



Ns. Ahmad Hasyim W, M.Kep, MNg

ERA NEW NORMAL: OPTIMALISASI PERAN PASIEN DAN KELUARGA DALAM MENCEGAH KOMPLIKASI KAKI DIABETIK

Disampaikan dalam
Webinar Agronursing
Prodi D3 Keperawatan
Universitas Jember
Kampus Kota Pasuruan



Pusat Perawatan
Luka, Diabetes, dan Stoma

Alamat JL. Mayjen Panjaitan 68 A Malang (depan Inez apartment)
(0341)587822 / 082233454531



Covid 19 dan diabetes



New normal

- Definisi
- Key points



New normal dan diabetic foot

- Penguatan peran pasien dan keluarga

COVID-19 DAN DIABETES

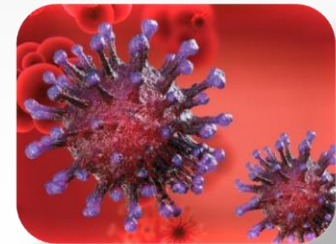
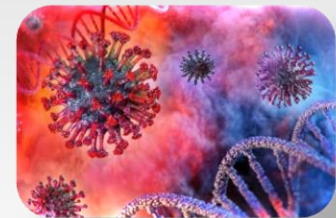
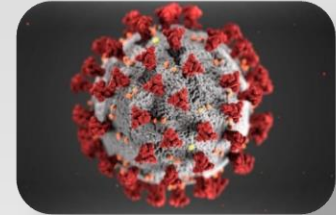
Patofisiologi Diabetes

- Kondisi inflamasi kronis
- Peningkatan ROS secara persisten
- Disrupsi terhadap proliferasi dan agresivitas leukosit

Diabetes + SARS Cov 2

- 22% pasien meninggal diketahui menderita DM tipe 2
- DM tipe 2 → faktor resiko kondisi fatal pada COVID 19
- 50% kondisi fatal pada COVID 19 berkaitan dengan DM tipe 2
- Kondisi semakin buruk pada pasien DM tipe 2 dengan karakteristik:
 - Lanjut usia
 - End organ damage
 - Kontrol glikemik yang buruk (Angelidi et al, 2020)

Angelidi, A. M., Belanger, M. J., & Mantzoros, C. S. (2020). COVID-19 and diabetes mellitus: What we know, how our patients should be treated now, and what should happen next. *Metabolism: Clinical and Experimental*, 107, 154245. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2020.154245>

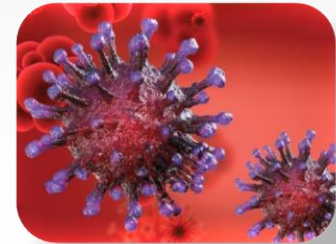
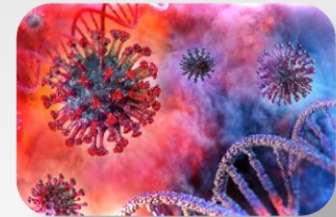
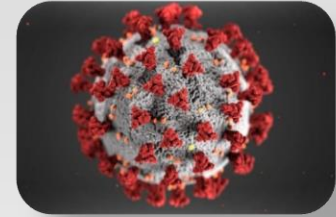


COVID-19 DAN DIABETES



Patofisiologi Diabetes + SARS Cov 2

- Peningkatan intensitas inflamasi sistemik → hipermetabolisme eksponensial → hyperinflammatory syndrome
- Peningkatan hormone stress → ↑ pemecahan protein dan lipid menjadi glukosa → Metabolic dysregulation → glukosa darah fluktuatif
- Peningkatan reaktivitas platelet, hiperkoagulabilitas, ketidakseimbangan koagulasi dan fibrinolysis → disfungsi endotel
- Penurunan produksi cytokine, disfungsi sel sel fagositik, penurunan respon imun (Hussain et al, 2020)



NEW NORMAL COVID 19

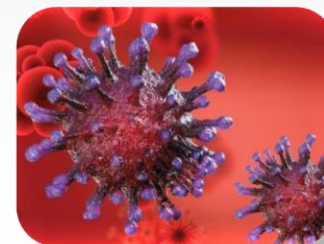
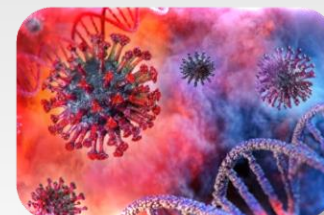
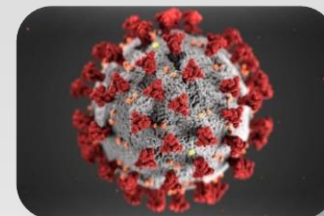


