



PERILAKU PENCEGAHAN ULKUS KAKI PADA PENDERITA DIABETES MELITUS

Wahyu Widodo*, Ahmad Muzaki, Windika Yanuar Anggoro, Aprilia Dafiyanti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Purworejo, Jl. Raya Purworejo - Kutoarjo No.Km. 6, 5, Dusun III, Grantung, Bayan, Purworejo, Jawa Tengah 54224, Indonesia

*wahyumkepwidodo@gmail.com

ABSTRAK

Ulkus kaki adalah komplikasi yang dapat timbul jika diabetes tidak ditanani dengan baik. Perawatan kaki yang buruk dapat meningkatkan resiko terjadinya ulkus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan, sikap, dan perilaku perawatan kaki pada pasien diabetes melitus. Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Subjek penelitian ini adalah penderita diabetes melitus kelurahan katerban berjumlah 3 orang. Hasil dari penelitian ini adalah partisipan belum pernah mendapatkan informasi mengenai bagaimana cara melakukan perawatan kaki yang baik selama ini. Partisipan hanya melakukan kontrol tentang gula darah dan mendapatkan informasi tentang makanan untuk penderita diabetes seperti perilaku perawatan kaki yang terdiri atas pemeriksaan kondisi kaki, menjaga kebersihan kaki, memotong kuku, pemilihan alas kaki, penggunaan lotion. Partisipan belum melakukan perawatan kaki dengan benar disebabkan oleh belum mendapatkan informasi mengenai cara merawat kaki bagi penderita diabetes. Partisipan juga beranggapan bahwa selama ini tidak pernah mengalami masalah pada kaki dan jika terdapat luka nanti akan sembuh sendiri. Sikap dalam pencegahan luka, partisipan selama ini tidak ada perlukaan khusus karena partisipan merasa jarang luka dan jika luka langsung cepat kering. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan kesadaran penderita diabetes mellitus sangat mempengaruhi perilaku perawatan kaki yang baik.

Kata kunci: diabetes melitus; pengetahuan; perawatan kaki; sikap

FOOT ULCER PREVENTION BEHAVIOR IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS

ABSTRACT

Foot ulcers are a complication that can arise if diabetes is not treated properly. Poor foot care can increase the risk of ulcers. The aim of this study was to determine knowledge, attitudes and foot care behavior in diabetes mellitus patients. This type of research is qualitative research with a phenomenological approach. The subjects of this research were 3 people suffering from diabetes mellitus in the Katerban sub-district. The results of this research are that participants have never received information about how to take good foot care so far. Participants only control blood sugar and receive information about food for diabetes sufferers, such as foot care behavior which consists of checking the condition of the feet, maintaining foot hygiene, cutting nails, choosing footwear, using lotion. Participants had not carried out proper foot care because they had not received information about how to care for feet for diabetes sufferers. Participants also thought that they had never experienced problems with their feet and that if they had wounds they would heal on their own. Attitudes towards preventing injuries, participants so far have not had any special injuries because participants feel they rarely get injured and if they do get injured they dry quickly. The conclusion in this study is that the knowledge and awareness of diabetes mellitus sufferers greatly influences good foot care behavior

Key words: diabetes mellitus; knowledge; foot care; attitude

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan persoalan utama dalam penyakit tidak menular di dunia. Diabetes mellitus menjadi permasalahan serius dalam kesehatan yang dapat mengakibatkan kematian dan keparahan suatu penyakit (Fatimah, 2015). Luka pada kaki penderita diabetes mellitus disebut dengan ulkus diabetic. Ulkus kaki diabetes merupakan luka yang akibat infeksi atau kerusakan jaringan pada kaki orang yang menderita diabetes. Luka kaki pada penderita diabetes ini terjadi seiring dengan adanya gula darah tinggi yang merusak saraf dan pembuluh darah di kaki. Kerusakan saraf pada penderita ini disebut neuropati diabetic, masalah ini menimbulkan rasa nyeri, kesemutan bahkan hilangnya sensasi rasa pada kaki. Pembuluh darah pasien diabetes juga kerap mengalami penyumbatan yang menyebabkan aliran darah menjadi terhambat (Iqbal et al., 2018). Data dari The National Institute of Diabetes Digestive and Kidney Disease di tahun 2017, memperkirakan 16 juta orang Amerika Serikat mengalami diabetes dan terdapat jutaan berisiko mengalami diabetes. Sekitar 2– 5% populasi di Eropa diabetes mellitus menjadi salah satu gangguan metabolisme dan hal ini mempengaruhi dan sekitar 20% populasi di berbagai belahan dunia (Alicic et al., 2017). Insiden DM meningkat di seluruh dunia, dan diperkirakan pada tahun 2030 akan tumbuh hingga 366 juta. Perkiraan ini terjadi karena harapan hidup yang lebih lama dan perubahan kebiasaan makan. Di Indonesia angka kejadian ulkus diabetikum pada pasien DM telah mencapai 25% sepanjang hidupnya. ulkus diabetikum terjadi pada 15-25% pasien dengan DM dan lebih dari 2% per tahun antara 5 hingga 7,5% pasien dengan neuropati (Sukartini et al., 2020).

