

Lampiran 1

Uraian kegiatan memonitor tanda-tanda vital

1. Memonitor tekanan darah
 - a. Menyiapkan alat tensimeter aneroid/pompa, handscoon, masker, alat tulis dan stetoskop.
 - b. Mengucapkan salam, melakukan kontrak waktu dan tujuan
 - c. Mencuci tangan
 - d. Memakai handscoon
 - e. Atur posisi nyaman klien dengan tidur terlentang
 - f. Bebaskan lengan atas kiri klien
 - g. Pasangkan manset pada lengan atas klien
 - h. Raba arteri brachialis dengan meletakkan 2-3 jari tangan
 - i. Setelah ketemu pasang stetoskop dan lalu memompa balon yang ada di mangset
 - j. Lalu dengarkan hasil sistol dan diastolnya
2. Memonitor pernapasan, suhu dan nadi \
 - a. Menyiapkan alat termometer suhu digital
 - b. Tekan tombol on pada termometer, letakkan termometer di aksila klien dan tunggu bunyi sebagai hasilnya.
 - c. Sambil menunggu bunyi termometer raba nadi arteri brachialis atau arteri radialis klien di tangan klien hitung denyut nadin per menitnya, dan sekalian hitung pergerakan pernapasan klien pada perut klien selama 1 menit.
 - d. Setelah termometer berbunyi itu hasilnya
 - e. Dan catat pengukuran suhu, nadi dan pernapasan.

Lampiran 2

Uraian kegiatan tehnik relaksasi napas dalam

1. Mencuci tangan
2. Mengucapkan salam
3. Melakukan kontrak waktu
4. Menjelaskan tujuan napas dalam untuk mengurangi nyeri
5. Menjaga privasi klien
6. Mengatur posisi semi flower pada pasien dengan nyaman
7. Menjelaskan cara melakukan napas dalam, bernapas sedalam-dalamnya secara perlahan-lahan mulai dari hidung dengan mulut ditutup (3-5 detik). sambil merasakan pengembangan abdomen, tahan napas beberapa detik (2-3 detik) lalu hembuskan secara perlahan-lahan melalui mulut seperti meniup sambil merasakan mengepisnya abdomen. lakukan seperti ini selama 5 kali.
8. Mencontohkan cara melakukan napas dalam
9. Membimbing klien melakukan latihan napas dalam dengan memberikan arahan
10. Mendorong klien melakukan napas dalam secara mandiri, perawat memperhatikan latihan yang dilakukan klien
11. Menjelaskan tindakan telah selesai
12. Memberikan pujian atas kerjasama klien selama prosedur dilakukan.

Lampiran 3

SATUAN PENYULUHAN
TENTANG MANAJEMEN NYERI
DI RUMAH KELUARGA Ny.P KELUARGA TANJUNG AMAN



DISUSUN OLEH :

SINTHA NURRIA
1814471082

TINGKAT 3 REGULER 2

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG

PRODI DIII KEPERAWATAN KOTABUMI

TAHUN 2021

SATUAN ACARA PENYULUHAN

MANAJEMEN NYERI

Pokok Bahasan	: Manajemen Nyeri
Sub Pokok Bahasan	: Manajemen Nyeri
Sasaran	: Keluarga dan Ny.P
Tempat	: Rumah Keluarga Ny.P
Hari / Tanggal	: Rabu, 24 Maret 2021
Waktu	: 30 Menit
Pelaksana	: Sintha Nurria

I. Tujuan Instruksional

a. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Setelah mendapatkan penyuluhan selama 1 x 30 menit, klien dan keluarga memahami dan mampu menjelaskan tentang Manajemen Nyeri

b. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

Setelah mendapatkan penyuluhan, peserta mampu :

1. Menyebutkan pengertian Nyeri
2. Menyebutkan tujuan Manajemen Nyeri
3. Menyebutkan cara-cara sederhana mengatasi nyeri
4. Mendemonstrasikan cara – cara mengatasi nyeri

