



Upaya Promotif Mencegah Komplikasi Kaki Pada Pasien Diabetes Melalui Edukasi dan Latihan Kaki di Wilayah Pesisir Kecamatan Puger, Kabupaten Jember

(Promotive Interventions to Prevent Diabetic Foot Complications Through Structured Education and Foot Exercise Training in the Coastal Communities of Puger Subdistrict, Jember Regency)

Kadek Novi Andani^{1*}, Jon Hafan Sutawardana¹, Ana Nistiandani¹

¹ Fakultas Keperawatan Universitas Jember

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan masalah kesehatan kronis yang berdampak besar pada masyarakat pesisir dengan literasi kesehatan rendah dan akses layanan terbatas, termasuk wilayah Puger, Kabupaten Jember. Minimnya edukasi mengenai komplikasi kaki diabetik menyebabkan rendahnya kemampuan masyarakat dalam melakukan pemeriksaan kaki mandiri dan pencegahan ulkus. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai diabetes melitus, komplikasi kaki diabetik, pemeriksaan kaki mandiri, serta latihan fisik sederhana berupa *heel raise exercise*. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan edukatif, diskusi interaktif, demonstrasi praktik, serta evaluasi pengetahuan melalui pre-test dan post-test. Kegiatan diikuti 30 peserta dengan latar belakang pekerjaan sebagai pedagang ikan dan ibu rumah tangga. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan pada seluruh aspek yang diukur. Peserta dengan kategori pengetahuan tinggi meningkat dari 26,7% menjadi 86,7% pada aspek definisi diabetes, dari 20% menjadi 83,3% pada aspek komplikasi kaki diabetik, dari 13,3% menjadi 80% pada pemeriksaan kaki mandiri, dan dari 10% menjadi 90% pada latihan kaki. Tidak ada peserta yang tersisa pada kategori rendah setelah edukasi. Peserta juga mampu mempraktikkan gerakan *heel raise* dengan benar dan menyatakan latihan tersebut mudah diterapkan di rumah. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi terstruktur berbasis visual dan demonstrasi mampu meningkatkan literasi kesehatan serta keterampilan pencegahan komplikasi kaki diabetik secara signifikan pada masyarakat pesisir. Program seperti ini direkomendasikan untuk dilanjutkan sebagai upaya promotif-preventif berkelanjutan berbasis komunitas.

Kata kunci: Diabetes mellitus, Kaki diabetik, Edukasi kesehatan, Pemeriksaan kaki mandiri, Latihan kaki

ABSTRACT

Diabetes mellitus was a major chronic health problem in coastal communities with low health literacy and limited access to health services, including those living in Puger, Jember Regency. The lack of education regarding diabetic foot complications resulted in poor self-foot examination skills and limited preventive practices against ulcer formation. This community service activity aimed to improve the community's knowledge and skills related to diabetes mellitus, diabetic foot complications, self-foot examination, and a simple physical exercise known as the *heel raise exercise*. The methods included educational counseling, interactive discussions, practical demonstrations, and assessment of knowledge through pre- and post-tests. The activity involved 30 participants, mostly fish sellers and housewives. The results showed a substantial increase in knowledge across all evaluated aspects. Participants categorized as having high knowledge increased from 26.7% to 86.7% for diabetes definitions, from 20% to 83.3% for diabetic foot complications, from 13.3% to 80% for self-foot examination, and from 10% to 90% for foot exercises. No participants remained in the low-knowledge category after the intervention. Participants were also able to correctly perform the *heel raise* movement and reported that the exercise was simple and feasible to practice at home. These findings indicate that structured visual education combined with hands-on demonstrations effectively improved health literacy and preventive foot-care skills among coastal populations. Such programs are recommended for continued implementation as sustainable community-based health promotion and prevention efforts.