Definisi

Perubahan pola hidup pada situasi COVID-19 (Menkes RI, 2020)

Aspek Kunci

- Tetap tinggal di rumah
- Jaga kebersihan rumah
- Optimalkan sirkulasi udara dan cahaya matahari di rumah
- Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir
- Perhatikan etika batuk/bersin
- Gunakan masker bila batuk/pilek/demam/keluar rumah
- Pisahkan jika ada anggota keluarga yang sakit
- Jika tidak ada keluhan yang mendesak dan darurat, hindari mendatangi fasilitas pelayanan kesehatan



NEW NORMAL COVID 19

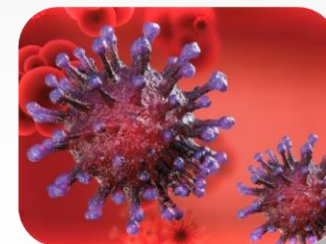
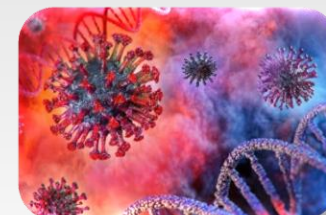
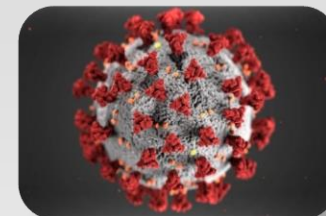


Dampak Terhadap penanganan diabetes

- Akses ke rumah sakit dibatasi
- Dokter mengurangi jam praktik dan jumlah pasien
- Sulit mencari penyedia jasa home visite
- Kecemasan
- “DIPAKSA” mandiri
- Berkurangnya/hilangnya penghasilan → kesulitan pembiayaan

Respon perawat yang diharapkan

- Memperluas jangkauan pelayanan
- Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan motoric pasien
- **Meningkatkan kemampuan self management pasien dan keluarga**
- Manajemen stress pasien



DIABETIC FOOT

Definisi

Kaki diabetes merupakan abnormalitas kaki yang dialami pasien diabetes dengan kelainan yang timbul dapat berupa:

- Ulkus
- Infeksi
- Kerusakan jaringan dalam

Etiologi

Kelainan saraf (neuropati diabetic) dan penyakit vaskuler perifer

Patogenesis

- Aterosklerosis yang dipercepat
- Perubahan hematologis
- Defisit sensorik
- Defisit motoric
- Defisit autonomik