II. Materi

Terlampir

III. Kegiatan

No	Langkah - langkah	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Sasaran
1	Pendahuluan	5 menit	• Memberi salam dan memperkenalkan diri • Menjelaskan maksud dan tujuan penyuluhan • Melakukan Evaluasi Validasi (Pre-test)	• Menjawab salam • Mendengarkan • Menjawab pertanyaan
2	Penyajian	15 menit	Menjelaskan materi penyuluhan mengenai : • Pengertian nyeri • Tujuan manajemen nyeri non pharmacologis • Cara – cara sederhana mengatasi nyeri • Mendemonstrasikan cara – cara mengatasi nyeri	• Mendengarkan dengan seksama • Mengajukan pertanyaan
3	Evaluasi	5 menit	• Memberikan pertanyaan akhir sebagai evaluasi (Post-Test)	• Menjawab • mendemonstrasikan

4	Penutup	5 menit	• menyimpulkan bersama-sama hasil kegiatan penyuluhan • menutup penyuluhan dan mengucapkan salam	• mendengarkan • menjawab salam
---	---------	---------	---	--

IV. Metode

Penyuluhan dilakukan dengan metode :

a. Ceramah

Yaitu penerapan materi yang disampaikan oleh seorang perawat

b. tanya jawab

yaitu metode pemberian pertanyaan dari ibu-ibu kepada perawat sebagai respon terhadap materi yang telah disampaikan

V. Media

Leaflet

VI. Evaluasi

1. Evaluasi struktur

- Ny. P dan keluarga hadir di rumah Tn.D
- Penyelenggaraan penyuluhan dilaksanakan di rumah Tn.D
- Pengorganisasian penyelenggaraan penyuluhan dilakukan sebelumnya

2. Evaluasi proses

- Klien dan keluarga antusias terhadap materi penyuluhan
- Tidak ada keluarga yang meninggalkan penyuluhan
- Klien mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar

3. Evaluasi hasil

- Ny.P dan keluarga dapat memahami pentingnya dalam melakukan manajemen nyeri, cara-cara menghilangkan nyeri, dan menghitung skala nyeri
- Jumlah hadir dalam penyuluhan 4 orang

VII. Referensi

Istichomah, 2012. *Pengaruh Teknik Pemberian Kompres Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Klien Kontusio di RSUD Sleman*. Akses pada tanggal 8 Oktober 2013

https://www.academia.edu/35464007/SAP_NYERI_Autosaved

Diperoleh dari situs <http://nursepoint.blogspot.com/2007/10/kelola-nyeri-pasien-anda.html> pada hari Kamis tanggal 8 November 2017

VIII. Pertanyaan Pre- Test

1. Apakah pengertian dari nyeri ?
2. Apa saja faktor penyebab nyeri ?
3. Bagaimana cara melakukan pengalihan nyeri ?

sebelum dilakukan pre-test, dari tiga pertanyaan diatas yang diajukan kepada klien. klien tidak dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan diatas.

IX. Pertanyaan Post Test

1. Apakah pengertian nyeri ?
2. Apa saja faktor-faktor penyebab nyeri ?
3. Bagaimana cara melakukan pengalihan nyeri ?

setelah dilakukan penkes, dari tiga pertanyaan diatas yang diajukan kepada klien, klien mampu menjawab dan mendemonstrasikan bagaimana cara-cara dalam pengalihan nyeri.

MATERI MANAJEMEN NYERI

a. Pengertian

1. Nyeri adalah suatu rasa yang tidak nyaman, baik ringan maupun berat
2. Nyeri merupakan suatu ketidaknyamanan yang meningkat dan sensasinya sangat subyektif, serta menimbulkan gangguan dan perubahan aktifitas fisik, psikis yang meliputi emosi, pola pikir dan sebagainya.

b. Tujuan manajemen nyeri Non Pharmacologis

1. Menangani nyeri akut atau kronis
2. Memberikan rasa nyaman
3. Mengurangi ketergantungan pasien pada obat-obatan penghilang rasa sakit.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri

1. Usia

Usia merupakan variabel yang penting yang mempengaruhi nyeri khususnya anak-anak dan lansia. Pada kognitif tidak mampu mengingat penjelasan tentang nyeri atau mengasosiasikan nyeri sebagai pengalaman yang dapat terjadi di berbagai situasi.

2. Jenis Kelamin

Secara umum pria dan wanita tidak berbeda secara bermakna dalam berespon terhadap nyeri. Toleransi nyeri sejak lama telah menjadi subjek penelitian yang melibatkan pria dan wanita. Akan tetapi toleransi terhadap nyeri dipengaruhi oleh faktor-faktor biokimia dan merupakan hal yang unik pada setiap individu, tanpa memperhatikan jenis kelamin.

