

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a disease caused by a chronic metabolic disorder characterized by an increase in blood sugar normal. Diabetic patients are very susceptible to various complications, one of which is often encountered, namely diabetic foot. Foot exercise can be used to treat diabetes, namely improving blood circulation in the feet, and health education about the prevention and treatment of diabetes should also be carried out.

Method: This type of research uses quantitative techniques with an Intact Group Comparison approach using the Two Group Pre Test Post Test Design. This research was conducted in the Putri Ayu Community Health Center, Jambi City. The population of all diabetes mellitus patients in the region is 2,515 people with a total sample of 32 people. Sampling was done by purposive sampling technique.

Results: The demonstration method has an average difference of 1.7 before health education and 32.2 after health education, while video media has an average difference of 1.6 before health education and 29.5 after health education.

Conclusion: The effectiveness of health education using the demonstration method and the video method on the ability to exercise legs in diabetics, the results show that the demonstration method is more effective than video media.

Keywords: Demonstration Method, Foot Exercise, Health Education, Video Media

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes melitus adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolik menahun yang ditandai dengan terjadinya peningkatan kadar glukosa darah lebih dari rentang normal. Penderita diabetes sangat rentan terhadap berbagai komplikasi dimana salah satunya yang sering ditemukan yaitu kaki diabetik (*diabetic foot*). Penatalaksanaan yang bisa dilakukan untuk mengelola penyakit diabetes melitus yaitu dengan melakukan senam kaki untuk meningkatkan kelancaran peredaran darah pada kaki, selain itu pendidikan kesehatan juga perlu dilakukan sebagai bentuk upaya dalam melakukan pencegahan dan pengelolaan diabetes mellitus.

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan teknik kuantitatif dengan pendekatan *Intact Group Comparison* dengan menggunakan rancangan *Two Group Pre Test Post Test Design*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Populasi seluruh pasien diabetes melitus di wilayah tersebut sebanyak 2.515 orang dengan jumlah sampel 32 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*.

Hasil : Metode demonstrasi memiliki selisih rata-rata 1,7 sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan 32,2 sesudah diberikan pendidikan kesehatan, sedangkan media video memiliki selisih rata-rata 1,6 sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan 29,5 sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Kesimpulan : Efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media video terhadap kemampuan melakukan senam kaki pada pasien diabetes melitus didapatkan hasil bahwa metode demonstrasi lebih efektif dari media video.

Kata Kunci : Penkes, senam kaki, media video, metode demonstrasi