Keywords: Diabetes mellitus, Diabetic foot, Health education, Self-foot examination, Foot exercise

Correspondence

Kadek Novi Andani
Fakultas Keperawatan Universitas Jember
Jalan Kalimantan No. 37, Kampus Tegalboto, Kecamatan
Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur.
Email: noviadani@unej.ac.id

How to cite:

Andani, K. N., Sutawardana, J. H., & Nistiandani, A. Upaya Promotif Mencegah Komplikasi Kaki Pada Pasien Diabetes Melalui Edukasi dan Latihan Kaki di Wilayah Pesisir Kecamatan Puger, Kabupaten Jember. DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat. 4(3), 283-292. <https://doi.org/10.58545/djpm.v4i3.613>

doi: 10.58545/djpm.v4i3.613

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.
Copyright (c) 2025 Melsanda Holipin Putri



Article History

Submitted: 13-09-2025

Revised: 08-12-2025

Accepted: 10-12-2025

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) telah berkembang menjadi salah satu tantangan kesehatan

masyarakat paling serius pada dekade terakhir.

Menurut Internasional Diabetes Federation (2025) diperkirakan 589 juta orang dewasa (usia

20-79 tahun) hidup dengan DM setara sekitar 1 dari 9 orang dewasa secara global. Angka ini diproyeksikan akan meningkat menjadi 853 juta orang pada 2050 apabila tidak ada intervensi yang dilakukan secara efektif (Hossain et al., 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa DM bukan hanya persoalan individu atau klinis, melainkan telah menjadi beban sosial, ekonomi, dan sistem kesehatan yang signifikan di seluruh dunia. Negara berpenghasilan menengah ke bawah, termasuk Indonesia, menghadapi tantangan paling besar akibat keterbatasan sumber daya dan rendahnya akses terhadap layanan promotif dan preventif (Manne-Goehler et al., 2019)

Indonesia saat ini hampir 20 juta orang dewasa menderita penyakit diabetes atau 111,3% dari total populasi orang dewasa di Indonesia dan sebagian besar kasus DM belum terdiagnosis (Internasional Diabetes Federation, 2024). Hasil analisis dari survei nasional menyatakan bahwa hingga sekitar 80 % penderita DM di Indonesia belum menyadari kondisinya, terutama di kalangan penduduk muda, mereka yang tinggal di wilayah rural, dan pekerja dari sektor pertanian atau perikanan. Kondisi ini memperlebar kesenjangan akses terhadap deteksi dini, edukasi perawatan diri, serta manajemen penyakit secara berkelanjutan. Faktor-faktor seperti keterbatasan fasilitas kesehatan, rendahnya literasi kesehatan, tingkat pendidikan yang bervariasi, dan kesibukan kerja di lapangan

menyebabkan banyak individu tidak melakukan pemeriksaan rutin. Akibatnya, banyak penderita baru terdiagnosis setelah mengalami komplikasi (Ferdina et al., 2025).

Salah satu komplikasi kronik yang paling ditakuti dari DM adalah penyakit kaki diabetes (diabetic foot disease/DFD) yang dapat berujung pada ulkus kaki dan amputasi. Konsensus nasional menegaskan pentingnya edukasi perawatan kaki bagi seluruh penyandang DM, terutama mereka yang telah mengalami neuropati perifer (Perkeni, 2021). Sejalan dengan itu Pedoman internasional juga merekomendasikan skrining rutin, stratifikasi risiko, edukasi mandiri, dan modifikasi faktor risiko sebagai inti pencegahan ulkus yang baik dan berkesinambungan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku perawatan kaki, sedangkan latihan kaki (foot-ankle exercise) mampu memperbaiki sirkulasi darah, kekuatan otot, dan distribusi tekanan plantar sehingga menurunkan risiko terjadinya luka (IWGDF, 2023; Rochman et al., 2024).

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa latihan kaki (foot-ankle exercise) termasuk gerakan seperti heel raise, mobilisasi pergelangan kaki dan latihan ekstremitas bawah mampu memperbaiki sirkulasi darah, kekuatan otot, dan distribusi tekanan plantar, sehingga menurunkan risiko terbentuknya luka pada kaki diabetik. Contohnya, sebuah scoping review menyimpulkan bahwa program latihan ekstremitas bawah yang dilakukan di rumah

bisa memperbaiki biomekanika kaki, distribusi tekanan plantar, keseimbangan, dan menurunkan kekambuhan ulkus (Bęclawska et al., 2025). Sebuah studi di Indonesia juga menunjukkan bahwa latihan “diabetic foot exercise” dapat memperbaiki neuropati sensorik perifer (Agustina et al., 2025).

