

## **SATUAN ACARA PENYULUHAN**

Mata Ajaran	: Keperawatan Medikal Bedah
Pokok Bahasan	: Perawatan diri penderita / pengidap penyakit Diabetes Mellitu
Sub Pokok Bahasan	: Perawatan kaki bagi penderita Diabetes Mellitus
Sasaran	: Keluarga pasien dan pengunjung
Hari/Tanggal	: Kamis / 29 Mei 2008
Waktu	: 60 Menit
Tempat	: Ruang tunggu 10 A (Penyakit Dalam RSHS Bandung)
Pemberi materi	: Kelompok 2

### **I. Tujuan Instruksional Umum**

Setelah mengikuti penyuluhan, keluarga pasien dan pengunjung mampu memahami cara pengelolaan kaki diabetes.

### **II. Tujuan Instruksional Khusus**

Setelah diberikan penyuluhan, keluarga dan pengunjung diharapkan mampu :

- 1  Menjelaskan pengertian Diabetes Mellitus.
- 2  Menyebutkan tujuan perawatan pada kaki.
- 3  Menyadari akibat / bahaya yang ditimbulkan jika tidak melakukan perawatan kaki.
- 4  Mengetahui pencegahan / upaya untuk menghindari terjadinya luka.
- 5  Melakukan secara mandiri perawatan kaki di rumah

### **III. Karakteristik / Prasyarat peserta didik**

Peserta didik adalah keluarga pasien dan para pengunjung

### **IV. Analisa Tugas**

**Know :**

- ; Pengertian Diabetes Mellitus
- ; Tujuan Perawatan kaki pada Diabetes Mellitus
- ; Akibat tidak dilakukan perawatan kaki pada Diabetes Mellitus
- ; Pencegahan terjadinya cedera / luka

**Do :**

- ; Dapat melakukan perawatan kaki secara mandiri di rumah

**Show :**

- ; Memperhatikan kegiatan penyuluhan dengan seksama
- ; Dapat menunjukkan gambar akibat dari tidak melakukan perawatan kaki

**Materi Penyuluhan :****Lampiran****Kegiatan Penyuluhan :**

<b>Tahapan</b>	<b>Kegiatan Penyuluh</b>	<b>Kegiatan peserta didik</b>	<b>Metode</b>	<b>Media</b>
Pra kegiatan	1. Menyiapkan perlengkapan dan peralatan 2. Setting ruangan 3. Menyiapkan daftar hadir			Poster dan leaflet
Kegiatan pembuka	1. Memberikan salam dan perkenalan 2. Menjelaskan tujuan dan pembelajaran 3. Menjelaskan materi yang akan dibahas	Memperhatikan  Memperhatikan  Memperhatikan	Ceramah	Poster dan flipchart
Uraian materi	1. Eksplorasi pemahaman awal peserta didik tentang Diabetes	Menyampaikan pendapat	Tanya jawab	Flip chart

	Mellitus 2. Menjelaskan pengertian Diabetes Mellitus.	Memperhatikan	Ceramah	Flip chart
	3. Menjelaskan tujuan perawatan pada kaki.	Memperhatikan	ceramah	Flip chart
	4. Menjelaskan akibat / bahaya yang ditimbulkan jika tidak melakukan perawatan kaki.	Memperhatikan	ceramah	Flip chart
	5. Menjelaskan pencegahan / upaya untuk menghindari terjadinya luka.	Memperhatikan	ceramah	Flip chart
	6. Menjelaskan cara melakukan perawatan kaki di rumah	Memperhatikan	ceramah	Flip chart
Penutup	1. Menyimpulkan materi penyuluhan secara singkat	Memperhatikan	Ceramah	Flip chart
	2. Mengundang	Memberikan pertanyaan	Tanya jawab	Test lisan

	<p>pertanyaan dan komentar</p> <p>3. Menjawab pertanyaan dan komentar secara singkat dan jelas</p> <p>4. Memberikan post tes lisan</p> <p>5. Menutup penyuluhan</p>	<p>dan komentar</p> <p>Menjawab post tes</p>		<p>Ceramah</p>
--	---	--	--	----------------

**Alokasi Waktu :**

- Apersepsi : 10 menit
- Uraian materi : 20 menit
- Tanya jawab : 20 menit
- Penutup : 10 menit

**Strategi Instruksional :**

- 1 Menjelaskan materi penyuluhan Diabetes Mellitus dengan menggunakan flipchart
- 1 Mendemonstrasikan cara melakukan perawatan kaki
- 1 Mengadakan tanya jawab untuk mengetahui pemahaman peserta didik
- 1 Melakukan evaluasi melalui pemahaman peserta didik dengan test lisan

**Media Penyuluhan**

- 1 Poster
- 1 Flip chart

**Alat :**

- 1 Papan Flip chart
- 1 Meja dan kursi

### **Metode**

Ceramah dan tanya jawab

### **Sumber**

- 1 Dr.Hendra Utama 2002, **Ilmu Penyakit Dalam**
- 1 Barbara C.Long, 2000; **Perawatan Medikal Bedah,**
- 1 Brunner dan Suddarth, 2002; **“Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah“** EGC, Jakarta
- 1 Morison, Moya J., **Seri Pedoman Praktis Manajemen luka,** EGC Kedokteran, Jakarta, 2004.