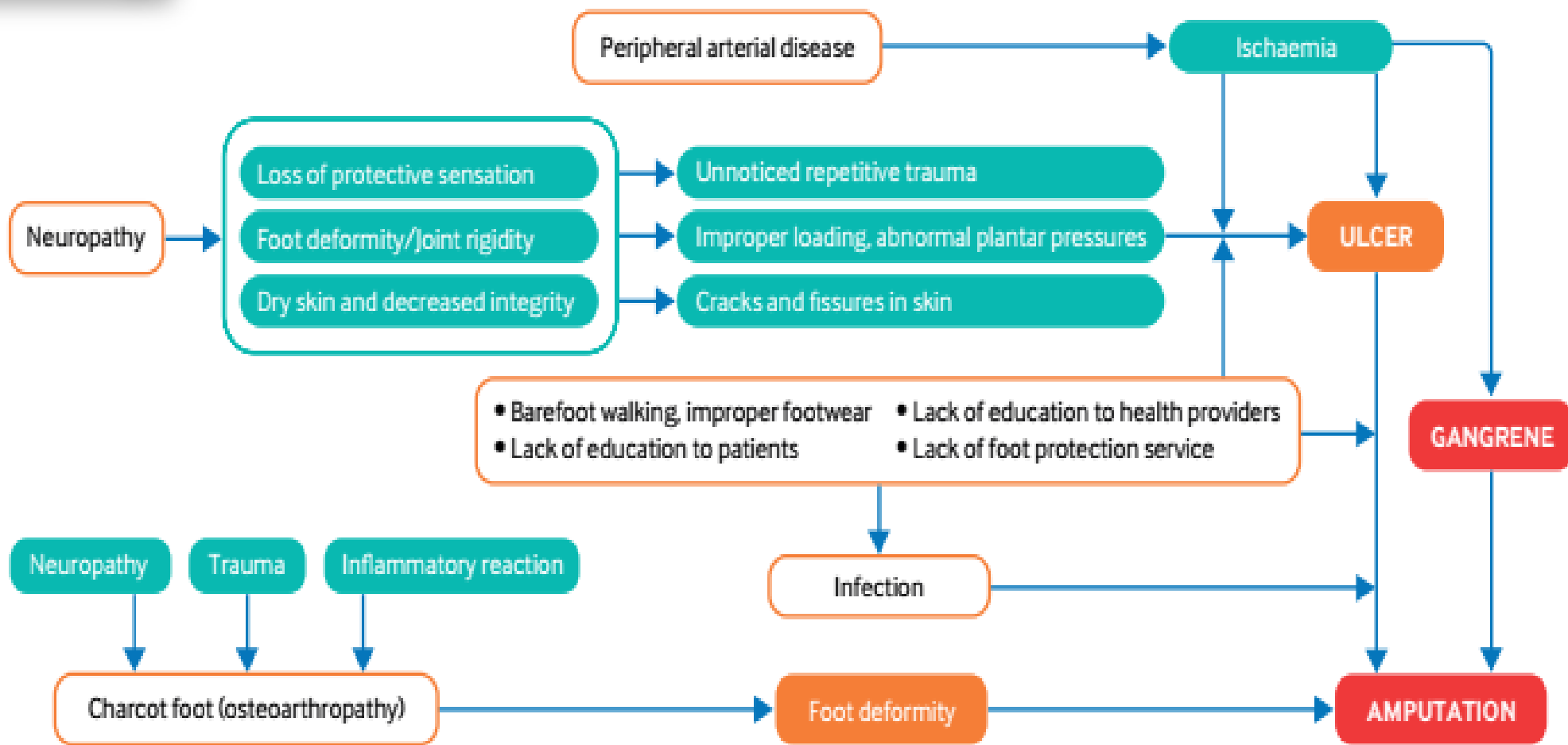
Jakosz N. Book review – IWGDF Guidelines on the Prevention and Management of Diabetic Foot Disease. Wound Pract Res. 2019;27(3):144. doi:10.33235/wpr.27.3.144

Fauci S, Kasper D, Hauser S, Longo L, Losca;zo L, Jameson J. Harrison's Principles of Internal Medicine. 19th ed.

Michigan: McGraw-Hill Education; 2014

DIABETIC FOOT

Patofisiologi



DIABETIC FOOT

MANIFESTASI



Neurologis

Sensasi Nyeri (bervariasi)

Disfungsi autonomic: Xerosis, kallus, fissure

Imbalance motoric: deformitas

Infeksi kulit dan kuku

Vaskular

Nadi lemah, tidak teraba

Akral dingin, CRT memanjang

Ekstremitas pucat, sianosis

Mix neuro - vaskular

Ulserasi → dengan berbagai kondisi



PATIENT AND FAMILY EMPOWERMENT



- Peran pasien dan keluarga di masa new normal

Screening kaki

- Penampakan Anatomis
- Keluhan subyektif



Perawatan kaki

- Kulit
- Kuku



Konsul rutin ke tenaga kesehatan



FOOT SCREENING MANDIRI



- Perhatikan adanya luka, bintik merah, bengkak, infeksi kuku kaki (cantengan)
- Identifikasi kallus, fisura, xerosis
- Perhatikan adanya luka lecet
- Cek kesesuaian bentuk kaki dengan bentuk sepatu
- Cek suhu kaki, dan warna kulit kaki



Perawatan kaki secara mandiri



Tatalaksana abnormalitas (jika ada)

- Penanganan Kallus
- Fisura dan xerosis
- Infeksi kulit dan kuku



Tindakan pencegahan

- Perawatan kuku
- Skin moisturizer
- Penyesuaian bentuk alas kaki
- Selalu menggunakan alas kaki



PERAWATAN KAKI SECARA MANDIRI

1. PERIKSA KAKI SECARA RUTIN



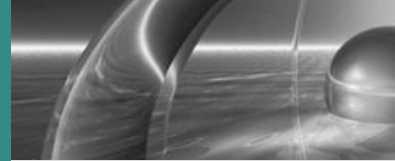
- ❖ Pasien memeriksa kaki setiap hari
- ❖ Perhatikan adanya luka, bintik merah, bengkak, infeksi kuku kaki (cantengan)
- ❖ Jika pasien mengalami kesulitan untuk mengangkat kaki, gunakan cermin untuk memeriksa kaki atau minta bantuan keluarga untuk memeriksa kaki



