

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING UTAMA

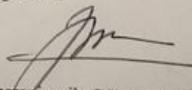
	POLTEKES TANJUNGPURBAN	Kode	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGPURBAN	Tanggal	
	Lembar Konsultasi Bimbingan	Revisi	
	Laporan Tugas Akhir	Halaman	

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING UTAMA

Nama Mahasiswa : Nur Indah Lestapuji
 NIM : 1814401079
 Pembimbing Pendamping : Yuliati Amperaningsih, S.K.M., M.Kes
 Judul Tugas Akhir:

No	Hari/Tgl	Catatan Pembimbing	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1	Senin 12-02-2021	Persestusuan melakukan Pengkajian		
2	Selasa 08-03-2021	tahap Pengkajian harus lebih detail, pemeriksaan fisik harus selesai dan sesuai format panduan.		
3	Senin 12-03-2021	tahap pengkajian tambahkan data+data rny kurang lengkap dan data klien nuyk.		
4	Kamis 15-03-2021	Menentukan diagnosa keperawatan tergantung dari data yang paling banyak muncul pada saat pengkajian		
5	Selasa 30-03-2021	Intervensi yang dipilih disesuaikan dengan SIKI.		
6	Senin 05-04-2021	Format implementasi & evaluasi sesuai dgn yang telah di pelajari sebelumnya, tambahkan puku borang seperti brp pd tahap pengkajian, dan lanjut ke bab 1.2 dan 3		
7	Sabtu 19-04-2021	Penulisan sumber rujukan harus jelas lihat Panduan latar belakang tambah hasil asuhan keperawatan yg men dukung intervensi dan tuang unguap harus sw + ih.		
8	Rabu 04-04-2021	cek peduan jarak tulisan, kasih judul tabel dan sumbernya, huruf kapital ditengah kalimat, harus konsisten dengan singkatan hipertensi.		
9	Selasa 26-04-2021	Pembahasan askep disesuaikan dengan teori yang telah ada sebelumnya.		
10	Kamis 06-05-2021	Judul harus berbentuk piramida terbalik, abstrak harus mencakup ringkasan dan latar belakang, penulisan halaman disesuaikan dengan peduan.		
11	Selasa 08-05-2021	bagian analisa data kurang lengkap dan analisis implementasi, evaluasi, pembahasan dipelekas disesuaikan dan hasil teori dan hasil askep sebelumnya.		
12	Rabu 19-05-2021	ACC untuk seminar hasil, konsul dengan pembimbing.		

Bandar Lampung,
 Pembimbing Utama


 Yuliati Amperaningsih, S.K.M., M.Kes

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING
PENDAMPING

	POLTEKES TANJUNGGARANG	Kode	
	PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGGARANG	Tanggal	
	Lembar Konsultasi Bimbingan	Revisi	
	Laporan Tugas Akhir	Halaman	

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING PENDAMPING

Nama Mahasiswa : Nur Indah Lestapusi
 NIM : 1814401079
 Pembimbing Pendamping : Ns. Efa Trisna, S.Kep., M.Kes.

Judul Tugas Akhir :
 Asuhan Keperawatan Gangguan kebutuhan
 Aktivitas Pada Ny. R keluarga M. Y Dengan hipotensi
 di desa Kota tengah, kec way sindi, pesisir barat, Lampung.

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	21/ mei 2021	Perbaiki judul / cover depan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2	21/ mei 2021	Perbaiki penulisan isi kti	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	21/ mei 2021	Perbaiki rona bab IV sesuaikan dengan siter	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4	21/ mei 2021	Perbaiki di bab IV bagian pembahasan pengkajian	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5	21/ mei 2021	Perbaiki bab V gangguan kebutuhan diamsa keperawatan di masukkan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6	02/ juni 2021	ACC bab 1 - 5	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Bandar Lampung,
 Pembimbing Pendamping

[Signature]
 Ns. Efa Trisna, S.Kep., M.Kes

LAMPIRAN

LAMPIRAN SAP

SATUAN ACARA PENYULUHAN



Disusun oleh:

