

Upaya Pencegahan Ulkus Diabetikum melalui Edukasi Perawatan Kaki pada Lansia di UPT Puskesmas Menteng Palangka Raya

Santia Nomi¹, Vina Agustina², Wenna Araya³

^{1,2,3}Universitas Eka Harap

Email: santianomi5@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Ulkus diabetikum merupakan komplikasi kronis diabetes melitus akibat neuropati perifer dan penyakit arteri perifer yang dapat berujung pada amputasi. Lansia penderita DM di UPT Puskesmas Menteng masih memiliki kebiasaan berjalan tanpa alas kaki dan kurang menyadari adanya luka pada kaki akibat hilangnya sensasi, sehingga sebagian besar baru berobat setelah luka menjadi gangren. Edukasi perawatan kaki merupakan salah satu upaya pencegahan primer untuk menurunkan risiko ulkus diabetikum. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi perawatan kaki terhadap perilaku perawatan kaki sebagai upaya pencegahan ulkus diabetikum pada lansia di UPT Puskesmas Menteng Palangka Raya. Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah pre-experiment dengan rancangan *one group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian berjumlah 104 pasien DM, dengan sampel sebanyak 51 responden yang diambil menggunakan teknik *non probability sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Nottingham Assessment of Functional Footcare* (NAFF). Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil: Sebelum diberikan edukasi, perilaku perawatan kaki responden sebagian besar berada pada kategori cukup (47,1%) dan kurang (29,4%). Setelah edukasi, kategori baik meningkat menjadi 74,5% dan kategori kurang menurun menjadi 3,9%. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan edukasi perawatan kaki terhadap perilaku perawatan kaki sebagai upaya pencegahan ulkus diabetikum pada lansia. Edukasi perawatan kaki disarankan dilakukan secara rutin dan berkelanjutan oleh pihak Puskesmas guna mempertahankan perubahan perilaku tersebut.

Kata Kunci: Edukasi Perawatan Kaki, Lansia, Pencegahan Ulkus Diabetikum, Perilaku Perawatan Kaki

Abstract

Background: Diabetic ulcers are a chronic complication of diabetes mellitus due to peripheral neuropathy and peripheral artery disease that can lead to amputation. Elderly people with DM at the Menteng Health Center still have the habit of walking barefoot and are less aware of the wounds on the feet due to loss of sensation, so most of them only seek treatment after the wound becomes gangrene. Foot care education is one of the primary prevention efforts to reduce the risk of diabetic ulcers. Objective: This study aims to determine the effect of foot care education on foot care behavior as an effort to prevent diabetic ulcers in the elderly at the Menteng Palangka Raya Health Center. Methods: The research design used was a pre-experiment with a one group Pretest-Posttest design. The study population was 104 DM patients, with a sample of 51 respondents taken using non probability sampling techniques. The research instrument used the Nottingham Assessment of Functional Footcare (NAFF) questionnaire. Data analysis used the Chi-Square test. Results: Before being educated, the respondents' foot care behavior was mostly in the moderate (47.1%) and less (29.4%) categories. After education, the good category increased to 74.5% and the poor category decreased to 3.9%. The results of the Chi-Square test showed a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Conclusion: There is a significant influence of foot care education on foot care behavior as an effort to prevent diabetic ulcers in the elderly. Foot care education is recommended to be carried out regularly and continuously by the Puskesmas to maintain these behavior changes.

Keywords: Foot Care Education, Elderly, Prevention of Diabetic Ulcers, Foot Care Behavior

1. PENDAHULUAN

Ulkus diabetikum merupakan salah satu komplikasi yang dapat dialami penderita diabetes melitus akibat kerusakan pembuluh darah perifer dan saraf. Kondisi tersebut dapat menyebabkan luka pada kaki yang sulit sembuh dan pada keadaan berat dapat berkembang menjadi komplikasi yang lebih serius. Pencegahan melalui perawatan kaki menjadi bagian penting dalam pengelolaan diabetes melitus, khususnya pada lansia.

Berdasarkan skripsi, kurangnya pengetahuan dan penerapan perawatan kaki yang kurang tepat dapat meningkatkan risiko luka kaki dan ulkus diabetikum. Perawatan kaki meliputi pemeriksaan kaki secara rutin, menjaga kebersihan dan kelembaban kulit, memilih dan menggunakan alas kaki yang aman, merawat kuku dengan benar, serta memperhatikan kondisi kaki. Edukasi perawatan kaki diperlukan agar lansia memahami dan menerapkan tindakan pencegahan secara tepat.

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan edukasi perawatan kaki dengan upaya pencegahan ulkus diabetikum pada lansia di UPT Puskesmas Menteng Palangka Raya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan korelasional. Rancangan korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara edukasi perawatan kaki dengan upaya pencegahan ulkus diabetikum tanpa memberikan perlakuan atau intervensi kepada responden. Populasi penelitian berjumlah 104 pasien lansia dengan diabetes melitus di wilayah kerja UPT Puskesmas Menteng Palangka Raya dan sampel berjumlah 51 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan *purposive sampling*.