Dalam konteks pemilihan lokasi, Kabupaten Jember diketahui memiliki tren peningkatan prevalensi DM berdasarkan Riskesdas 2018. Meskipun data spesifik mengenai angka kejadian DM di Desa Puger belum tersedia, karakteristik wilayah pesisir seperti Kecamatan Puger menunjukkan faktor risiko yang kuat terhadap komplikasi kaki diabetik. Sebagian besar masyarakat bekerja di sektor perikanan dan perdagangan hasil laut, yang menuntut aktivitas fisik tinggi, sering terpapar lingkungan lembap, dan memiliki kebiasaan penggunaan alas kaki yang kurang memadai. Rendahnya literasi kesehatan dan terbatasnya akses layanan promotif-preventif semakin memperbesar potensi terjadinya luka kaki. Oleh karena itu, Puger dipilih sebagai lokasi intervensi karena dianggap representatif sebagai komunitas pesisir dengan kebutuhan edukasi kesehatan yang tinggi, terutama terkait pencegahan komplikasi kaki diabetik.

Pendekatan edukasi/promosi, intervensi edukasi perawatan kaki menunjukkan efek yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, self-care dan perilaku perawatan kaki mandiri pada penyandang DM. Sebuah tinjauan literatur

menyimpulkan bahwa edukasi perawatan kaki secara terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan kaki, self-efficacy, perilaku perawatan kaki, kontrol glukosa, dan menurunkan insiden ulkus kaki (Alshammari et al., 2023). Bahkan di konteks Indonesia penelitian menunjukkan bahwa edukasi perawatan kaki secara individual maupun kelompok efektif meningkatkan keterampilan dan perilaku perawatan kaki (Sylvia et al., 2024)

Program promotif seperti edukasi perawatan kaki dan latihan fisik sederhana sangat relevan diterapkan di wilayah pesisir untuk meningkatkan literasi, kepatuhan pemeriksaan kaki mandiri, dan memperkuat kemandirian masyarakat sehingga menurunkan risiko komplikasi kaki diabetik. Berdasarkan uraian di atas, program “Upaya Promotif dalam Mencegah Komplikasi Kaki pada Pasien Diabetes melalui Edukasi dan Latihan Kaki di Wilayah Pesisir Kecamatan Puger, Kabupaten Jember” diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat, memperkuat perilaku pemeriksaan mandiri harian, dan meningkatkan kapasitas fisik kaki-pergelangan sehingga menurunkan risiko ulkus dan amputasi serta mendukung kemandirian kesehatan di komunitas pesisir.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Jumat, 1 Agustus 2025 pukul 09.00 WIB bertempat di lantai 2 PAUD

Desa Puger, Kecamatan Puger, Kabupaten Jember. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai diabetes melitus (DM) dan komplikasi kaki diabetik, sekaligus memberikan pelatihan keterampilan sederhana berupa heel raise exercise sebagai bentuk upaya promotif dan preventif terhadap risiko ulkus kaki. Metode kegiatan menggunakan kombinasi pendekatan edukatif, partisipatif, dan praktikal agar mampu menghasilkan perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku secara berkelanjutan. Pada tahap persiapan, tim pelaksana berkoordinasi dengan perangkat desa untuk menentukan lokasi dan peserta kegiatan, menyiapkan materi edukatif serta media pembelajaran berupa poster, leaflet, dan slide presentasi, serta menyusun lembar pre-test dan post-test.

Durasi kegiatan berlangsung selama kurang lebih 120 menit. Kegiatan diawali dengan pengisian pre-test selama ± 15 menit untuk menilai pengetahuan awal peserta mengenai DM, komplikasi kaki diabetik, dan langkah pencegahannya. Setelah itu, peserta mengikuti penyuluhan edukasi selama ± 45 menit, yang disampaikan secara komunikatif menggunakan analogi yang relevan dengan kehidupan masyarakat pesisir dan diperkuat dengan media visual seperti banner dan leaflet. Sesi ini dilanjutkan dengan diskusi interaktif dan tanya jawab selama ± 15 menit untuk memperdalam pemahaman peserta.