Ulkus diabetes merupakan penyebab terbanyak pasien diabetes memerlukan perawatan di rumah sakit (Pujiati & Suherni, 2019). Setiap tahunnya, ada lebih dari satu juta orang penderita ulkus diabetic harus kehilangan salah satu kakinya (Frykberg & Banks, 2016). Beberapa penelitian sebelumnya telah mengungkapkan bahwa pengetahuan, sikap, dan tindakan penderita diabetes mellitus terkait perawatan kaki masih rendah (Alshammari et al., 2019). Kasus ulkus diabetic memberikan dampak luar biasa pada penderita DM seperti kemungkinan terjadi amputasi, infeksi yang terjadi pada ulkus diabetic yang mengharuskan penderita dirawat inap dalam waktu yang lebih lama (Roza et al., 2015). Kondisi tersebut menyebabkan penderita membutuhkan biaya perawatan yang besar dan penderita juga beresiko meninggal lebih tinggi dibandingkan dengan penderita DM tanpa ulkus diabetic (Yusra et al., 2023). Dampak dari masalah diabetes mellitus tidak hanya terjadi pada aspek fisik, namun juga berdampak pada aspek ekonomi, penggunaan fasilitas kesehatan dan aspek psikologis. Upaya yang dapat dilakukan sebagai pencegahan primer terjadinya komplikasi pada penderita DM dapat dilakukan dengan memberikan edukasi kesehatan tentang perawatan kaki pada diabetes. Hal ini perlu dilakukan karena pengetahuan adalah dasar dari seseorang perilaku. Pengetahuan yang kurang memadai tentang perawatan kaki dan kurangnya kesadaran akan pentingnya pencegahan ulkus kaki dapat menyebabkan penanganan yang tidak tepat dan meningkatkan risiko terjadinya ulkus kaki (Oktavianti et al., 2021). Faktor terjadinya ulkus diabetikum yang turut berkontribusi adalah kurang patuh dalam melakukan pencegahan luka, pemeriksaan kaki, memelihara kebersihan, kurang melaksanakan pengobatan, aktivitas yang tidak sesuai, serta kelebihan beban pada kaki (Widagdo, 2021). Hal ini terkait dengan masalah sikap individu. Sikap dan tindakan yang tidak memadai dalam merawat kaki juga dapat memperburuk kondisi dan menyebabkan komplikasi yang serius (Yusra et al., 2023). Berdasarkan latar belakang tersebut di atas dapat disampaikan bahwa pengetahuan sikap dan perilaku penderita diabetes mellitus sangat berpengaruh terhadap munculnya ulkus kaki DM. Risiko terjadinya ulkus kaki dapat dicegah dengan perilaku pencegahan yang tepat bagi penderita diabetes mellitus. Adapun tujuan penelitian ini adalah mengetahui perilaku penderita diabetes mellitus dalam upaya pencegahan terjadinya ulkus kaki di Kelurahan Katerban.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian yang bersifat kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Data dikumpulkan dengan metode wawancara mendalam dan observasi. Jumlah partisipan yaitu 3 orang mereka adalah penderita diabetes mellitus di Kelurahan Katerban.

HASIL

Pengetahuan mengenai Perawatan Kaki

Partisipan belum pernah mendapatkan informasi mengenai bagaimana cara melakukan perawatan kaki yang baik selama ini. Partisipan hanya melakukan kontrol tentang guladarah dan mendapatkan informasi tentang makanan untuk penderita diabetes.

“Belum pernah sih mba kalau perawatan kaki kalau misal kayak makanan yang boleh dikonsumsi bagi penderita diabetes dan jadwal kontrol itu pernah dapat mba” (P2)

Perilaku Perawatan Kaki Partisipan Tidak Pernah Memeriksa Kondisi Kaki

Partisipan merasa bahwa kakinya tidak pernah mengalami masalah sehingga partisipan tidak pernah melakukan pemeriksaan padakakinya.