3. Makna nyeri

Makna seseorang yang dikaitkan dengan nyeri mempengaruhi pengalaman nyeri dan cara seseorang beradaptasi terhadap nyeri. Individu akan mempersepsikan nyeri dengan cara berbeda-beda, apabila nyeri tersebut memberikan kesan ancaman, suatu kehilangan dan tantangan. Misalnya seorang wanita yang bersalin akan mempersepsikan nyeri berbeda dengan seorang wanita yang mengalami nyeri akibat cedera karena pukulan pasangannya.

4. Perhatian

Perhatian yang meningkat dihubungkan dengan nyeri yang meningkat sedangkan upaya pengalihan atau distraksi dihubungkan dengan respon nyeri yang menurun. Konsep ini merupakan salah satu konsep yang perawat terapkan di berbagai terapi untuk menghilangkan nyeri seperti relaksasi, teknik imajinasi terbimbing dan massage.

5. Ansietas

Ansietas sering kali meningkatkan persepsi nyeri, tetapi nyeri juga dapat menimbulkan perasaan ansietas. Individu yang sehat secara emosional biasanya lebih mampu mentoleransi nyeri sedang hingga berat daripada individu yang memiliki status emosional yang kurang stabil.

6. Keletihan

Keletihan meningkatkan persepsi nyeri rasa kelelahan menyebabkan sensasi nyeri semakin intensif dan menurunkan kemampuan coping. Apabila keletihan disertai kesulitan tidur, maka persepsi nyeri bahkan dapat terasa lebih berat. Nyeri seringkali lebih berkurang setelah individu mengalami suatu periode tidur yang lelap dibanding pada akhir hari yang melelahkan

d. Cara sederhana mengatasi nyeri

1. Distraksi (Pengalihan pada hal-hal lain sehingga lupa terhadap nyeri yang sedang dirasakan)

Contoh :

- Membayangkan hal-hal yang indah

- Membaca buku, Koran sesuai yang di sukai
- Mendengarkan musik, radio, dan lain-lain

2. Relaksasi

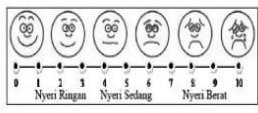
Tiga hal penting dalam relaksasi adalah :

- Posisi yang tepat
- Pikiran tenang
- Lingkungan tenang

MENGAJAI PERSEPSI NYERI

- intensitas nyeri
- Karakteristik nyeri
- Factor-factor yang meredakan nyeri
- Efek nyeri terhadap aktivitas
- Kekhawatiran individu tentang

VAS (Visual Analog Scale)
NRS (Numeric Rating Scale)



Skala Nyeri Tipe Nyeri

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI NYERI

- usia
- Jenis kelamin
- Tebudayaan
- Makna nyeri
- Perhatian
- Ansietas
- Kelelahan
- Pengalaman sebelumnya
- Dukungan keluarga social
- Etiopat penyakit



MANAJEMEN NYERI




Disusun oleh :
Sintha nurria
(1814471082)

POLITEKNIK KESEHATAN
TANJUNG KARANG,
PRODI KOTABUMI

Mendengarkan musiik atau radio yang disukai  RELAKSASI Tiga hal penting dalam relaksasi adalah : • Posisi yang tepat • Pikiran • Lingkungan  TEHNIK RELAKSASI  • Menarik nafas dalam Keluarkan perlahan-lahan dan rasakan • Nafas beberapa kali dengan irama yang normal • Ulangi nafas dalam dengan konsentrasi pikiran pada lengan, perut, punggung dan kelompok lain • Setelah rileks, nafas pelan	CARA-CARA MENGATASI NYERI  1. DISTRAKSI (Pengalihan pada hal-hal lain sehingga lupa terhadap nyeri yang sedang dirasakan) Contoh : Membayangkan hal-hal indah  Membaca buku, Koran sesuai yang disukai 	Apa itu nyeri ?  Nyeri adalah suatu rasa yang tidak nyaman, baik ringan maupun berat. TUJUAN MANAJEMEN NYERI 1. Menangani nyeri akut atau kronis 2. Memberikan rasa nyaman 3. Mengurangi ketergantungan pasien pada obat-obatan penghilang rasa sakit 
--	--	---

LEMBAR KONSULTASI

LEMBAR KONSULTASI

NAMA : SINTHA NURRIA

NIM : 1814471082

JURUSAN : D3 KEPERAWATAN KOTABUMI

JUDUL STUDI KASUS : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Nyeri Akut Terhadap Ny.P Pada Kasus Hipertensi Di Desa Tanjung Aman, Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II Kecamatan Kotabumi Selatan, Lampung Utara Tanggal 23-27 Maret 2021.