NUR INDAH LESTAPUJI

1814401079

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN TANJUNGGAR

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGAR

TAHUN 2021

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Pokok bahasan	: Hipotensi
Sub pokok bahasan	: penanganan Hipotensi
Sasaran	: Keluarga dan Klien Hipotensi
Hari/Tanggal	: Senin-Sabtu, 15-16 Febuari 2021
Jam/Waktu	: 16:00-17:00 WIB (45 Menit)
Tempat	: Rumah klien, Krui
Penyuluh	: Nur Indah Lestapuji

A. Analisa Situasi

Aktivitas adalah sesuatu energi atau keadaan untuk bergerak untuk memenuhi kebutuhan hidup. Kemampuan aktivitas seseorang dipengaruhi oleh adekuatnya sistem persyarafan, otot, dan tulang atau sendi (Tarwoto & Wartonah, 2010). Mekanisme pergerakan, kegerakan gerak tubuh secara keseluruhan diatur dengan prinsip-prinsip fisiologis.

Fisiologis pergerakan aktivitas yaitu merupakan rangkaian yang berintegrasi antara sistem muskuloskeletal dan sistem pernafasan. Adapun fungsi dari sistem muskuloskeletal yaitu mendukung dan memberi membentuk jaringan tubuh, melindungi bagian tubuh tertentu seperti, paru, hati, ginjal, otak, tempat meletaknya otot dan tendon, sumber mineral seperti garam dan fosfat dan tempat produksi sel darah. Antara tulang satu dengan yang lainnyadihubungkan dengan sendi yang memungkinkan terjadinya pergerakan. Tulang dan sendi membentuk rangka, sedangkan sistem otot berfungsi sebagai pergerakan, membentuk, postur, produksi panas karena adanya kontraksi dan relaksasi (Torwoto & Wartonah, 2010).

Kemampuan beraktivitas merupakan kebutuhan dasar yang diharapkan oleh setiap manusia. Oleh sebab itu, gangguan dalam kemampuan beraktivitas dalam mempengaruhi intoleransi aktivitas (Saputra, 2013).

Intoleransi aktivitas adalah suatu keadaan ketidakcukupan energi secara fisiologis atau psikologis pada seseorang untuk bertahan atau

menyelesaikan aktivitas sehari-hari yang dibutuhkan misalnya berdiri, berjalan, dan bekerja. Batasan karakteristik menurut Nanda pada pasien mengalami intoleransi aktivitas didapatkan subjek yaitu ketidaknyamanan atau dispnea yang membutuhkan pergerakan tenaga dan melaporkan kelelahan atau kelemahan kelelahan secara verbal. Data objektif menurut Nanda yaitu denyut jantung atau tekanan darah tidak normal sebagai respon terhadap aktivitas dan perubahan EKG selama aktivitas yang menunjukkan aritmia atau iskemia faktor yang berhubungan dengan gangguan aktivitas yaitu tirah baring/imobilisasi yang terlalu lama, nyeri, kelemahan umum, ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen serta gaya hidup yang monoton (Nanda, 2010)

Gangguan intoleransi aktivitas biasanya terjadinya muncul pada kasus antara lain rematik, asma, anemia, hipertensi, hipotensi dll (Tarwoto & Wartonah, 2010)

Salah satunya hipotensi, bagi banyak orang, tekanan darah rendah yang tidak normal (hipotensi) bisa menyebabkan pusing dan pingsan. Pada kasus yang parah, tekanan darah rendah bisa-bisa mengancam nyawa. Tekanan darah rendah biasanya didasarkan pada pembacaan tekanan darah yang lebih rendah dari 90 milimeter merkuri (mm Hg) untuk normal atas (sistolik) atau 60 mmHg untuk angka bawah 60 mmHg untuk angka bawah (diastolik). Penyebab tekanan darah rendah dapat berkisar dari dehidrasi hingga gangguan medis atau bedah yang serius (Jitowijoyo, 2018).