PERAWATAN KAKI SECARA MANDIRI

2. CUCI KAKI SETIAP HARI

- Periksa air jangan sampai kepanasan
- Cuci kaki menggunakan air hangat, bukan air panas
- Jangan merendam kaki terlalu lama
- Gunakan garam kaki



PERAWATAN KAKI SECARA MANDIRI

3. JAGA KELEMBABAN KULIT



- ❖ Gunakan lotion pada tumit dan punggung kaki untuk menjaga kelembaban kaki
- ❖ Jangan oleskan lotion di sela-sela jari
- ❖ Bahan alami kaya antioksidan: VCO, olive oil



PERAWATAN KAKI SECARA MANDIRI

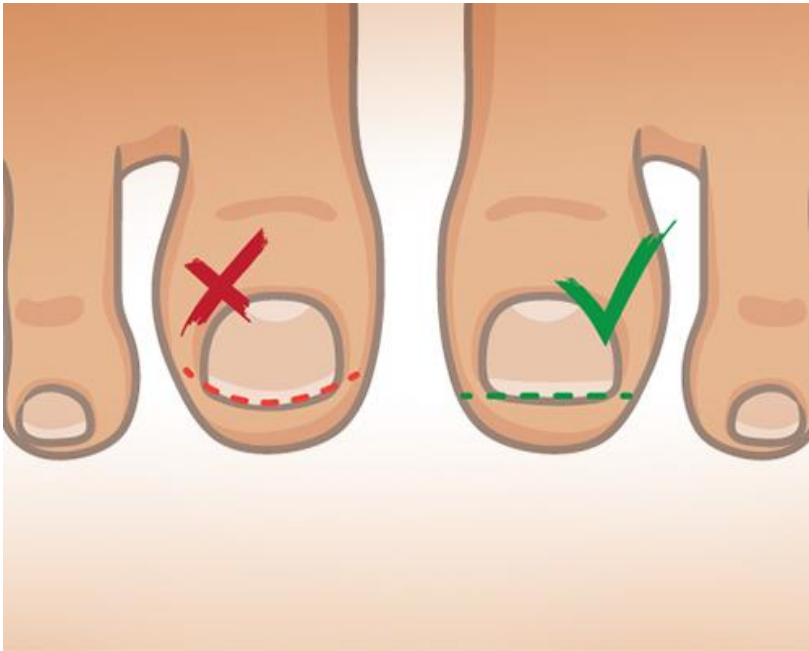
4. HALUSKAN KALUS/KAPAL DENGAN LEMBUT

- ❖ Kompres dengan air selama 2-3 menit
- ❖ Gosok kalus/kapal (kulit yang keras) menggunakan batu apung
- ❖ Jangan menggunting kalus/kapal
- ❖ Rujuk jika kallus berlebihan



PERAWATAN KAKI SECARA MANDIRI

5. POTONG KUKU SETIAP MINGGU ATAU JIKA DIPERLUKAN



- ❖ Rendam air hangat + garam kaki
- ❖ Gunting kuku lurus atau mengikuti bentuk kuku, tidak terlalu dekat dengan kulit, kemudian mengikir kuku
- ❖ Jangan memotong pojok kuku



GUNAKAN SEPATU DAN KAOS KAKI



*Check the inside of
your shoes before
you put them on.*



- ❖ Alas kaki yang baik sangat penting untuk mencegah masalah kaki
- ❖ Gunakan kaos kaki yang lembut, sandal atau sepatu yang pas, nyaman, yang sesuai ukuran
- ❖ Periksa sandal/sepatu dari benda-benda (misal kerikil, paku)
- ❖ Jangan menggunakan sandal/sepatu yang terlalu sempit atau terlalu besar

7. LINDUNGI KAKI RESIKO LINGKUNGAN



Protect your feet when walking on hot surfaces.

