EDUKASI
KESEHATAN

Luka Diabetes Bukan Akhir Segalanya

CARA MERAWAT LUKA DIABETES METODE *FOAM DRESSING*



Disusun Oleh :
Witri Murni
Norman Wijaya Gati

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026


UNIVERSITAS 'AISYIYAH
SURAKARTA

Daftar Isi

Cover
Pendahuluan.....1
Apa itu ulkus diabetik.....2
Apa itu tindakan debridement.....3
Apa tujuan debridement.....4
Mengapa modern dressing penting.....5
Prinsip perawatan luka lembab.....6
Apa itu foam dressing.....7
Kelebihan Foam Dressing.....8
Alat dan bahan yang perlu dipersiapkan.....9
Langkah langkah perawatan luka yang benar.....10
Kapan mengganti balutan luka.....11
Tanda bahaya yang harus diwaspadai.....12
Tips merawat luka.....14
Pencegahan komplikasi luka.....16
Hubungi kontak.....18
Pesan dan motivasi.....19
Daftar pustaka.....20

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis dengan kadar gula darah tinggi yang dapat merusak pembuluh darah, saraf tepi, dan sistem kekebalan tubuh, sehingga meningkatkan risiko Diabetic Foot Ulcer (DFU) (Kristianto, 2023) . Indonesia menempati peringkat kelima dunia dengan lebih dari 19,5 juta penderita diabetes (IDF, 2021) . Larasati et al. (2025) melaporkan bahwa 15-25% pasien diabetes mengalami DFU dengan risiko amputasi 15-45%, sementara Oktalia et al. (2021) menemukan angka amputasi mencapai 30% pada kasus DFU. Scoping review Larasati et al. (2025) yang menganalisis 12 artikel menyimpulkan bahwa modern dressing lebih efektif daripada perawatan konvensional karena menjaga kelembapan luka, mengurangi inflamasi, dan mempercepat regenerasi jaringan, salah satunya dengan metode foam dressing . Namun, Larasati et al. (2025) juga mengidentifikasi bahwa edukasi pasien dan keluarga masih kurang diperhatikan, sehingga booklet ini hadir untuk menjawab kesenjangan tersebut dengan memberikan panduan praktis perawatan luka metode foam dressing yang mudah dipahami dan diterapkan di rumah. Selamat membaca dan semoga lekas sembuh!



APA ITU ULKUS DIABETIK



Ulkus kaki diabetik adalah cedera pada semua lapisan kulit, nekrosis atau gangren yang biasanya terjadi pada telapak kaki, sebagai akibat dari neuropati perifer atau penyakit arteri perifer pada pasien diabetes mellitus (Enikmawati et al., 2025). luka ini sering disertai infeksi dan gangguan proses penyembuhan luka.(fitriyana et.al 2024)

APA ITU TINDAKAN DEBRIDEMENT?

Debridement adalah tindakan membersihkan luka dengan mengangkat jaringan nekrotik dan debris yang menghambat proses granulasi Hidayat et al, (2024).



APA TUJUAN DEBRIDEMENT?









Tujuan debridement adalah agar luka menjadi bersih dan siap untuk sembuh Oktavia, (2024).

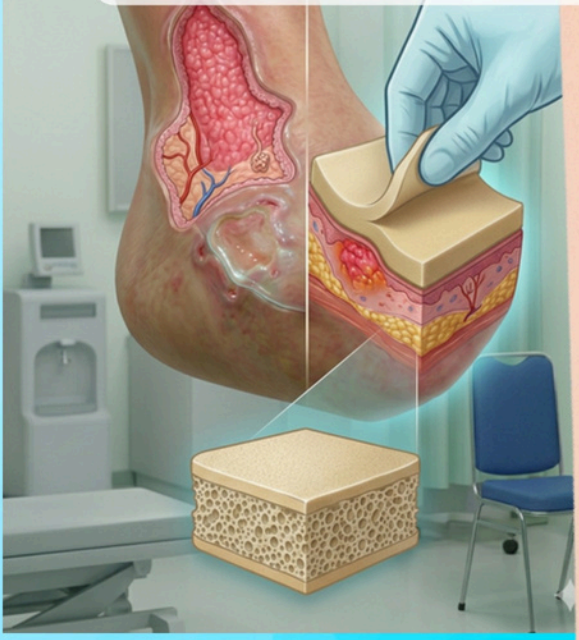


MENGAPA MODERN DRESSING PENTING? (METODE TRADISIONAL VS MODERN DRESSING)