Hipotensi terjadi jika sistolik bernilai 90 mmHg atau kurang. Walaupun normal pada beberapa populasi, tetapi tekanan darah yang rendah merupakan temuan yang abnormal dan dapat dikaitkan dengan penyakit. Hipotensi terjadi karena pelebaran arteri, hilangnya volume darah dalam jumlah banyak (contoh: hemoragi), atau kegagalan otot jantung untuk memompa dengan adekuat (contoh: infark miokard). Hipotensi yang berhubungan dengan kulit yang pucat, lembap, kebingungan, peningkatan frekuensi jantung, atau penurunan jumlah urine

bersifat mengancam jiwa harus dilaporkan kepada penyedia layanan kesehatan dengan segera.

B. Diagnosa Keperawatan

Intoleransi Aktivitas b.d Ketidakmampuan keluarga mengenal masalah kesehatan keluarga yang sakit hipotensi pada ibu R.

C. Tujuan

1. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan selama 4 hari kunjungan rumah selama 45 menit diharapkan keluarga dan klien dapat memahami pentingnya mengetahui apa itu Hipotensi.

2. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan selama 4 kali kunjungan rumah selama 45 menit diharapkan keluarga dan klien Hipotensi dapat:

- a. Menjelaskan tentang Hipotensi: Pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi dan penatalaksanaan hipotensi.
- b. Manajemen Energi pengertian, dan cara menangani / perawatan
- c. Mendemonstrasikan tentang cara merawat / perawatan keluarga hipotensi.

D. Isi Materi (sesuai dengan tujuan khusus)

1. Hipotensi: Pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi dan penatalaksanaan hipotensi.
2. Manajemen Energi pengertian dan cara menangani / perawatan
3. Demonstrasi tentang cara merawat / perawatan keluarga hipotensi.

E. Metode

1. Ceramah
2. Diskusi / Tanya jawab
3. Simulasi dan Demonstrasi

F. Media

1. Leaflet
2. Lembar balik

G. Pelaksanaan Kegiatan

1. Persiapan
 - a. Menyusun SAP dan materi
 - b. Menyiapkan alat dan bahan
 - c. Konsultasi kepada pembimbing
 - d. Roleplay mandiri
2. Pelaksanaan promosi kesehatan:

Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Penyuluh	Sasaran
5 menit	Pembukaan: a. Salam b. Perkenalan c. Tujuan	a. Memberi salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan penyuluhan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan c. Memperhatikan
25 menit	Menjelaskan materi secara sistematis	a. Menjelaskan tentang Hipotensi: pengertian, etiologi, tanda dan gejala, komplikasi dan penatalaksanaan. b. Mendemonstrasikan tentang merawat / perawatan Hipotensi	a. Menyimak dan Mendengarkan b. Mendengarkan dan menyimak c. Memperhatikan dan mencoba di tempat duduk masing-masing
10 menit	Evaluasi Tanya Jawab	a. Memberi kesempatan kepada keluarga dan klien untuk bertanya b. Memberi kesempatan kepada keluarga dan klien untuk mengulangi apa yang sudah disampaikan perawat	a. Memberikan pertanyaan b. Menjawab pertanyaan c. Menerima leaflet dengan antusias
5 menit	Penutup	a. Membacakan hasil kesimpulan materi kepada keluarga dan klien b. Mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan klien c. Mengucapkan salam Penutup	a. Mendengarkan b. Mendengarkan c. Menjawab salam

H. Evaluasi

1. Evaluasi Struktural
 - a. Ruang yang dipakai kondusif
 - b. Alat dan saran yang diperlukan berfungsi dengan baik
2. Evaluasi Proses
 - a. Keluarga dan klien antusias terhadap materi penyuluhan
 - b. Keluarga dan klien tidak ada yang meninggalkan tempat penyuluhan sampai acara berakhir
3. Evaluasi Hasil
 - a. Keluarga dan klien sudah memahami tentang hipotensi: pengertian, etiologi, tanda dan gejala, komplikasi dan penatalaksanaan.
 - b. Keluarga dan klien sudah mengetahui cara merawat / perawatan hipotensi .

