



## EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA PASIEN DENGAN LUKA DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS LENDANG NANGKA

Maruli Taufandas<sup>a</sup>, Anaton Aupia<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar,  
Lombok Timur, Indonesia  
marta86lombok@gmail.com  
No HP: 081808891722

### ABSTRACT

*Patients with diabetes militus have hope for good quality of life, this must be supported by good attitudes and knowledge. Good knowledge will be reflected in the clean and healthy life behavior that patients live in everyday life, in patients with diabetes mellitus wounds must maintain the cleanliness of the wound to avoid infection. The purpose of this PKM is to provide information about Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) to patients with diabetes mellitus wounds. PHBS education is carried out for one day with the lecture method at the time of delivery of material. PKM results obtained P-value 0,000 or P-value significance level <0.05, so there is a relationship of patient knowledge to clean and healthy living behavior in patients with diabetes mellitus wounds.*

**Key Words:** Knowledge, Clean and Healthy Living Behavior, Diabetes Mellitus

### ABSTRAK

Penderita diabetes militus memiliki harapan untuk kualitas hidup yang baik, hal ini harus didukung oleh sikap dan pengetahuan yang baik. Pengetahuan yang baik akan tercermin pada perilaku hidup bersih dan sehat yang dijalani oleh pasien dalam kehidupan sehari-hari, pada pasien dengan luka diabetes melitus harus menjaga kebersihan luka untuk menghindari terjadinya infeksi. Tujuan PkM ini adalah untuk memberikan informasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada pasien dengan luka diabetes melitus. Edukasi PHBS dilakukan selama satu hari dengan metode ceramah pada saat penyampain materi. Hasil PkM diperoleh p-value 0,000 atau tingkat signifikansi p-value < 0,05, sehingga ada hubungan pengetahuan pasien terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada pasien dengan luka diabetes melitus.

**Kata Kunci:** Pendidikan Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Pemeriksaan Tekanan Darah, Diabetes Melitus

## 1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) yaitu beberapa tanda gejala yang diakibatkan oleh ketidak seimbangan atau berkurangnya fungsi pancreas dalam memproduksi insulin (Kamalah dkk., 2020).

Menurut Riskesdas (2018) prevalensi penderita DM di Indonesia mengalami lonjakan dari 6,9% menjadi 8,5%, berdasarkan pemeriksaan medis terjadi

peningkatan dari 1,5% menjadi 2% di tahun 2018 (Tampubolon, 2021). Nusa Tenggara Barat (NTB) berada pada urutan 23 dari 34 Provinsi di Indonesia berdasarkan data prevalensi Diabetes Melitus pada Riskesdes (2018) dengan persentasi 1,6% di tahun 2018 (Sidrotullah dkk., 2022). Lombok Timur merupakan penyumbang terbesar di Pulau Lombok dengan prediksi penderita sebanyak 13.073 jiwa dan sebanyak 6.478 pasien telah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar (Rahim dkk., 2023). Pada 2018 pengidap Diabetes Melitus di Kabupaten Lombok Timur pada grafik Dinas Kesehatan Lombok Timur mencatat sebesar 6.484 orang (Ilmi dkk., 2021).

Gangren pada daerah kaki penderita DM menjadi komplikasi kronis bagi penderita DM tipe dua yang ditemukan pada pasien DM (Haskas & Restika, 2021). Pemahaman tidak baik serta merawat kaki dengan cara tidak tepat merupakan faktor pencetus terhadap kejadian gangren pada kaki penderita DM (Heng dkk., 2020). Data statistik ulkus ekstremitas bawah secara global yaitu 6,3% pada kejadian ulang sebesar 40% sampai 65% dalam 5 tahun awal (Nguyen dkk., 2019). Beberapa jurnal sebelumnya juga telah mengungkapkan bahwa pengetahuan, sikap, dan tindakan penderita diabetes melitus terkait perawatan kaki masih rendah (Alshammari dkk., 2019).

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan suatu kegiatan untuk membersihkan diri atau bagian tubuh tertentu pada luka penderita DM, upaya preventif kerusakan awal pada luka yang dapat menimbulkan resiko infeksi apabila tidak ditangani secara benar maka akan mengakibatkan amputasi. Sikap positif dari penderita diabetes melitus menjadi pondasi awal untuk berperilaku dalam upaya preventif luka diabetikum yang baik. Faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah tingkat pendidikan, status ekonomi, pengetahuan, dan lama menderita diabetes melitus (Salsabila & Yono, 2021). Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk menambah wawasan pasien tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat sehingga setelah pengabdian kepada masyarakat selesai pasien mampu secara mandiri untuk menerapkan pola perilaku hidup bersih dan sehat khususnya pada penderita diabetes militus.