Tahapan berikutnya adalah demonstrasi dan praktik langsung heel raise exercise selama ± 30 menit, diawali dengan contoh gerakan oleh pemateri kemudian dipraktikkan secara berkelompok. Tim dosen memberikan pendampingan langsung untuk memastikan ketepatan teknik dan postur tubuh peserta. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi dan menilai latihan ini mudah untuk dilakukan di rumah karena tidak membutuhkan alat khusus. Kegiatan ditutup dengan post-test serta evaluasi reflektif selama ± 30 menit untuk menilai peningkatan pengetahuan dan pengalaman yang dirasakan peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 30 peserta yang merupakan masyarakat pesisir di Desa Puger, Kecamatan Puger, Kabupaten Jember. Sebagian besar peserta berusia antara 40–65 tahun, dengan latar belakang pekerjaan sebagai Ibu rumah tangga dan pedagang ikan. Mayoritas peserta belum pernah mendapatkan edukasi khusus mengenai diabetes melitus maupun komplikasi kaki diabetik. Kegiatan berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan positif dari peserta maupun perangkat desa. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi penyuluhan dan demonstrasi latihan kaki. Pengetahuan peserta diukur sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) kegiatan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Aspek yang dinilai	Kategori	Sebelum edukasi N (%)	Sesudah edukasi N (%)
Pemahaman tentang definisi DM	Tinggi	8 (26.7%)	26 (86.7%)
	Sedang	12 (40%)	4 (13.3%)
	Rendah	10 (33.3%)	0 (0%)
Pengetahuan mengenai komplikasi kaki diabetik	Tinggi	6 (20%)	25 (83.3%)
	Sedang	10 (33.3%)	5 (16.7%)
	Rendah	14 (46.7%)	0 (0%)
Pemahaman pemeriksaan kaki mandiri	Tinggi	4 (13.3%)	24 (80%)
	Sedang	10 (33.3%)	6 (20%)
	Rendah	16 (53.3%)	0 (0%)
Pengetahuan tentang latihan kaki (heel raise)	Tinggi	3 (10%)	27 (90%)
	Sedang	10 (33.3%)	3 (10%)
	Rendah	17 (56.7%)	0 (0%)

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada seluruh aspek setelah edukasi dilakukan. Tidak ada peserta yang tetap berada pada kategori rendah pasca edukasi, menandakan efektivitas metode penyuluhan dan demonstrasi dalam meningkatkan pemahaman masyarakat.

Pada aspek pemahaman definisi DM, jumlah peserta dalam kategori tinggi meningkat dari 26,7% menjadi 86,7%, setara dengan peningkatan relatif sekitar 225%. Sebelum edukasi, 33,3% peserta masih berada pada kategori rendah, mencerminkan terbatasnya pemahaman dasar mengenai diabetes akibat rendahnya literasi kesehatan dan minimnya akses informasi. Setelah edukasi, hasil meningkat signifikan berkat penyampaian materi menggunakan bahasa sederhana, media visual, serta pendekatan partisipatif melalui diskusi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyampaian materi menggunakan bahasa sederhana, media visual yang serta pendekatan partisipatif melalui diskusi dan tanya jawab

dapat memperkuat pemahaman masyarakat secara efektif. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan dasar pasien mengenai diabetes dan komplikasinya, terutama pada komunitas dengan keterbatasan sumber daya seperti wilayah pesisir relevan, (Mehana et al., 2025). Temuan ini juga konsisten dengan studi besar oleh penelitian yang menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan dasar tentang DM dan perawatan kaki merupakan hambatan utama pada masyarakat berpendidikan rendah, dan edukasi langsung berbasis komunitas mampu meningkatkan skor pengetahuan secara signifikan (Singh et al., 2025).

Pada aspek pengetahuan mengenai komplikasi kaki diabetik, peserta yang memiliki pengetahuan tinggi meningkat dari 20% menjadi 83,3%, menghasilkan peningkatan relatif sekitar 316%. Sebelum edukasi, 46,7% peserta berada pada kategori rendah, menunjukkan ketidaktahuan terhadap tanda bahaya dan

langkah pencegahan. Setelah intervensi, seluruh peserta berpindah ke kategori sedang–tinggi. Peningkatan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi self-foot care terbukti efektif dalam menurunkan risiko komplikasi kaki melalui peningkatan pemahaman, kewaspadaan, serta perilaku pemeriksaan kaki mandiri (Yokota et al., 2019). Temuan ini juga diperkuat oleh laporan yang menyatakan bahwa literasi kesehatan dan self-efficacy yang baik memiliki hubungan langsung dengan perilaku perawatan kaki yang optimal pada pasien diabetes mellitus di Indonesia (Huda et al., 2019). Selain itu dalam tinjauan literatur sebuah penelitian menegaskan bahwa rendahnya praktik perawatan kaki terutama dipengaruhi oleh kurangnya edukasi terarah; intervensi edukasi komunitas seperti dalam kegiatan ini terbukti meningkatkan kepatuhan pemeriksaan kaki mandiri secara signifikan (Untari et al., 2024)