Lampiran materi penyuluhan : Hipotensi

1. Pengertian Hipotensi

Bagi banyak orang tekanan darah rendah yang tidak normal (hipotensi) bisa menyebabkan pusing dan pingsan. Pada kasus yang parah, tekanan darah rendah biasanya didasarkan pada pembacaan pada pembacaan tekanan darah yang lebih rendah dari 90 mili-meter merkuri (mm Hg) untuk nomor atas (*sistolik*) atau 60 mmHg untuk angka bawah (*diastolik*). Penyebab tekanan darah rendah dapat berkisar dari dehidrasi hingga gangguan medis atau bedah yang serius (Jitowiyono, 2020).

2. Tanda dan gejala Hipotensi

- a. Pusing
- b. Mual
- c. Lemas
- d. Pingsan
- e. Pandangan kabur
- f. Mata berkunang-kunang
- g. Kulit pucat, keringat dingin
- h. Tidak bersemangat
- i. Tubuh terasa tidak stabil
- j. Nadi lemah dan cepat

3. Etiologi / Penyebab Hipotensi

- a. Tirah baring terlalu lama
- b. Dehidrasi berat / kekurangan minum
- c. Kekurangan vitamin B12 dan asam folat yang menyebabkan anemia jangka panjang dapat mengakibatkan Hipotensi
- d. Terlalu lelah
- e. Bekerja terlalu berat

4. Komplikasi anemia pada ibu hamil

- a. Serangan jantung
- b. Gagal jantung
- c. Stroke

5. Penatalaksanaan / Pencegah Hipotensi

- a. Perbanyak konsumsi makanan yang mengandung garam tinggi
- b. Perbanyak konsumsi cairan / minum
- c. Olahraga teratur
- d. Konsumsi makanan yang bergizi
- e. Konsumsi obat penambah darah

6. Manajmen Energi

a. Pengertian

Energi adalah daya atau kekuatan yang dapat digunakan untuk melakukan berbagai proses kegiatan.

Manajemen nyeri bertujuan untuk mengatasi atau mencegah kelelahan dan mengoptimalkan proses pemulihan

b. Cara Menangani / Perawatan

- 1) Melakukan teknik distraksi (terapi musik)
 - a) Siapkan tape music, Radio, Handphone
 - b) Pilih musik sesuai yang di tetapkan
 - c) Headset
- 2) Pembuatan jus alpukat untuk hipotensi
 - a) Siapkan buah alpukat ukuran sedang
 - b) Air matang
 - c) Es batu
 - d) Susu kental manis / gula pasir
 - e) Blender

LAMPIRAN LEMBAR BALIK

HIPOTENSI (DARAH RENDAH)



DISUSUN OLEH:
NUR INDAH LESTAPUJI (1814401079)

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI DIII KEPERAWATAN
2021

APA SIH HIPOTENSI ITU???



PENGERTIAN HIPOTENSI???

Hipotensi (tekanan darah rendah) adalah suatu keadaan dimana tekanan darah dari 90/60 mmhg atau tekanan darah cukup rendah sehingga menyebabkan berbagai tanda dan gejala fisik normalnya tekanan darah optimal ada di kisaran 120/80 mmHg.

Apa saja tanda dan gejala hipotensi???



Tanda dan gejala hipotensi???

- Pusing
- Mual
- Lemas
- pingsan
- pandangan kabur
- mata berkunang-kunang
- kulit pucat, keringat dingin
- tidak bersemangat
- tubuh terasa tidak stabil
- Nadi lemah dan cepat

Apa saja penyebab hipotensi???



Penyebab Tekanan Darah Rendah

Hosted by Santhasapana.com

Etiologi / penyebab hipotensi???

- Tirah baring terlalu lama
- Dehidrasi berat/ kurang minum
- Kekurangan vitamin B 12 dan asam folat yang menyebabkan anemia jangka panjang dapat mengakibatkan hipotensi.
- Terlalu lelah
- Bekerja terlalu berat

Apa saja komplikasi yang terjadi pada hipotensi jika tidak ditangani ???



Komplikasi pada hipotensi???

- Serangan jantung
- Gagal jantung
- Stroke



Pencegahan Hipotensi???



Pencegahan hipotensi???