## 2. METODE

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa STIKes Hamzar Lombok Timur dalam rangka meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada pasien yang mengalami luka diabetes melitus. Pemberian materi pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode ceramah dan pembagian *leaflet*, bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat bagi penderita luka diabetes melitus. Tahap selanjutnya sebelum dan setelah penyampaian materi yaitu melakukan *pretest* dan *posttest* untuk menilai pemahaman pasien mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada pasien yang mengalami luka diabetes melitus. Waktu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung selama 1 hari, yaitu pada tanggal 5 November 2024 di Puskesmas Lendang Nangka.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat memiliki dampak yang positif kepada peserta yaitu pasien dengan luka diabetes melitus, hal ini terlihat dari antusiasme pasien dalam mengikuti kegiatan tersebut. Hasil yang telah didapatkan oleh tim peserta pengabdian kepada masyarakat berupa hasil pengukuran tingkat pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Hasil *pretest* tentang tingkat pengetahuan pasien diabetes paling banyak pada kategori kurang sebanyak 15 orang (47%) dan perilaku hidup bersih dan sehat pada kategori kurang sebanyak 14 orang (44%), dan setelah dilakukan pemberian materi maka dilakukan *posttest* dengan hasil tingkat pengetahuan pada kategori baik sebanyak 16 orang (50%) dan perilaku hidup bersih dan sehat pada kategori baik sebanyak 19 orang (59,4%). Terlihat bahwa ada peningkatan dari hasil *pretest* ke *posttest*, dari tingkat pengetahuan kurang menjadi baik dan perilaku hidup bersih dan sehat dari kategori kurang menjadi kategori baik. Kegiatan ini diikuti dengan baik oleh semua peserta dan mampu untuk menjawab beberapa pertanyaan yang diberikan kepada pasien untuk mengukur secara langsung tingkat pemahaman peserta. Kegiatan edukasi perilaku

hidup bersih dan sehat (PHBS) diikuti oleh 32 pasien berdasarkan dari kegiatan yang telah dilakukan terdapat beberapa hasil evaluasi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tentang Diabetes Melitus di Puskesmas LendangNangka

No	Tingkat Pengetahuan	F	%	PHBS	F	%	P-Value
1	Baik	16	50	Baik	19	59,4	0,000
2	Cukup	11	34,4	Cukup	9	28,1	
3	Kurang	5	15,6	Kurang	4	12,5	
Total		32	100	Total	32	100	



Gambar 1. Penjelasan tentang perawatan luka



Gambar 2. Penjelasan tentang perilaku hidup bersih dan sehat

Pengetahuan dapat didefinisikan sebagai kondisi sadar dan paham tentang beberapa nilai-nilai yang bisa dipahami oleh seseorang (Notoadmodjo, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data diketahui bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan pasien tentang penyakit diabetes melitus dalam kategori baik yaitu sebanyak 16 responden (50%). Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor penting yang dapat menambah informasi mengenai pengetahuan seseorang, sehingga tingkat pendidikan menunjang baiknya pengetahuan responden dalam penelitian ini. Adapun tingkat pendidikan responden dalam penelitian ini yaitu sebagian besar SMP sebanyak 8 responden (25%) serta ada yang sarjana sebanyak 5 responden (15,6%). Penelitian ini didukung oleh Ayu & Damayanti (2018), bahwa terdapat pengaruh yang bermakna pada pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan pasien DM tipe 2 dalam pencegahan ulkus.

Pengetahuan juga bisa bersal dari berbagai macam diantaranya media cetak atau elektronik, televisi, surat kabar, dan sosial media. Dengan perkembangan teknologi sekarang ini dapat memudahkan pasien dalam memperoleh informasi tentang penyakit diabetes melitus. Pemahaman individu terbentuk dari apa yang dilihat, dibaca, dirasakan dari lingkungan tempat tinggal dan selama berinteraksi dengan orang lain, hal tersebutlah yang bisa menimbulkan suatu tindakan preventif. Hanifah, dkk., (2019) menyebutkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik berjumlah 15 responden (41,7%).