Variabel independen adalah edukasi perawatan kaki dan variabel dependen adalah upaya pencegahan ulkus diabetikum. Instrumen penelitian menggunakan *Nottingham Assessment of Functional Footcare* (NAFF) sebanyak 29 pertanyaan. Pengumpulan data dilakukan pada 05–13 Agustus 2026. Pengolahan data meliputi *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating*. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase, sedangkan analisis hubungan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

Karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita diabetes melitus, dan riwayat ulkus diabetikum. Dari 51 responden, kelompok umur terbanyak adalah 65–69 tahun sebanyak 19 responden (37,3%), jenis kelamin terbanyak perempuan sebanyak 30 responden (58,8%), dan responden yang tidak pernah mengalami ulkus diabetikum sebanyak 43 responden (84,3%).

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Kategori	<i>n</i>	%
Umur	60–64 Tahun	17	33,3
	65–69 Tahun	19	37,3
	70–74 Tahun	10	19,3
	≥ 75 Tahun	5	9,8
Jenis Kelamin	Laki-Laki	21	41,2
	Perempuan	30	58,8
Riwayat Ulkus	Pernah	8	15,7
	Tidak Pernah	43	84,3

Tabel 2. Distribusi Upaya Pencegahan Ulkus Diabetikum Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Baik	12 (23,5%)	38 (74,5%)
Cukup	24 (47,1%)	11 (21,6%)
Kurang	15 (29,4%)	2 (3,9%)
Total	51 (100%)	51 (100%)

Tabel 3. Tabulasi Silang Hasil Pengukuran Upaya Pencegahan Ulkus Diabetikum

Pretest	Posttest Baik	Posttest Cukup	Posttest Kurang
Baik	11 (22,6%)	1 (2,0%)	0 (0%)
Cukup	20 (39,2%)	4 (7,8%)	0 (0%)
Kurang	7 (13,7%)	6 (11,8%)	2 (3,9%)

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi *Spearman Rank*

Uji	N	r	P-value
<i>Spearman Rank</i>	51	0,880	0,000

Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,880 dengan *P-value* 0,000. Karena *P-value* < 0,05, H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan, positif, dan sangat kuat antara edukasi perawatan kaki dengan upaya pencegahan ulkus diabetikum pada lansia di UPT Puskesmas Menteng Palangka Raya.

b. Pembahasan

Sebelum edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori cukup, yaitu 24 responden (47,1%), diikuti kategori kurang 15 responden (29,4%) dan kategori baik 12 responden (23,5%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat responden yang belum menerapkan perawatan kaki secara optimal, seperti pemeriksaan kaki secara rutin, menjaga kebersihan kaki, merawat kuku dan kulit, serta menggunakan alas kaki yang sesuai.

Setelah pengukuran, kategori baik meningkat menjadi 38 responden (74,5%), kategori cukup 11 responden (21,6%), dan kategori kurang 2 responden (3,9%). Dalam skripsi, kondisi tersebut dibahas sebagai peningkatan pemahaman mengenai pentingnya perawatan kaki dan langkah-langkah perawatan kaki secara mandiri.

Hasil analisis *Spearman Rank* dengan $r = 0,880$ dan *P-value* = 0,000 menunjukkan hubungan positif yang sangat kuat. Artinya, semakin baik edukasi perawatan kaki, semakin baik pula upaya pencegahan ulkus diabetikum. Perawatan kaki secara teratur, pemeriksaan kaki setiap hari, penggunaan alas kaki yang tepat, perawatan kuku, dan pelaporan dini terhadap luka atau kelainan kaki merupakan bagian penting dalam pencegahan ulkus diabetikum.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pembahasan dalam skripsi bahwa edukasi yang jelas dan berulang dapat membantu lansia memahami tindakan perawatan kaki yang benar sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

4. KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara edukasi perawatan kaki dengan upaya pencegahan ulkus diabetikum pada lansia di UPT Puskesmas Menteng Palangka Raya. Uji *Spearman Rank* memperoleh $r = 0,880$ dan *P-value* = 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan hubungan positif dan sangat kuat. Kategori baik pada hasil pengukuran meningkat menjadi 38 responden (74,5%).

5. DAFTAR PUSTAKA

[1]. Ahani. (2022). Komplikasi diabetes melitus dan ulkus diabetikum.

- [2]. Ashari dan Kusumaningrum. (2022). Pengetahuan tentang diabetes melitus, komplikasi pada kaki dan perawatan kaki.
- [3]. Ayubbana, S., Ludiana, Immawati, Pakarti, A. T., dan Supardi. (2024). Edukasi Perawatan Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Margorejo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama*.
- [4]. Budiman dan Riyanto, A. (2018). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika.
- [5]. Hardani, dkk. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Pustaka Ilmu.
- [6]. Hidayat, A. A. (2021). *Menyusun Instrumen Penelitian dan Uji Validitas-Reliabilitas*. Health Books Publishing.
- [7]. International Diabetes Federation. (2025). *IDF Diabetes Atlas. 11th ed.*
- [8]. PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*.