### **Lampiran**

- 1 Materi
- 1 Leaflet

Lampiran :

# Materi

## 1. Pengertian Diabetes Mellitus

Diabetes adalah bahasa Yunani yang berarti mengalirkan/mengalihkan. Mellitus adalah kata latin untuk madu atau gula. Jadi Diabetes Mellitus adalah penyakit dimana seseorang mengeluarkan/mengalirkan sejumlah urine yang terasa manis. Hal ini terjadi karena peningkatan kadar gula dalam darah yang lebih tinggi dari batas normal: 60 s.d 145 mg/dl (Elizabeth, J. Corwin, 2001:542).

Diabetes melitus (kencing manis) adalah penyakit yang ditandai oleh peningkatan kadar gula darah dan mengeluarkan banyak air seni pada malam hari akibat kurangnya insulin yang dihasilkan oleh pankreas untuk pembakaran atau metabolisme karbohidrat

## 2. Pengertian Perawatan Diri bagi Penderita Diabetes Mellitus.

Perawatan diri bagi penderita DM adalah upaya-upaya yang dilakukan oleh klien atau keluarga untuk mempertahankan kondisi penderita agar tetap optimal.

## 3. Mengapa penyakit Diabetes Mellitus terjadi?

Belum ada penyebab yang pasti, tapi faktor-faktor di bawah ini menunjang pada kejadian penyakit Diabetes Mellitus:

- a □ Usia di atas 35 tahun
- b □ Obesitas (BB berlebih)
- c □ Genetik (Keturunan)
- d □ Penyakit pada pancreas
- e □ Faktor imunologi (daya tahan tubuh)
- f □ Faktor lingkungan dan gaya hidup

## 4. Jenis-jenis penyakit Diabetes Mellitus

Penyakit Diabetes Mellitus dibedakan menjadi 4 jenis, yaitu:

- a  Diabetes Mellitus yang tergantung insulin
- b  Diabetes Mellitus yang tidak tergantung insulin
- c  Diabetes Mellitus karena kehamilan
- d  Diabetes Mellitus karena sebab yang lainnya

**5. Apa yang harus dilakukan pada penyakit diabetes?**

Ada 3 hal yang harus diperhatikan dan harus dilakukan, jika anda hidup dengan Diabetes Mellitus, yaitu:

- a  Disiplin dalam berdiit
- b  Olah raga secara teratur
- c  Penggunaan obat-obatan sesuai dengan petunjuk dokter.

Selain hal tersebut di atas anda juga memerlukan keterampilan dan perawatan / pencegahan dampak lebih lanjut dari penyakit Diabetes Mellitus, seperti: perawatan kaki dan pencegahan dampak terhadap mata.

**6. Bagaimana cara mengenal penyakit Diabetes Mellitus?**

Penyakit DM dapat dikenali atau diketahui dengan memperhatikan tanda dan gejala yang timbul dan dirasakan. Tanda dan gejala yang khas yaitu “3P” sebagai berikut:

- a  Poliphagi (sering lapar/makan terus)
- b  Polidipsi (sering haus)
- c  Poliuri (sering BAK)

Tanda dan gejala tersebut akan terus bertambah dan meluas (menggangu bagian tubuh yang lainnya) apabila Diabetes Mellitus tidak dirawat atau diobati.

**7. Bagaimana jika penyakit Diabetes Mellitus tidak diobati?**

Jika penyakit Diabetes Mellitus tidak dikendalikan atau tidak diobati, maka akan terjadi penyakit-penyakit lainnya sebagai akibat dari Diabetes Mellitus, yaitu:

- a □ Ketoasidosis (hilangnya kesadaran karena gula darah meningkat sangat drastis).
- b □ Hipoglikemia (munculnya gejala seperti keringat dingin, lemas dan pingsan karena penurunan kadar gula darah dengan drastis).
- c □ Penyakit jantung.
- d □ Gangguan kulit (luka sukar sembuh, sensasi rasa berkurang).
- e □ Gagal ginjal.