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang yang di survei mengetahui bahwa semakin tua usia mereka, semakin lambat sirkulasi darah ke kaki, sehingga menyebabkan proses penyembuhan luka menjadi lebih lama. Mengontrol pola makan untuk diabetes dapat mencegah tukak kaki. Setiap pasien diabetes akan menerima penjelasan tentang penyakit yang dialami setelah pemeriksaan dan diagnosa medis yang tepat, termasuk apa penyebab dan tanda gejala DM, pemantauan mandiri, penyebab hiperglikemia, obat hipoglikemik oral, perencanaan makan, perawatan kaki, aktivitas fisik, manajemen penyakit dan komplikasinya.

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan suatu kegiatan untuk membersihkan diri atau bagian tubuh tertentu pada luka penderita DM, upaya preventif kerusakan awal pada luka yang dapat menimbulkan resiko infeksi apabila tidak ditangani secara benar maka akan mengakibatkan amputasi. Hasil penelitian

---

**JURNAL ABDIMAS KESOSI** Vol. 8 No. 1 Januari 2025, pp. 23-30

menunjukkan bahwa mayoritas perilaku pasien dalam kategori baik sebanyak 19 responden (59,4%). Hasil ini didukung oleh Ningrum & Yulianti (2021), ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku perawatan kaki, dimana nilai p-value <0,05.

Perilaku juga dipengaruhi oleh gender. Hasil analisa univariat dari 32 responden didapatkan hasil bahwa mayoritas responden terdiri dari perempuan sebanyak 17 orang (53,1%) dan laki-laki berjumlah 15 orang (46,9%). Ningrum & Yulianti (2021), menyatakan ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perilaku perawatan kaki antara lain pengetahuan, umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, lama waktu menderita penyakit diabetes. Apabila seorang individu mengalami penyakit diabetes dalam waktu yang panjang, belum tentu bisa mempengaruhi perilaku yang mengarah ke sikap yang baik dalam perawatan kaki (Ningrum & Yulianti, 2021). Dalam hal perawatan luka, wanita sangat menjaga kebersihan kaki serta perawatan diri dibandingkan pria hal ini disebabkan wanita terlihat lebih memahami tentang perawatannya serta berusaha mencari informasi yang maksimal tentang perawatan lukanya untuk menghindari komplikasi. Sementara laki-laki kurang memperhatikan perawatan diri karena paling besar waktunya dihabiskan di tempat kerja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Lendang Nangka tahun 2024 menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada luka diabetes melitus dengan nilai signifikan p-value 0,000 (p-value <0,05). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriliani (2018), bahwa tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan diabetes melitus dinyatakan ada hubungan hasil p-value 0,000 (<0,05) (Basri dkk., 2021).

Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi kemampuan berpikirnya. Semakin baik tingkat pemahaman individu maka semakin mudah juga seseorang berpikir secara logis dan mudah dimengerti, informasi baru, termasuk gambaran masalah baru. Berdasarkan hasil univariat pengetahuan subjek penelitian pada pengetahuan baik sebanyak 16 responden (50%), sedang 11 orang (34,4%), dan kurang 5 orang (15,6%).

Evaluasi kegiatan, sebelum kegiatan dilaksanakan tim pengabdian kepada masyarakat menyiapkan segala kebutuhan yang akan digunakan selama kegiatan berlangsung. Kegiatan diikuti oleh peserta dengan baik dan tertib dan mendukung terlaksananya proses pendidikan kesehatan.

Evaluasi proses berupaya untuk mengetahui tingkat partisipasi peserta dalam mengikuti edukasi perilaku hidup bersih dan sehat, peserta antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut dengan ditandai banyaknya peserta yang bertanya mengenai materi yang telah disampaikan.

Pada aspek evaluasi hasil dalam penyuluhan kesehatan ini, tim pengabdian kepada masyarakat berupaya untuk melakukan evaluasi terkait dengan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dengan sesi tanya jawab.