Metode tradisional menggunakan kasa kering dan cairan antiseptik tidak mampu menjaga kelembapan luka, sehingga memperlambat proses regenerasi jaringan dan menimbulkan risiko trauma berulang saat penggantian balutan (Fitriyanaet al.2024). Perawatan luka dengan metode moist wound healing membuat luka tetap lembab, sehingga mempercepat pertumbuhan jaringan dan mempercepat penyembuhan luka diabetik (Primadani, 2021).

PRINSIP PERAWATAN LUKA LEMBAB (MOIST WOUND HEALING)

Luka yang dijaga kelembabannya sembuh 50% lebih cepat dibanding luka kering. Kelembaban optimal mencegah pembentukan keropeng keras, memudahkan pPrinsip moist dalam perawatan luka antara lain untuk menjaga kondisi luka tetap lembab, meningkatkan laju granulasi dan epitelisasi, menurunkan kejadian infeksi dengan mengontrol inflamasi, serta mempercepat proses autolysis debridement (Primadani, 2021).













APA ITU FOAM DRESSING?

Foam dressing adalah balutan modern berbahan poliuretan yang memiliki fungsi untuk menyerap eksudat dari sedang sampai sangat banyak Fatimatuzahro, (2024).



KELEBIHAN FOAM DRESSING



ALAT DAN BAHAN YANG PERLU DIPERSIAPKAN



Sarung tangan



Foam dressing (ukur sesuai luka)



Plester



Cotton bud dan kassa steril



Larutan NaCl 0,9%



Gunting



Kantong plastik untuk sampah medis



Penggaris

LANGKAH LANGKAH PERAWATAN LUKA YANG BENAR

1



BERSIHKAN LUKA DENGAN SALINE STERIL

*Cairan saline membersihkan kotoran dan jaringan mati dari luka.

2



KERINGKAN LUKA DENGAN KASA STERIL

*Gunakan kasa steril untuk menepuk-nepuk area luka hingga kering tanpa menggosok.

3



3. UKUR UKURAN LUKA

*Gunakan penggaris medis untuk mengukur panjang & lebar luka dengan tepat.

4



POTONG FOAM DRESSING SESUAI UKURAN LUKA

*Potong balutan foam sedikit lebih besar dari ukuran luka agar menutupi tepi luka.

5.



PEMASANGAN FOAM DRESSING PADA LUKA

Letakkan balutan foam di atas luka. Bagian penyerap menghadap luka.

6.



GUNAKAN PLESTER HYIPAVIK UNTUK MENUTUPI SELURUH AREA

*Setelah *foam dressing* terpasang, rekatkan plester Hyipavik secara melintang untuk mengamankan seluruh area balutan.

KAPAN

MENGGANTI BALUTAN FOAM DRESSING

FREKUENSI PENGGANTIAN

1. Diganti 3-7 hari
2. Jika banyak nanah segera 2-3 hari

TANDA BALUTAN PERLU DIGANTI

1. Sudah Penuh
2. Bocor
3. Bau
4. Nyeri

Luka bisa diirawat mandiri oleh keluarga jika :

- Kondisi luka 80%
- Warna dasar luka merah
- Nanah sedikit
- Ukuran luka mengecil dari sebelumnya
- Kondisi pasien stabil



TANDA

BAHAYA YANG HARUS DIWASPADAI

Segera hubungi tenaga kesehatan jika :



1. Luka bau
2. Kulit merah dan bengkak
3. Demam
4. Nyeri hebat sekitar luka

TANDA

BAHAYA YANG HARUS DIWASPADAI

Segera hubungi tenaga kesehatan atau kunjungi fasilitas kesehatan terdekat jika :



KOMPLIKASI SERIUS

1. Luka melebar
2. Muncul garis merah
3. Kaki mati rasa
4. Kulir berwarna hitam atau biru
•

TIPS

MERAWAT LUKA SEHARI-HARI

4 PILAR

PERAWATAN HARIAN



Cuci tangan

Makan bergizi tinggi protein Vit C dan Zink



TIPS

MERAWAT LUKA SEHARI-HARI



Cek gula darah dengan rutin.