“Nggak pernah mba soalnya kondisi kakinya biasa aja kayak orang normal aja cuma ini ada pecah-pecah mba. (P2)

Menjaga Kebersihan Kaki

Tidak ada perilaku yang khusus dalam menjaga kebersihan bagi partisipan. Partisipan melakukan kebersihan kakinya pada saat mandi menggunakan sabun hingga sela-sela jari seperti yang biasa dilakukan baik sebelum menderita diabetes maupun setelah menderita diabetes. Ada juga partisipan yang menggunakan parutan sereh untuk mengurangi pegal-pegal. Partisipan menganggap bahwa dengan membersihkan kaki yang seperti itu sudah menjaga kebersihan kakinya.

“Saya membersihkan kaki sekalian mandi mba saya bersihkan sampai ke sela-sela jari setelah itu saya bedak menggunakan parutan sereh untuk mengurangi pegal-pegal” (P1)

Memotong Kuku

Partisipan tidak ada perilaku khusus dalam memotong kuku kakinya. Terkadang partisipan memotong kuku terlalu dalam dan tidak lurus. Penderita yang sudah sulit untuk menjangkau kakinya dibantu oleh keluarganya dalam memotong kuku kakinya.

“Saya menggunakan potong kuku mba, tapi kadang agak kedalaman sih mba potong kukunya terus nggak lurus mba” (P2)

Memilih Alas Kaki

Partisipan menggunakan sandal yang sesuai ukuran kakinya saja dan tidak ada cara memilih alas kaki yang khusus. Partisipan menggunakan sandal jepit. Ada juga partisipan yang tidak menggunakan alas kaki pada saat ke luar rumah. Partisipan tersebut beralasan bahwa dengan tidak menggunakan alas kaki saat ke luar rumah itu dapat membuatnya mengurangi kesemutannya dan terapi kakinya.

“Saya jarang menggunakan sandal mba kalau ke luar rumah lebih suka nggak pake sandal untuk mengurangi kesemutannya juga mba” (P1)

Penggunaan Lotion

Partisipan selama ini tidak pernah menggunakan lotion untuk melembabkan kakinya. Mereka beranggapan dengan membersihkan kaki dengan sabun saja sudah cukup untuk mengatasi kakinya yang kering.

“Kalau lotion saya nggak pernah pakai mba, bersihin kaki aja buat ngetasai kaki kering” (P3)

Sikap Pencegahan Luka

Partisipan selama ini tidak ada perlukaan khusus karenapartisipan merasa jarang luka danjika luka langsung cepat kering.Partisipan ketika control jarang memeriksakan kakinya dan menggunakan sandal saat ke luarrumah untuk menghindari cedera.

“Kalau kontrol saya jarang memeriksakan kaki mba sih mbadan memakai sandal saat ke luar rumah”. (P2)

Tabel 1.
Hasil Observasi Partisipan 3

Tanggal	Waktu	Objek	Hasil Observasi
20 Juli 2023	11.00	Perilaku merawat kaki	Sewaktu peneliti mengadakan kunjungan ke rumah partisipan, peneliti mendapatkan partisipan sudah memotong kuku dan membersihkan kuku. Kuku nampak pendek dan bentuk kukunya nampak terpotong dengan benar.
		Perilaku memeriksa kaki	Sewaktu peneliti ke rumah partisipan mendapati bahwa partisipan sudah melakukan pemeriksaan kaki. Partisipan memeriksa telapak kaki apakah ada luka atau tidak. Kaki nampak bersih dan kuku terpotong rapi
		Perilaku memotong kuku	Saat peneliti mengamati kuku partisipan didapati kuku dalam keadaan pendek dan nampak bersih, partisipan mengatakan kuku dipotong menggunakan alat khusus untuk potong kuku dan dibersihkan agar tidak bau dan kotor.

Tabel 2.
Hasil Observasi Partisipan 2

Tanggal	Waktu	Objek	Hasil Observasi
19 Juli 2023	10.00	Perilaku merawat kaki	Sewaktu peneliti mengadakan kunjungan ke rumah partisipan, peneliti mendapatkan informasi bahwa partisipan sudah memotong kuku dan membersihkan kuku. Menggunakan air hangat untuk membersihkan kaki dan selalu menggunakan sabun untuk membersihkan kaki
		Perilaku memeriksa kaki	Sewaktu peneliti ke rumah partisipan mendapati bahwa partisipan sudah melakukan pemeriksaan kaki. Partisipan menunjukkan kaca pembesar untuk memeriksa telapak kaki apakah ada luka atau tidak.
		Perilaku memotong kuku	Saat peneliti mengamati kuku partisipan didapati kuku dalam keadaan pendek dan nampak bersih, partisipan mengatakan kuku dipotong menggunakan alat khusus untuk potong kuku dan dibersihkan agar tidak bau dan kotor.

