

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Beberapa faktor risiko terkait dengan ulkus kaki diabetik telah diidentifikasi. Neuropati perifer dan penyakit arteri perifer merupakan faktor atau penyebab yang paling berpengaruh dalam kejadian ulkus kaki pada penderita diabetes mellitus. Faktor risiko pada karakteristik adalah usia lebih dari 50 tahun, jenis kelamin laki-laki, tempat tinggal di pedesaan, status ekonomi rendah, lingkaran pinggang yang besar, dan BMI (*Body Mass Indeks*) yang berlebih. Sedangkan faktor risiko menurut kondisi dan perilaku terkait diabetes mellitus adalah riwayat ulkus kaki atau amputasi, terapi diabetes mellitus, durasi diabetes mellitus lebih dari lebih dari 5 tahun, tipe diabetes mellitus 2, kontrol glikemik, dan perawatan kaki yang buruk. Faktor risiko menurut penyakit penyerta dan perubahan bentuk kaki adalah neuropati perifer, nefropati diabetik, retinopati, dislipidemia, penyakit arteri perifer, deformitas anatomi, dan pembentukan *callus* pada kaki.

Untuk pencegahan yang harus dilakukan pada penderita diabetes agar menurunkan risiko terhadap komplikasi ulkus kaki dengan melakukan kontrol glikemik dengan baik, melakukan diet nutrisi dan olahraga sesuai kebutuhan penderita diabetes mellitus agar terhindar dari obesitas atau indeks massa tubuh yang berlebih, tidak merokok dan tidak mengonsumsi alkohol, dan melakukan perawatan kaki secara rutin baik mandiri atau di pelayanan kesehatan. Perawatan kaki secara rutin dapat dilakukan dengan cara mencuci kaki dan mengeringkannya serta memakai alas kaki atau sepatu yang nyaman dan longgar.

III.2 Saran

Saran untuk penderita diabetes mellitus agar lebih menjaga atau mengontrol kadar gula darah karena jika kadar gula darah tidak terkontrol dapat mengakibatkan komplikasi diabetes mellitus salah satunya ulkus kaki. Maka dari itu penderita diabetes perlu melakukan pencegahan terkait ulkus kaki seperti kontrol glikemik

yang baik, melakukan perawatan kaki, melakukan diet nutrisi, tidak merokok dan tidak mengonsumsi alkohol, dan melakukan aktivitas olahraga sesuai kebutuhan penderita diabetes, karena dampak yang ditimbulkan sangat banyak. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan penelitian dengan metode *literature review* ini dapat digunakan sebagai sumber informasi atau rujukan mengenai faktor – faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian ulkus kaki pada penderita diabetes mellitus serta pencegahannya. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti atau mengambil topik yang berfokus pada pencegahan kejadian ulkus kaki diabetik.