Pada pemahaman mengenai pemeriksaan kaki mandiri, peserta dalam kategori tinggi meningkat dari 13,3% menjadi 80%, menunjukkan kenaikan relatif sekitar 501%. Sebelum edukasi, lebih dari separuh peserta (53,3%) berada pada kategori rendah, menandakan kurangnya pemahaman tentang langkah pemeriksaan yang benar maupun pentingnya deteksi dini. Metode demonstrasi memungkinkan peserta melihat dan mempraktikkan secara langsung prosedur pemeriksaan kaki, sehingga pengetahuan yang

diperoleh menjadi lebih mudah dipahami dan diingat. Efektivitas pendekatan ini sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa program latihan dan edukasi yang dikombinasikan dengan materi visual dan demonstrasi mampu meningkatkan kemampuan self-care, kekuatan otot kaki, dan fungsi biomekanik penyanggah neuropati diabetik secara signifikan (Silva et al., 2023)

Aspek pengetahuan tentang latihan kaki menunjukkan peningkatan paling signifikan. Peserta yang memiliki pengetahuan tinggi meningkat dari 10% menjadi 90%, setara dengan peningkatan relatif sebesar 800%. Lonjakan ini menunjukkan bahwa latihan yang bersifat sederhana, mudah diikuti, dan dapat dilakukan tanpa alat khusus sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai manfaat aktivitas fisik untuk kesehatan kaki diabetik. Selain memberikan pemahaman, praktik langsung juga membantu peserta merasakan secara nyata gerakan yang benar, sehingga meningkatkan kepercayaan diri mereka untuk melakukannya secara mandiri di rumah. Efektivitas latihan ini sejalan dengan penelitian yang membuktikan bahwa gerakan heel rise dan plantar flexion mampu meningkatkan kekuatan otot betis, mobilitas pergelangan kaki, dan aliran darah perifer pada pasien diabetes dengan neuropati perifer (Jeong et al., 2021; Uba et al., 2025). Hasil ini semakin menegaskan bahwa latihan kaki yang sederhana, murah, dan mudah diakses sangat

relevan diterapkan pada komunitas pesisir yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Hasil ini memperkuat bahwa latihan kaki sederhana, murah, dan tidak memerlukan alat khusus sangat relevan diterapkan di komunitas pesisir yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan.

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh beberapa faktor penting. Koordinasi yang baik antara tim pelaksana dan perangkat Desa Puger sangat membantu dalam pengaturan logistik serta mobilisasi peserta sehingga kegiatan berjalan lancar. Penyampaian materi yang sederhana, komunikatif, dan interaktif membuat informasi mudah diterima oleh peserta dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Media edukasi berupa leaflet yang menarik juga memperkuat pemahaman peserta terhadap materi. Selain itu, keterlibatan aktif peserta dalam diskusi meningkatkan interaksi dua arah dan memperdalam penguasaan materi. Latihan fisik sederhana seperti heel raise exercise yang aplikatif serta sesuai dengan kondisi masyarakat turut menjadi faktor pendorong keberhasilan kegiatan ini.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat beberapa faktor penghambat yang perlu diperhatikan dalam prosesnya. Kurangnya fokus peserta pada beberapa bagian penyampaian materi, terutama akibat percakapan antarpeserta, menyebabkan gangguan kecil dalam proses belajar. Selain itu, tingkat literasi kesehatan yang masih rendah

pada sebagian peserta mengharuskan pemateri memberikan penjelasan lebih dari satu kali agar materi dapat dipahami secara utuh.