Tabel 3.
Hasil Observasi Partisipan 3

Tanggal	Waktu	Objek	Hasil Observasi
23 Juli 2023	11.00	Perilaku merawat kaki	Sewaktu peneliti mengadakan kunjungan ke rumah partisipan, peneliti mendapatkan informasi bahwa partisipan menggunakan parutan daun sereh untuk mengurangi pegal pada kaki, menggunakan sabun untuk membersihkan kaki.
		Perilaku memeriksa kaki	Sewaktu peneliti ke rumah partisipan mendapati bahwa partisipan sudah melakukan pemeriksaan kaki. Partisipan memeriksa telapak kaki apakah ada luka atau tidak.
		Perilaku memotong kuku	Saat peneliti mengamati kuku partisipan didapati kuku dalam keadaan pendek dan nampak bersih, partisipan mengatakan kuku dipotong menggunakan alat khusus untuk potong kuku dan dibersihkan agar tidak bau dan kotor.

PEMBAHASAN

Perilaku merupakan serangkaian tindakan yang dibuat oleh individu, organisme, sistem, atau entitas buatan dalam hubungannya dengan dirinya sendiri atau lingkungannya, yang mencakup sistem atau organisme lain di sekitarnya serta lingkungan fisik (Rodiah et al., 2022). Perilaku mengetahui alasan mengapa tindakan itu harus dilakukan seseorang yang melakukan tindakan dengan didasari oleh pengetahuan (Darsini et al., 2019). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maloring et al, 2014 dimana perilaku yang didasari pengetahuan yang baik

cenderung akan bersifat lebih permanen daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. namun hal ini tidak bersifat mutlak artinya dalam kenyataan praktek sehari-hari terjadi keadaan sebaliknya di mana seseorang telah berperan positif meskipun pengetahuan dan sikapnya masih negative (Kurniawati et al., 2014). Pada penelitian ini menganalisa perilaku pencegahan ulkus kaki pada penderita diabetes mellitus. Diabetes mellitus memberikan dampak buruk bahkan pada menyebabkan kematian pada penderitanya. Komplikasi yang sering terjadi pada penderita diabetes mellitus adalah ulkus diabetic. Masalah ulkus kaki diabetic merupakan luka kronik pada daerah di bawah pergelangan kaki, yang meningkatkan morbiditas, dan mengurangi kualitas hidup pasien (Faswita et al., 2023). Perilaku pencegahan ulkus kaki diabetic yang disebabkan oleh proses neuropati perifer, penyakit arteri perifer ataupun kombinasi keduanya sangat perlu ditindak lanjuti dengan cepat.

Hasil dalam penelitian ini perilaku pencegahan ulkus kaki pada penderita diabetes melitus di kelurahan katerban dapat dilakukan dengan merawat kaki, memotong kuku kaki dan memeriksa kebersihan kaki. Perilaku ini dapat terjadi jika adanya keseimbangan dengan sikap individu dalam memandang masalah ini. Sikap yang ditampilkan oleh seseorang dalam merespons stimulus merupakan suatu kesiapan atau kecenderungan untuk bertindak (Nurul et al., 2023). Jika penderita diabetes melitus dan anggota keluarganya dalam hal ini adalah sikap terhadap sakit dan penyakit yaitu bagaimana penilaian atau pendapat seseorang terhadap gejala-gejala diabetes melitus yang muncul. Kebiasaan yang dilakukan partisipan dalam upaya mencegah ulkus kaki sangat bervariasi tindakan pencegahan ada yang bersifat sementara dalam arti tindakan tersebut dilakukan pada saat partisipan menderita sakit saja sedangkan tindakan pencegahan yang bersifat langgeng merupakan suatu kebiasaan atau kebutuhan hidup sehari-hari. Meskipun tidak menderita sakit misalnya mengontrol asupan makanan agar tidak terjadi kenaikan gula darah yang tinggi, tindakan tersebut dilakukan karena adanya kesadaran bahwa pada saat mengkonsumsi makanan, olahraga sudah menjadi tolak ukur budaya tertentu agar orang menjadi sehat.