Evaluasi hasil pengabdian kepada masyarakat mengacu pada indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan kesehatan ini, secara umum pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan peserta sangat antusias dalam menerima materi dan adanya tanya jawab dua arah antara peserta dan pemateri untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta. Tujuan dari penyuluhan kesehatan ini untuk meningkatkan wawasan pasien tentang perilaku hidup bersih dan sehat sehingga masyarakat bisa mengetahui tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat bagi pasien dengan luka diabetes militus. Apa yang menjadi tujuan dari pengabdian kepada masyarakat telah tercapai yang ditandai dengan adanya peningkatan tingkat pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlaksana.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini yaitu hasil *pretest* tentang tingkat pengetahuan pasien diabetes paling banyak pada kategori kurang sebanyak 15 orang (47%) dan perilaku hidup bersih dan sehat pada kategori kurang sebanyak 14 orang (44%), dan setelah dilakukan pemberian materi maka dilakukan *posttest* dengan hasil tingkat pengetahuan pada kategori baik sebanyak 16 orang (50%) dan perilaku hidup bersih dan sehat pada kategori baik sebanyak 19 orang

(59,4%). Terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan luka diabetes melitus di Puskesmas Lendang Nangka.

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada kepala Puskesmas Lendang Nangka dan pasien yang telah ikut berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, H. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Perawatan Kaki Pasien DM Sebagai Pencegahan Ulkus DM Di RSI Kendal*. Jurnal Universitas Muhammadiyah Semarang, 53(9). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Alshammari, Z. J., Alsaid, L. A., Parameaswari, P., & 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.
- Aryani, M., Hisni, D., & Lubis, R. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Ulkus Kaki Diabetik Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu*. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama, 11(3), 184-192.
- Ayu, N. P. M., & Damayanti, S. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dalam Pencegahan Ulkus Kaki Diabetik Di Poliklinik RSUD Panembahan Senopati Bantul*. Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta, 2(1), 13-19.
- Hanifah, H., Dwiana, D., Patria, P., & Keraman, B. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Ulkus Diabetik pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Seruni RSUD DR. M. Yunus Bengkulu*. Jurnal Smart Keperawatan, 6(2), 141.
- Haskas, Y., & Restika, I. (2021). *Evaluasi Ragam Metode Perawatan Luka Pada Pasien Dengan Ulkus Diabetes: Literature Review*. Jurnal Keperawatan Priority, 4 (2), 12-28.
- Heng, M. L., Kwan, Y. H., Ilya, N., Ishak, I. A., Jin, P. H., Hogan, D., & Carmody, D. (2020). *A Collaborative Approach In Patient Education For Diabetes Foot And Wound Care: A Pragmatic Randomised Controlled Trial*. International Wound Journal, 17(6), 1678-1686.
- Ilmi, N., Suryatno, H., & Surniati, S. (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Masbagik Lombok Timur*. JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan), 5(3).
- Kamalah, A. D., Ahsan, A., & Kristianto, H. (2020). *Efektivitas Psikoedukasi Keluarga dalam Menurunkan Beban Keluarga pada Keluarga Pasien Ulkus Diabetes*



- Melitus*. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 3(1), Article 1.  
<https://doi.org/10.32584/jikj.v3i1.339>
- Nguyen, T. P. L., Edwards, H., Do, T. N. D., & Finlayson, K. (2019). *Effectiveness Of A Theory-Based Foot Care Education Program (3stepfun) In Improving Foot Self-Care Behaviours And Foot Risk Factors For Ulceration In People With Type 2 Diabetes*. *Diabetes research and clinical practice*, 152, 29–38.
- Ningrum, T. P., Al Fatih, H., & Yuliyanti, N. T. (2021). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Perawatan Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii*. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2), 166-177.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Salsabila, F., & Yono, N. H. (2021, December). *Pengaruh Edukasi Audiovisual Terhadap Self Care Management Penyandang Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pabelan Kabupaten Semarang*. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 4).
- Sentana, AD (2019). *Hubungan Karakteristik Responden Dengan Pengetahuan Dan Sikap Pasien Diabetes Melitus Tentang Perawatan Kaki Di Ruang Poli Dalam Rumah Sakit Umum Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2014*. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CB09781107415324.004>
- Sidrotullah, M., Radiah, N., & Meditia, E. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Montong Betok Kecamatan Montong Gading Lombok Timur Tahun 2022*. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Farmasi*, 10(2), 58–61.
- Tampubolon, S. (2021). *Literature Review: Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perawatan Kaki Dengan Kejadian Ulkus Kaki Diabetik Pada Penderita Diabetes Melitus*.  
<http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/4530>
- Wulandari, A., & Utomo, E. K. (2023, June). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Pasien Tentang Pencegahan Komplikasi Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Medika Mulya Wonogiri*. In *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional* (pp. 200-208).