8 □ **Tujuan Perawatan Kaki diabetes**

- 1 Agar penderita dapat mempertahankan kondisi tubuhnya dengan optimal
- 2 Mencegah komplikasi akut dan kronis.
- 3 Meningkatkan kualitas hidup.

9 □ **Bahaya Jika Tidak Melakukan Perawatan Kaki diabetes**

- 1 Terjadi injury / cedera / luka
- 2 Dapat menyebabkan komplikasi
- 3 Terganggunya aktivitas
- 4 Perubahan fungsi organ

10 □ **Cara Perawatan kaki diabetes**

**Persiapan alat :**

- 6 □ Air Hangat dan Sabun
- 7 □ Waskom 2 buah
- 8 □ Handuk lembut
- 9 □ Kaus Kaki yang bersih
- 10 □ Gunting Kuku
- 11 □ Bedak untuk kaki atau Bedak Bayi
- 12 □ Lanoli atau pelembab
- 13 □ Sepatu atau Sandal yang lembut

11 □ **Langkah – Langkah**

**Upaya-upaya untuk menghindari terjadinya luka :**

- 1 □ Cuci jari kaki setiap hari dengan air hangat dan sabun. Perhatikan agar selalu



mencuci sela-sela jari. Jangan merendam kaki terlalu lama

- 2 □ Keringkan kaki dengan baik dengan cara menepuk perlahan-lahan dengan handuk lembut. Keringkan dengan baik ruang sela jari untuk mencegah tumbuhnya jamur.
- 3 □ Periksa kaki setiap hari untuk melihat adanya lepuhan, lecet, garukan, perubahan warna kulit, kalus dan kuku ibu jari yang tumbuh ke dalam. Konsultasi ke dokter bila timbul salah satu tanda di atas.
- 4 □ Gantilah setiap hari kaus kaki atau stocking dengan yang baru dan bersih. Gunakan kaus kaki yang lembut dan dapat menyerap keringat
- 1 □ Jangan memakai sepatu tanpa kaus kaki. Jaga agar kaki selalu hangat dan kering. Pakailah sepatu yang lembut sehingga memungkinkan kulit kaki untuk bernafas.
- 2 □ Potonglah kuku dengan lurus. Kikir pinggir-pinggirnya dengan halus. Hindari memotong kuku terlalu dalam
- 3 □ Jagalah kelembutan kulit tungkai dan telapak kaki dengan mengoleskan lanoli atau pelembab, tetapi jangan mengoleskan di bagian sela-sela jari. Jangan gunakan vaselin. Apabila cenderung berkeringat banyak, taburi kaki dengan bedak untuk kaki atau bedak bayi.
- 4 □ Periksa bagian dalam sepatu (sebelum digunakan) dari adanya batuan-batuan kecil atau benda lainnya yang mungkin bisa mengiritasi kulit.
- 5 □ Jangan berjalan kaki tanpa menggunakan alas kaki, baik di dalam rumah maupun di luar rumah. Pakailah alas kaki (sepatu dan sandal) yang pas sesuai dengan ukuran kaki dan enak dipakai.

#### Lampiran Post Test :

1. Sebutkan pengertian diabetes mellitus ?
2. Sebutkan tujuan dari perawatan kaki ?
3. Sebutkan dua dari empat bahaya jika tidak melakukan perawatan ?
4. Sebutkan minimal 3 upaya untuk menghindari terjadinya luka ?

#### LEMBAR OBSERVASI

		Pelaksanaan	
		Ya	Tidak

1	2	3	4
---	---	---	---

1.	Mencuci jari kaki dengan air hangat dan sabun		
2.	Mengeringkan kaki dengan baik dengan cara menepuk perlahan-lahan dengan handuk lembut. Keringkan dengan baik ruang sela jari untuk mencegah tumbuhnya jamur.		
3.	Menggunakan kaos kaki yang lembut dan dapat menyerap keringat		
4.	Memotong kuku dengan lurus		
5.	Mengoleskan lanoli atau pelembab, di kulit tungkai dan telapak kaki		
6.	Memeriksa bagian dalam sepatu (sebelum digunakan)		

Ket : Berilah tanda (ü) jika sasaran melakukan tahapan tersebut diatas !

**SATUAN ACARA PENYULUHAN**  
**“ PENGELOLAAN KAKI DIABETES MELLITUS “**

**Disusun oleh :**

**Kelompok 2 (dua)**

Endy Syahalam

Jaya Herlambang

Joko Pitoyo

Siti Jubaedah

Febuar Emi Hartati

Eva Chudaefa

Shinta Apriani

Santi Nurina

Mutia Puspa Ningrum



**PROGRAM PROFESI NERS ANGKATAN XV**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS PADJADJARAN**

**BANDUNG**

**2008**