebagian yang diamati dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.

Dalam penelitian ini adalah penderita diabetes melitus yang berobat jalan. Dengan rumus besar sampel yang dipakai menurut Arikunto (2010) adalah :

$$n = 15\% \times N$$

Keterangan :

n = Besar sampel

N = Besar populasi

$$\frac{15}{100} \times 195 = 30 \text{ sampel}$$

Maka, jumlah sampel yang akan diteliti dalam penelitian ini sebanyak 30 responden.

Kriteria inklusi adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah : pasien yang sudah pernah mendengar atau pun melakukan senam kaki diabetik.

Kriteria eklusi dalam penelitian ini adalah : pasien yang sudah pernah mendengar namun tidak pernah melakukan senam kaki diabetik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini akan memberikan proporsi distribusi frekuensi responden meliputi pengetahuan dan tindakan dalam melakukan Senam Kaki Diabetik di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Tahun 2019, Dari data yang dikumpulkan melalui kuisisioner yang diberikan kepada responden, maka diperoleh hasil seperti berikut :

Tabel 4.1.
Distribusi Frekuensi
Pengetahuan Responden Dalam
Melakukan Senam Kaki Diabetik
Di Klinik Asri Wound Care
Centre Medan
Tahun 2019

Pengetahuan	Frekuensi	Persen (%)
Baik	9	30
Cukup	19	63,3
Kurang	2	6,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dilihat mayoritas pengetahuan responden cukup yaitu sebanyak 19 respon²⁷ (63,3%).

Tabel 4.2.
Distribusi Frekuensi Tindakan
Responden Dalam Melakukan Senam
Kaki Diabetik Di Klinik Asri Wound
Care Centre Medan
Tahun 2019

Tindakan	Frekuensi	Persen (%)
Mampu	10	33,3
Tidak Mampu	20	66,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel diatas mayoritas responden tidak mampu melakukan Senam Kaki Diabetik yaitu sebanyak 20 responden (66,7%).

Pembahasan

1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang tersebut melakukan pengindraan terhadap suatu

objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2010).

Berdasarkan tabel 4.1 mayoritas responden pengetahuan tentang Senam Kaki Diabetik kategori pengetahuan cukup sebanyak 19 responden (63,3%), pengetahuan baik 9 responden (30%) dan pengetahuan kurang sebanyak 2 responden (6,7%). Dalam hal ini responden termasuk dalam tingkat pengetahuan Memahami (*comprehension*). Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi tersebut harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Hasil penelitian ini tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhtar Effendi Harahap tentang Gambaran Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus Terhadap Senam Kaki Diabetik di ruang rawat inap RSUD IPI Medan Tahun 2017 terhadap 30 responden yang diteliti menunjukkan bahwa pasien Diabetes Mellitus

mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (60%), berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (26,7%) dan minoritas pengetahuan kurang sebanyak 4 orang (13,3%) bahwa pengetahuan responden tentang Senam Kaki Diabetik yaitu (100%). Ini menunjukkan bahwa 30 responden ditemukan 8 orang berpengetahuan baik yang artinya menggambarkan tingkat pengetahuan responden mengenai senam kaki diabetik belum pada taraf yang diinginkan. Hal ini disebabkan karena kurangnya kemampuan atau motivasi penderita Diabetes Mellitus mencari informasi tentang senam kaki diabetik.

Didalam tabel 4.1 juga ditemukan kategori kurang pengetahuan, hasil dari kuesioner bisa menunjukkan bahwa responden belum pernah mendengar Senam Kaki Diabetik. Sumber informasi mempengaruhi pengetahuan baik dari orang maupun dari media. Sumber informasi dapat dipengaruhi oleh keluarga dan masyarakat (teman maupun tenaga kesehatan). Media dibagi atas tiga macam yaitu media cetak (majalah dan surat kabar), media elektronik (TV, radio, slide), Papan media (papan yang terpasang ditempat umum diisi dengan pesan-pesan atau informasi (Notoatmodjo, 2012).

Menurut Retno Indarwati dkk (2015), dalam penelitiannya tentang Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tentang Senam Kaki Diabetik di Puskesmas Tabanan II, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes

Mellitus mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 9 orang (69%), berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (8%), dan minoritas pasien Diabetes Mellitus yang berpengetahuan cukup sebanyak 3 orang (23%). Penelitian ini berdampak karena kurangnya mendapatkan informasi dan pengetahuan yang diperoleh pasien. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umi Nur Rahmawati (2017), tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Ulkus Diabetik Dengan Kaki Diabetik Pada Pasien Diabetes Mellitus di Persadia Cabang Kota Surakarta, hasil peneliti dari responden yang berjumlah 30 orang bahwa pasien Diabetes Mellitus Mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 12 orang (40%), berpengetahuan baik sebanyak 7 orang (23%), sedangkan minoritas berpengetahuan cukup sebanyak 11 orang (37%).

Dari data diatas peneliti berasumsi bahwa pengetahuan yang cukup dikarenakan kurangnya mendapatkan informasi mengenai pendidikan kesehatan, Ada pun cara memperoleh sumber informasi melalui membaca buku, internet, menonton tv, dan mendapatkan pendidikan kesehatan dari petugas kesehatan, maka semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki oleh pasien maka dapat meningkatkan hidup sehat.

2. Tindakan

Tindakan adalah realisasi stimulus dari pengetahuan menjadi suatu

perbuatan nyata atau tindakan dipengaruhi oleh pengetahuan, (Notoatmojo, 2010). Berdasarkan tabel 4.2 mayoritas responden tidak mampu melakukan Senam Kaki Diabetik sebanyak 20 responden (66,7%), dan mampu sebanyak 10 orang (33,3%).