PEMBIMBING : ALEX ISKANDAR HAJAR, SKM.M.Kes

No	Tanggal	Topik	Meteri Bimbingan	Paraf
1.	3-3-2021	Bab I - latar belakang - fungsi dan masalah - masalah masalah	- Perilaku keluarga - Risiko dan gaya - Data terdistribusi - 2020 - Analisis data - Program - Riset dan pengaruh - Riset kuantitatif - Riset kualitatif - Riset campuran	Y
2	15-3-2021	BAB I	- Perilaku keluarga - Risiko keluarga - Perilaku keluarga - Gaya keluarga - Riset: kuantitatif - Riset kualitatif	Y

3.	5-09-2021	BAB I BAB II BAB III	Pembelian Buku tabel belakang 1 spasi - Penulisan gambar. Peta EYD. - Tabel d'por baidi - Revisi tgl. disamping vari d' pmbali - Pengisian d' pengisian - Pengisian d' rangkai - Lembar d' rangkai	U
4	12-09-2021	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Pembelian buku kardus pengisian buku d' pengisian - Buku bagian Evaluasi kelayakan tgl & waktu.	U
5	19-09-2021	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Siswa Siswa. - Hasil hasil pengisian d' terukur.	U
6	27-09-2021	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Revisi pembelian gambar, peta, dan d' pengisian	U

7	5-5-2021	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	Dts Objektif d. tulis agar tdk mngak Dts objektif (≠ Tangkap).	af
8	20-5-2021	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Soas w/ kustus di khusnya basis ypt. militan agar tdk gmn kelas ds tentu.	af
9	02-06-2021	BAB I BAB II BAB III BAB IV BAB V	- Retakan Dts bab I per baki lambali ptn Dts. - tulis d. bgt tulis di rajah	af
			Ass untuk Ponno Selayat Zn.	

LEMBAR KONSULTASI

NAMA : SINTHA NURRIA

NIM : 1814471082

JURUSAN : D3 KEPERAWATAN KOTABUMI

JUDUL STUDI KASUS : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Nyeri Akut Terhadap Ny P Pada Kasus Hipertensi Di Desa Tanjung Aman, Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II Kecamatan Kotabumi Selatan, Lampung Utara

Tanggal 23-27 Maret 2021.

PEMBIMBING : Johan A. Majid, SKM

No	Tanggal	Topik	Meteri Bimbingan	Paraf
1	2	3	4	5
	03 06 21	BAB I	- PENGERTIAN. - DATA TABEL. - TAKRIKAT PROGN.	
		BAB II	- PENGERTIAN. - RAKTERIS TANDA. - KATA NYERI	
	04 06 21	BAB III	- PENGERTIAN. - DATA SUB NO. - RI TAKRIKAT. - URAIAN KATA KETUA - DI INPROMETAS.	
	07 06 21	BAB III	- TAKRIKAT KATA - EOP. URAI KESIAHAN - LAKSIANAN. - INPROMETAS - DI KETUMILAN AG - KESIAHAN - KLEMAN	

1	2	3	4	5
08.06.21	KAB. <u>III</u> & <u>V</u>	- Laporan Survei umum keaja. - pelaksanaan GOWILKAWI dg. MATEM. - pengutikan table neu. uncut. - Simulasi di GOW RATIE KAB. I Tugasan Wawancara dtkn KECILAN.		
08.06.21	KAB. <u>III</u> KAB. <u>IV</u> KAB. <u>V</u>	- Revisi - Uraian RENCANA ATAH RENCANA KANTIN PLAKSARAN Simulasi RENCANA RENCANA dg. SAG. Tugasan		
09.06.21	KAB. <u>IV</u> KAB. <u>V</u>	- Revisi - Simulasi RENCANA RENCANA RENCANA dg. Tugasan - Simulasi RENCANA dg. KECILAN. - Simulasi RENCANA TUGASAN Simulasi dg. Laporan		

1	2	3	4	5
	090621	Baru V	Re. 'tentara' dan 'pedul' 'kata' pengantar 'daftar' taket - 'daftar' lampiran. 'daftar' pustaka	
	→	Baru j 1/2 'kata' ↓	Acc. gambar	