4. KESIMPULAN

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi dan pelatihan "heel raise exercise" terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat pesisir mengenai diabetes melitus, komplikasi kaki diabetik, pemeriksaan kaki mandiri, serta latihan kaki. Seluruh aspek yang dinilai menunjukkan peningkatan yang bermakna, dengan tidak adanya peserta yang tersisa pada kategori pengetahuan rendah setelah intervensi diberikan. Hasil ini menggambarkan bahwa kombinasi penyuluhan berbasis visual, diskusi interaktif, dan demonstrasi praktik mampu mempercepat pemahaman dan mendorong perubahan perilaku kesehatan pada masyarakat. Temuan ini sejalan dengan bukti ilmiah sebelumnya yang menekankan bahwa edukasi kesehatan terstruktur dan latihan kaki sederhana dapat berkontribusi signifikan dalam pencegahan komplikasi kaki diabetik melalui peningkatan literasi kesehatan, self-care, dan kemampuan fungsional ekstremitas bawah

KONTRIBUSI PENULIS

Kontribusi penulis dalam kegiatan dan penulisan artikel ini adalah sebagai berikut: Kadek Novi Andani berperan sebagai penulis utama yang merumuskan ide dan konsep

kegiatan, menyusun desain edukasi dan pelatihan, mengumpulkan serta menganalisis data, menulis naskah, dan melakukan penyuntingan akhir. Jon Hafan Sutawardana berkontribusi dalam supervisi kegiatan, validasi materi edukasi, pendampingan pelaksanaan demonstrasi latihan kaki, serta memberikan masukan ilmiah dalam penyusunan naskah. Ana Nistiandani berperan dalam persiapan teknis kegiatan, koordinasi dengan perangkat desa, dokumentasi proses edukasi, serta membantu pengolahan data dan penyempurnaan naskah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Puger dan seluruh perangkat desa yang telah memberikan dukungan dan fasilitas sehingga kegiatan edukasi dan latihan kaki ini dapat terlaksana dengan baik. Apresiasi yang tulus juga disampaikan kepada masyarakat pesisir Desa Puger yang telah berpartisipasi aktif dan menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung. Penulis juga menghaturkan terima kasih kepada Fakultas Keperawatan Universitas Jember yang telah memberikan dukungan akademik dan izin pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih turut disampaikan kepada seluruh anggota tim pelaksana atas kerjasama dan dedikasi yang diberikan selama proses perencanaan hingga penyusunan artikel ini.

CONFLICT OF INTEREST

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan dalam publikasi artikel pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L. P., Kurdi, F., & Ardhani, N. K. (2025). The Combination of Diabetic Foot Exercises and Warm Water Foot Soak for Unstable Blood Glucose Levels Nursing Problems in Elderly. *Jurnal Kegawatdaruratan Medis Indonesia*, 4(2), 228–242.
<https://doi.org/10.58545/jkmi.v4i2.340>
- Alshammari, L., O'Halloran, P., McSorley, O., Doherty, J., & Noble, H. (2023). The effectiveness of foot care educational interventions for people living with diabetes mellitus: An umbrella review. *Journal of Tissue Viability*, 32(3), 406–416.
<https://doi.org/10.1016/J.JTV.2023.06.001>
- Ferdina, A. R., Juhairiyah, Yuana, W. T., Setyawati, B., & Pangestika, D. E. (2025). Sociodemographic and Lifestyle Factors Associated with Undiagnosed Diabetes in Indonesia: Findings from the Basic Health Research Work of Riskesdas 2018. *Journal of the ASEAN Federation of Endocrine Societies*, 40(1), 53.
<https://doi.org/10.15605/JAFES.040.01.21>