SIMPULAN

Pengetahuan mengenai perawatan kaki, partisipan belum pernah mendapatkan informasi mengenai bagaimana cara melakukan perawatan kaki yang baik selama ini. Partisipan hanya melakukan kontrol tentang gula darah dan mendapatkan informasi tentang makanan untuk penderita diabetes. Perilaku perawatan kaki yang terdiri atas pemeriksaan kondisi kaki, menjaga kebersihan kaki, memotong kuku, pemilihan alas kaki, penggunaan lotion, Partisipan belum melakukan perawatan kaki dengan benar. Hal ini disebabkan oleh partisipan belum mendapatkan informasi mengenai bagaimana cara merawat kaki bagi penderita diabetes. Partisipan juga beranggapan bahwa selama ini tidak mengalami masalah pada kaki dan jika terdapat luka nanti akan sembuh sendiri. Sikap dalam pencegahan luka, Partisipan selama ini tidak ada perlukaan khusus karena partisipan merasa jarang luka dan jika luka langsung cepat kering. Pengetahuan dan kesadaran penderita diabetes mellitus sangat mempengaruhi perilaku perawatan kaki yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alicic, R. Z., Rooney, M. T., & Tuttle, K. R. (2017). Diabetic Kidney Disease: Challenges, Progress, and Possibilities. *Clinical Journal of the American Society of Nephrology : CJASN*, 12(12), 2032–2045. <https://doi.org/10.2215/CJN.11491116>
- Alshammari, Z. J., Alsaid, L. A., Parameaswari, P. J., & Alzahrani, A. A. (2019). Attitude and knowledge about foot care among diabetic patients in Riyadh, Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(6), 2089–2094.

https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_248_19

- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Faswita, W., Nasution, J. D., & Elfira, E. (2023). Perilaku Pencegahan Ulkus Diabetik Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Binjai Kota. *Jintan: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(1), 20–28.
- Fatimah, R. N. (2015). DIABETES MELITUS TIPE 2. *J Majority*, 4(5), 93–101. <https://doi.org/10.14499/indonesianjpharm27iss2pp74>
- Frykberg, R. G., & Banks, J. (2016). Management of Diabetic Foot Ulcers: A Review. *Federal Practitioner : For the Health Care Professionals of the VA, DoD, and PHS*, 33(2), 16–23.
- Iqbal, Z., Azmi, S., Yadav, R., Ferdousi, M., Kumar, M., Cuthbertson, D. J., Lim, J., Malik, R. A., & Alam, U. (2018). Diabetic Peripheral Neuropathy: Epidemiology, Diagnosis, and Pharmacotherapy. *Clinical Therapeutics*, 40(6), 828–849. <https://doi.org/10.1016/j.clinthera.2018.04.001>
- Kurniawati, E., Kaawoan, A., & Onibala, F. (2014). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Klien Gout Arthritis Di Puskesmas Tahuna Timur Kabupaten Sangihe. *E-Jurnal Keperawatan*, 2(2), 282. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v2i2.5210>
- Nurul, Rustan, E., & Ajigoena, A. M. (2023). Penilaian Afektif Siswa terhadap Perubahan Sikap Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 7(2), 231–241. <https://doi.org/10.23887/jppp.v7i2.58498>
- Oktavianti, Siti, D., & Putri, S. N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Merawat Kaki Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya (JAKHKJ)*, 7(3), 21–31.
- Pujiati, L., & Suherni. (2019). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Lama Penyembuhan Luka pada Pasien Ulkus Diabetikum di Rumah Sakit USU Medan. *Jurnal Keperawatan Flora*, 12(1), 86–96.
- Rodiah, S., Ulfiah, U., & Arifin, B. S. (2022). Perilaku Individu dalam Organisasi Pendidikan. *Islamika*, 4(1), 108–118. <https://doi.org/10.36088/islamika.v4i1.1602>
- Roza, R. L., Afriant, R., & Edward, Z. (2015). Faktor Risiko Terjadinya Ulkus Diabetikum pada Pasien Diabetes Mellitus yang Dirawat Jalan dan Inap di RSUP Dr . M . Djamil dan RSI Ibnu Sina Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 243–248. <https://doi.org/https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.229>
- Widagdo, W. (2021). Pengaruh Model Pendampingan Dan Kartu Kendali Faktor Risiko Luka Kaki Diabetik Terhadap Praktik Perawatan Kaki. *Jurnal Health Sains*, 2(6), 837–847.
- Yusra, A., Syahabuddin, & Marlina. (2023). Edukasi Perawatan Kaki Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Syamtalira Aron. *Jurnal Health Sains*, 4(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.46799/jhs.v4i3.855>.