Senam kaki diabetes melitus adalah kegiatan atau latihan yang dilakukan oleh pasien yang menderita diabetes melitus untuk mencegah terjadinya luka dan membantu memperlancar peredaran darah di kaki (Kushariyadi,2011). Senam kaki diabetes ini dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah dan memperkuat otot-otot kecil kaki dan mencegah terjadinya kelainan bentuk pada kaki (Nurrahmani, 2012). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sunaryo Joko dkk (2018), tentang Pendidikan Kesehatan Dengan Simulasi Senam Kaki Pada Penyakit Diabetes Mellitus. Hasil penelitiannya menunjukkan dari 25 responden yang mengikuti kegiatan ini, 20 responden (80%) mayoritas memiliki tindakan tidak mampu mensimulasikan cara senam kaki dengan baik masih perlu bimbingan kembali dalam pelaksanaannya, sedangkan 5 responden (17%) mampu mensimulasikan cara senam kaki dengan baik dan sesuai dengan langkah-langkah yang telah di ajarkan. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Nita Yuniarti Ratnasari (2019), tentang Upaya Pemberian Penyuluhan Kesehatan Tentang Diabetes Mellitus Dan Senam

Kaki Diabetik Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan. Hasilnya 11 responden (37%) mayoritas memiliki tindakan kurang mampu dan 9 responden (30%) memiliki tindakan mampu melakukan senam kaki diabetik, dimana tindakan kurang mampu dikarenakan pemahaman responden mengenai cara senam kaki diabetik.

Dari data diatas peneliti berasumsi bahwa tindakan adalah realisasi stimulus dari pengetahuan menjadi suatu perbuatan nyata atau tindakan dipengaruhi oleh pengetahuan, Oleh karena itu responden yang memiliki tindakan tidak mampu melakukan senam kaki diabetik dan masih perlu bimbingan kembali dalam pelaksanaannya dikarenakan kurangnya pemahaman responden mengenai cara senam kaki diabetik dengan baik.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian terhadap pengetahuan dan tindakan penderita diabetes mellitus dalam melakukan senam kaki diabetik di Klinik Asri Wound Care Centre Medan Tahun 2019 dengan jumlah 30 responden maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden, mayoritas responden mempunyai pengetahuan cukup yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) tentang Senam Kaki Diabetik.
2. Berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden, mayoritas responden

yang mempunyai tindakan tidak mampu melakukan Senam Kaki Diabetik sesuai SOP yaitu sebanyak 20 orang (66,7%).

Saran

Ada pun saran-saran yang penulis dapat sampaikan setelah melakukan penelitian, antara lain :

1. Bagi Responden
Diharapkan pasien perlu mempertahankan pengetahuan melalui sumber kesehatan yang ada, khususnya tentang senam kaki diabetik agar dapat melakukan tindakan sesuai prosedur yang ada.
2. Bagi Peneliti
Kepada penelitian selanjutnya agar dapat melanjutkan dan mengembangkan dengan menggunakan sampel yang lebih luas sehingga hasil yang diperoleh lebih baik terhadap pengetahuan dan tindakan pasien dalam melakukan senam kaki diabetik.
3. Bagi Klinik Asri Wound Care Centre Medan
Diharapkan kepada petugas kesehatan khususnya bagi Klinik Asri Wound Care Centre Medan untuk agar terus memberikan dan mempertahankan penyuluhan mengenai senam kaki diabetik dengan menggunakan metode dan media yang bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, 2016. Buku Ajar Ilmu Gizi, Obesitas, Diabetes Melitus, & Dislipidemia, Jakarta: EGC.
- Bararah Taqiyah & Jauhar Mohammad, 2018 Medika Bedah Gangguan Sistem Endokrin. Jakarta : Trans Info Media.
- Damayanti Santi, 2017. Diabetes Melitus Yogyakarta: Nuha Medika.
- Harahap Effendi Mukhtar, 2017. *Gambaran Pengetahuan Penderita DM Terhadap Senam Kaki Diabtek Di RSU IPI Medan* Vol. 3. <http://ojs.stikes-imelda.ac.id/index.php/jilki/article/download/85/62> di unduh pada tanggal 13 Januari 2019.
- Nurrahmani, Ulfa, 2011. *Stop diabetes*, Yogyakarta.
- Ode La, Sharif. 2012. Konsep Dasar Keperawatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, 2015. Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah. Medan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Riyanto Agus, 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiadi, 2013. Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Soekidjo Notoatmodjo, 2016. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto, 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunary Tri & Sudiro, 2014. *Pengaruh Senam Kaki Terhadap Penurunan Resiko Ulkus Kaki Diabetik Pada Pasien Diabetes Melitus*, Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan Vol 3. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/> di unduh pada tanggal 10 Maret 2019.
- Sutanto Teguh, 2017. Diabetes Deteksi, Pencegahan, Pengobatan, Yogyakarta: Buku Pintar.
- Tarwoto, 2012. Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin. Jakarta: Trans Info Media.
- Utami Putri Senja, 2018. *Upaya Senam Kaki Untuk Mencegah Resiko Komplikasi Diabetes Melitus*.
- Wawan & Dewi M, 2015. Teori & Pengaruh Pengetahuan, Sikap, & Perilaku Manusia, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wibisana Elang & Sofian Yani, 2014. *Pengaruh Senam Kaki Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di RSU Serang Provinsi Banten*, JurnalJ KFT <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/11897> di unduh pada tanggal 10 Maret 2019.