Olah raga dengan teratur



PENCEGAHAN
KOMPLIKASI LUKA DIABETES

Pencegahan komplikasi sangat penting dalam perawatan luka diabetes.

PERAWATAN KAKI HARIAN

- Cuci kaki dengan air hangat.
- Keringkan diarea sela jari.
- Pakai pelembab pada bagian kaki yang kering tapi jangan dioles disela jari
- Cek setiap hari, untuk melihat apakah ada luka, lecet atau kulit yang berubah warna.



PENCEGAHAN
KOMPLIKASI LUKA DIABETES

PEMILIHAN ALAS KAKI

- Pakai sepatu sesuai ukuran
- Kaos kaki terbuat dari bahan katun.





HUBUNGI

LAYANAN DARURAT

Jika Anda mengalami tanda bahaya pada luka diabetes, segera hubungi layanan kesehatan terdekat.

KONTAK

NOMOR PENTING

0812-5983-7587 (Layanan Konsultasi Perawatan Luka / Home Care)

0852-7947-0025 (IGD Rumah Sakit)

PENUTUP

MOTIVASI

Luka diabetes bukan akhir segalanya. Dengan perawatan yang tepat, kesabaran, dan semangat pantang menyerah, proses penyembuhan akan berjalan dengan baik. Ingatlah bahwa setiap langkah kecil dalam merawat luka adalah investasi besar untuk kesehatan Anda di masa depan.

TETAP SEMANGAT!

Jangan pernah menyerah dalam proses penyembuhan. Banyak penderita diabetes yang berhasil sembuh dari luka mereka dengan perawatan yang konsisten. Dukungan keluarga dan tim medis akan selalu menemani perjalanan Anda menuju kesembuhan.

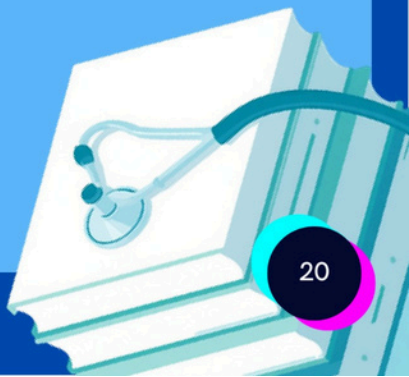
ADA HARAPAN SELALU

Teknologi perawatan luka modern seperti foam dressing telah membantu ribuan pasien. Percayalah pada proses, ikuti anjuran tenaga kesehatan, dan jaga pola hidup sehat. Kesembuhan adalah tujuan yang bisa dicapai dengan usaha dan doa.



DAFTAR
PUSTAKA

1. Krirtianto. (2023) Analysis of Risk Factors Responsible for Neuropathy in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus with Diabetic Foot during the COVID-19 Pandemic.
2. IDF International Federation (2021)
3. Larasati (2025) Pengaruh Modern Dressing dalam Percepatan Penyembuhan Luka pada Pasien Diabetes Mellitus.
4. Oktalia (2021)Hubungan antara Penyakit Arteri Perifer dan Kadar HbA1c dengan Tindakan Amputasi Ekstremitas pada Pasien Ulkus Kaki Diabetik di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Relationship
5. Enikmawati et L. (2025)Manajemen penatalaksanaan luka ulkus diabetik melalui edukasi pencegahan infeksi pada pasien diabetes mellitus
6. Fitriyana et al.(2024)Perawatan Luka Pada Pasien Diabetes Melitus Dalam Penyembuhan Ulkus Dekubitus
7. Hidayat et al.(2024) Hubungan Ankle Brachial Index dengan Keparahan Ulkus Kaki Diabetik Derajat Wagner Pada Penderita Diabetes Melitus
8. Primadani (2021) Proses Penyembuhan Luka Kaki Diabetik Dengan Perawatan Luka Metode Moist Wound Healing
9. Fatimahtuzahro(2024)Efektivitas intervensi foam dressing terhadap proses granulasi luka ulkus kaki diabetikum



Terima Kasih
SEMOGA LEKAS SEMBUH