- ❖ Lindungi kaki ketika berjalan di permukaan yang panas atau dingin
- ❖ Jangan menggunakan botol panas untuk mengompres kaki
- ❖ Hindari area rawan bahaya: bekas reruntuhan bangunan, area konstruksi, genangan air
- ❖ Gunakan alas kaki setiap saat



8. JAGA KELANCARAN ALIRAN DARAH KE KAKI



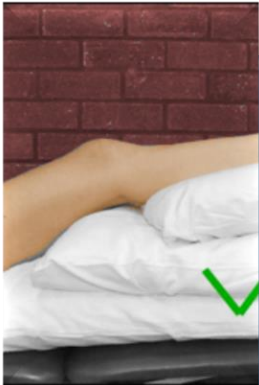
- ❖ Angkat kaki ketika duduk
- ❖ Gerakkan kaki selama 5 menit, 2-3 kali sehari
→ metode Buerger Allen Exercise
- ❖ Jangan menyilangkan kaki dalam waktu yang lama
- ❖ Jangan gunakan kaos kaki yang ketat



Buerger Allen Exercise (BAE)



- ❖ Merupakan metode latihan kaki yang sederhana, aman, dan terbukti memberikan banyak manfaat
- ❖ Tidak memerlukan tenaga terlatih khusus + sop sudah terstandar



Tahap 1

- Kaki pasien ditinggikan 30⁰-45⁰ selama 1-2 menit



Tahap 2

- Pasien duduk di tepi bed dengan kaki menggantung
- Pasien melakukan gerakan plantar fleksi, dorso fleksi, rotasi internal dan eksternal, fleksi dan ekstensi jari kaki



Tahap 3

- Pasien berbaring terlentang, dengan kedua kaki dihangatkan menggunakan selimut tebal selama 5 menit

9. HIDUP AKTIF



Walking briskly is good exercise.

- ❖ Anjurkan aktivitas fisik sesuai kemampuan
- ❖ Jalan kaki, bersepeda
- ❖ Senam aerobik intensitas ringan – sedang, Senam kaki



REFERRAL KE TENAGA KESEHATAN/ FASYANKES



- ❖ Tanda tanda penurunan perfusi
- ❖ Nyeri, hilang sensasi
- ❖ Ada luka
- ❖ Kallus berlebihan



BAGI PERAWAT: INTERVENSI BERFOKUS PADA KESEHATAN KAKI



PedisCare
Pusat Perawatan Luka, Diabetes, dan Stoma

Terapi Komplementer Keperawatan
Terapis Terlatih dan Pendidikan S1 keperawatan
Melayani HOME CARE

FRESH & HEALTHY
Reflexologi

Refleksi Kaki

75% off in Every Sales per unit \$99

Refleksi Tangan

75% off in Every Sales per unit \$99

Refleksi Punggung

75% off in Every Sales per unit \$99



Manfaat Refleksi

- ✓ Melancarkan Peredaran Darah
- ✓ Meningkatkan Energi & mengurangi rasa lelah
- ✓ Membantu mengurangi stress meningkatkan relaksasi
- ✓ Mengurangi Nyeri : sakit kepala, nyeri punggung, atau masalah pada pencernaan

KANTOR PEDIS CARE MALANG
Jl. Mayjen Panjaitan no. 68 A Klojen Malang

@pedis_care

PedisCare

+62 823-0186-6243 (INTAN)
+62 823-3047-4407 (NURUL)

PedisCare
Pusat Perawatan Luka, Diabetes, dan Stoma

Foot Spa

Menjaga Kesehatan Kaki Anda

Kelebihan Kami

Bisa HOME CARE

Terapi komplementer keperawatan

Terapis terlatih dan pendidikan S1 keperawatan



Manfaat Terapi

- ✓ Melembabkan kulit kaki yang kering
- ✓ Melembutkan serta memutihkan kulit kaki
- ✓ Memberikan rasa nyaman melalui aromatherapy
- ✓ Meredakan rasa nyeri dan lelah pada kaki

KANTOR PEDIS CARE MALANG
Jl. Mayjen Panjaitan No 68 A Malang

Pedis Care

@pedis_care

082301866243 a.n Intan
082330474407 a.n Nurul

THANK YOU 😊



Our online platforms:

Instagram:

@ahmadhasyimwibisono

@pedis_care

@pediscaregiver

@sandal sehatku

Facebook:

Pedis Care

Website:

Pediscare.com

Youtube channel:

Pedis Care



Pedis Care Solusi perawatan luka modern di luar rumah sakit, dengan praktisi yang expert di bidangnya serta perawatan yang cost efektif
Tahun 2015-2016 angka kesembuhan 85%