- Hossain, M. J., Al-Mamun, M., & Islam, M. R. (2024). Diabetes mellitus, the fastest growing global public health concern: Early detection should be focused. *Health Science Reports*, 7(3), e2004. <https://doi.org/10.1002/HSR2.2004>
- Huda, N., Sukartini, T., Pratiwi, N. W., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Surabaya, H. T. (2019). The Impact of Self Efficacy on the Foot Care Behavior of Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Indonesia. *Jurnal Ners*, 14(2), 181–186. <https://doi.org/10.20473/JN.V14I2.16741>
- Internasional Diabetes Federation. (2024). IDF Diabetes Atlas, 11th Edition 2025 – Global Factsheet.
- IWGDF. (2023). Practical Guidelines 7 Guidelines Development and methodology IWGDF Guidelines on the prevention and management of diabetes-related foot disease IWGDF Guidelines. www.iwgdfguidelines.org
- Jeong, H. J., Mueller, M. J., Zellers, J. A., Yan, Y., & Hastings, M. K. (2021). Heel Rise and Non-Weight-Bearing Ankle Plantar Flexion Tasks to Assess Foot and Ankle Function in People With Diabetes Mellitus and Peripheral Neuropathy. *Physical Therapy*, 101(7), pzab096. <https://doi.org/10.1093/PTJ/PZAB096>
- Manne-Goehler, J., Geldsetzer, P., Agoudavi, K., Andall-Brereton, G., Aryal, K. K., Bicaba, B. W., Bovet, P., Brian, G., Dorobantu, M., Gathecha, G., Gurung, M. S., Guwatudde, D., Msaïdie, M., Houehanou, C., Houinato, D., Adelin Jorgensen, J. M., Kagaruki, G. B., Karki, K. B., Labadarios, D., ... Jaacks, L. M. (2019). Health system performance for people with diabetes in 28 low-and middle-income countries: A cross-sectional study of nationally representative surveys. *PLoS Medicine*, 16(3). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PMED.1002751>
- Mehana, A. M., Selim, A., Saied, S. M., & Hassan, N. M. (2025). Stepping up: impact of health education on diabetic foot Self-Care in a Resource-Limited tertiary care setting. *Scientific Reports* 2025 15:1, 15(1), 24551-. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-08246-1>
- Perkeni. (2021). Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia (pp. 31–45). PB Perkeni.
- Rochman, M. I., Kurdi, F., & Kholis, A. H. (2024). Effect of Brisk Walking Exercise on Blood Sugar Levels in Prolanis Members at Community Health Center . *Jurnal Kegawatdaruratan Medis Indonesia*, 3(1),

- 104–122.
<https://doi.org/10.58545/jkmi.v3i1.235>
- Diabetes Mellitus Tipe 2. Jurnal 'Aisyiyah Medika, 9(1).
<https://doi.org/10.36729/JAM.V9I1.1172>
- Silva, É. Q., Veríssimo, J. L., Ferreira, J. S. S. P., Cruvinel-Júnior, R. H., Monteiro, R. L., Suda, E. Y., & Sacco, I. C. N. (2023). Effects of a Home-Based Foot–Ankle Exercise Program with Educational Booklet for Foot Dysfunctions in People with Diabetic Neuropathy: Results of the FOCA-II Randomized Controlled Clinical Trial. *Applied Sciences* 2023, Vol. 13, Page 1423, 13(3), 1423.
<https://doi.org/10.3390/APP13031423>
- Uba, N. A., Mubarrok, A. S., & Kurdi, F. (2025). Enhancing Foot Sensitivity in Diabetes Mellitus Patients: The Impact of Diabetic Foot Exercises. *Jurnal Kegawatdaruratan Medis Indonesia*, 4(1), 84–93.
<https://doi.org/10.58545/jkmi.v4i1.239>
- Singh, A., R. R., Kannauje, P. K., Das, P., Meher, J., & Routray, M. (2025). Diabetic Foot Care Education and Practices: A Knowledge, Attitudes, and Practices Questionnaire-Based Study. *Cureus*, 17(6), e85436.
<https://doi.org/10.7759/CUREUS.85436>
- Untari, E. K., Andayani, T. M., Yasin, N. M., & Asdie, R. H. (2024). A Review of Patient's Knowledge and Practice of Diabetic Foot Self-Care. *The Malaysian Journal of Medical Sciences : MJMS*, 31(1), 33.
<https://doi.org/10.21315/MJMS2024.31.1.3>
- Sukartini, T., Asmoro, C. P., & Alifah, P. N. (2019). The Influence of Diabetic Foot Exercise in Sensory Peripheral Neuropathy with Monofilament Test on Diabetes Mellitus Clients. *Jurnal Ners*, 14(3), 340–344.
<https://doi.org/10.20473/JN.V14I3.17263>
- Sylvia, E., Viantri, S. K., Viantri Kurdaningsih, S., Tri Nuritasari, R., Rasyada, A., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Palembang, A. (2024). Edukasi Perawatan Kaki Pada Pasien