- Memperbanyak konsumsi makanan dengan kadar garam tinggi, karena garam dapat meningkatkan tekanan darah
- Perbanyak konsumsi cairan/ minum karna dapat meningkatkan volume darah dan mencegah dehidrasi
- Olahraga teratur dapat meningkatkan tekanan darah
- Konsumsi makan makanan bergizi
- Konsumsi obat penambah darah

Diit yang dianjurkan untuk hipotensi???



Diit untuk hipotensi???

- Telur
- Ikan
- Ayam
- Daging
- Susu
- Sayuran hijau seperti sawi, brokoli, kacang-kacangan.
- Jus buah tomat dan alpukat

Makanan yang dihindari untuk hipotensi???



Makanan yang dihindari penderita hipotensi???

- Makanan cepat saji
- Makanan tinggi karbohidrat
- Hindari konsumsi alkohol

LAMPIRAN LEAFLET

HIPOTENSI (DARAH RENDAH)



Disusun Oleh :

NUR INDAH LESTAPUJI
(1814401079)

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG
PRODI D III KEPERAWATAN
2021



1. PENGERTIAN HI|OTENSI

Hipotensi (tekanan darah rendah) adalah suatu keadaan dimana tekanan darah dari 90/60 mmHg atau tekanan darah cukup rendah sehingga menyebabkan berbagai tanda dan gejala fisik normalnya tekanan darah optimal ada di kisaran 120/80 mmHg.



2. TANDA DAN GEJALA

- Pusing
- Mual
- Lemas
- pingsan

- pandangan kabur
- mata berkunang-kunang
- kulit pucat, keringat dingin
- tidak bersemangat
- tubuh terasa tidak stabil
- Nadi lemah dan cepat



3. ETIOLOGI/PENYEBAB

- Tirah baring terlalu lama
- Dehidrasi berat/ kurang minum
- Kekurangan vitamin B 12 dan asam folat yang menyebabkan anemia jangka panjang dapat mengakibatkan hipotensi.
- Terlalu lelah
- Bekerja terlalu berat



4. KOMPLIKASI YANG TERJADI JIKA TIDAK SEGERA DIATASI

- Serangan jantung
- Gagal jantung
- Stroke

5. PENATALAKSANAAN

- Memperbanyak konsumsi makanan dengan kadar garam tinggi, karena garam dapat meningkatkan tekanan darah
- Perbanyak konsumsi cairan/ minum karna dapat meningkatkan volume darah dan mencegah dehidrasi
- Olahraga teratur dapat meningkatkan tekanan darah
- Konsumsi makan makanan bergizi
- Konsumsi obat penambah darah



6. DIET YANG DIANJURKAN UNTUK HIPOTENSI

1. Telur
2. Ikan
3. Ayam
4. Daging
5. Susu
6. Sayuran hijau seperti sawi, brokoli, kacang-kacangan.
7. Jus buah tomat dan alpukat



8. Makanan yang tidak dianjurkan untuk hipotensi

- Makanan cepat saji
- Makanan tinggi karbohidrat
- Hindari konsumsi alkohol

LAMPIRAN FOTO DOKUMENTASI



LAMPIRAN INFORM CONSENT

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
UNTUK IKUT SERTA DALAM PENELITIAN /
KTI (KARYA TULIS ILMIAH)
(INFORM CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ny. R
Jenis kelamin : Perempuan
Tempat, tanggal lahir : Krui, 18-01-1980
Alamat : Kota tengah, kec way sindi, pesisir barat, Lampung

Menyatakan bersedia dan tidak keberatan menjadi pasien dalam penelitian yang dilakukan oleh :

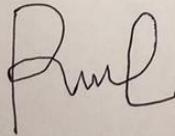
Nama : Nur Indah Lestapuji
Jenis kelamin : Perempuan
NIM : 1814401079
Prodi : DIII Keperawatan
Tempat, tanggal lahir : Palembang, 06-06-2000
Alamat : Penengahan laay, Krui, Lampung

Jika di kemudian hari terjadi kesalahan, saya tidak akan menuntut secara hukum.

Demikian surat ini saya buat dengan kesadaran saya sendiri tanpa tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

Krui, 15 Februari 2021

Pasien,



Mahasiswi,

