

LAMPIRAN



INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Reza Septia
Umur : 18 tahun
Jenis Kelamin : ~~Laki-Laki~~ / Perempuan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Saya telah mengerti tentang apa yang tercantum dalam lembar permohonan persetujuan di atas dan yang telah dijelaskan oleh tim peneliti.
2. Secara sukarela saya bersedia untuk ikut serta menjadi salah satu subyek penelitian yang berjudul "Asuhan Keperawatan Keluarga Gangguan Berat Badan Lebih Pada Keluarga Tn.H Khususnya An R Pada Tahap Remaja Dengan Overweight Di Desa Negeri Ratu Kecamatan Muara Sungkai Kabupaten Lampung Utara 17-20 Februari 2021

Negeri Ratu, Februari 2021

Peneliti,

Saksi,

Subjek,

(Amelia Sari)

(Tn. H)

(An. R)

**FORMAT ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA
KELOLA JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA
BAPAK ... DENGAN
MASALAH KESEHATAN...**

PENGAJIAN

A. Data Umum

1. Nama Keluarga (KK) :
2. Umur :
3. Alamat dan Telpon :
- Komposisi Keluarga :

N O	Nama	Sex	Hub.	Umur (TTL)	Pend	Pek	Status Kes

Genogram

Keterangan :

4. Tipe keluarga :
5. Suku :
6. Agama :
7. Status Sosek Keluarga :
8. Aktivitas Rekreasi :

B. Riwayat dan Tahap Perkembangan Keluarga

9. Tahap perkembangan keluarga saat ini
10. Tahap perkembangan keluarga yang belum terpenuhi
11. Riwayat keluarga inti
12. Riwayat keluarga sebelumnya

C. Lingkungan

13. Karakteristik rumah
14. Karakteristik tetangga dan komunitas RW
15. Mobilitas geografis keluarga
16. Perkumpulan keluarga dan interaksi dengan masyarakat
17. Sistem pendukung keluarga

D. Struktur keluarga

18. Pola komunikasi keluarga
19. Struktur kekuatan keluarga
20. Struktur peran
21. Nilai dan norma budaya

E. Fungsi keluarga

22. Fungsi afektif
23. Fungsi sosialisasi
24. Fungsi perawatan keluarga
Pemeriksaan fisik (Head to Toe) dan 5 Tugas kesehatan keluarga

F. Stress dan koping keluarga

25. Stressor jangka pendek
26. Stressor jangka panjang
27. Kemampuan keluarga berespon terhadap masalah
28. Strategi koping yang digunakan
29. Strategi adaptasi disfungsional

G. Harapan Keluarga

ANALISIS DATA

DATA-DATA	MASALAH KEPERAWATAN
DS : DO :	
DS : DO :	

DIAGNOSIS KEPERAWATAN

DAFTAR DIAGNOSIS KEPERAWATAN

1.

2.

3.

RENCANA KEPERAWATAN

PRIORITAS MASALAH

NO	KRITERIA	NILAI	SKOR	RASIONAL
1	Sifat Masalah (1) a. Gangguan kesehatan/ Aktual (3) b. Ancaman kesehatan/ Risiko (2) c. Tidak/ bukan masalah/ Potensial (1)			
2	Kemungkinan masalah dapat diubah / diatasi (2) a. Mudah (2) b. Sedang/ sebagian (1) c. Sulit (0)			
3	Potensi masalah dapat dicegah (1) a. Tinggi (3) b. Cukup (2) c. Rendah (1)			
4	Menonjolnya masalah (1) a. Dirasakan oleh keluarga dan perlu segera diatasi (2) b. Dirasakan oleh keluarga tetapi tidak perlu segera diatasi (1) c. Tidak dirasakan oleh keluarga (0)			
TOTAL SKOR				

RENCANA ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA

Diagnosis Keperawatan	Tujuan		Evaluasi		Rencana Tindakan	asional
	Umum	Khusus	Kriteria	Standar		

IMPLEMENTASI DAN EVALUASI KEPERAWATAN

Diagnosis	Tanggal/ jam	Implementasi	Evaluasi (SOAP)


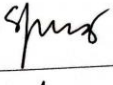

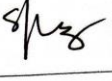
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN TANJUNGPINANG**

LEMBAR CATATAN KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama : AMELIA SARI
 NIM : 1814401093
 Judul LTA : ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA GANGGUAN BERAT BADAN LEBIH PADA
 KELUARGA TN.H KHUSUSA AN-R PADA TAHAP REMAJA DENGAN OVERWEIGHT
 DI DESA NEGERI PATU KECAMATAN MUARA SUNGAI KABUPATEN LAMPUNG UTARA
 TAHUN 2021

Pembimbing 1 : TumiurSormin, SKM.,M.Kes

No	Hari/Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1	1. Februari 2021	Konsultasi terkait asuhan keperawatan.	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
2	17 Februari 2021	Konsultasi penekanan asuhan keperawatan	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
3	1 Maret 2021	Konsultasi perumusan masalah dan intervensi	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
4	15 Maret 2021	Konsultasi implementasi dan evaluasi	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
5	7 April 2021	Konsultasi BAB I	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
6	23 April 2021	Konsultasi BAB II	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
7	7 Mei 2021	Konsultasi BAB III	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
8	18 Mei 2021	Konsultasi hasil dan pembahasan	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
9	21 Mei 2021	Konsultasi BAB V	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>
10	29 Mei 2021	Konsultasi Penulisan Abstrak dan Penulisan daftar Pustaka	<i>Amelia</i>	<i>Spmur</i>

11	02 Juni 2021	Ace Maju Sidang Haris Dika Suban pertukari Pembinaan		
12	03 Juni	Jadwalkan Utk Sidang dgn penguji?		

Bandar Lampung, 2 Juni 2021

Mengetahui

Ka.Prodi



Ns. Musiana, S.Kep., M.Kes
NIP. 197404061997032001

Pembimbing 1



(Tumiur Sormin, SKM., M.Kes)
NIP. 195804241985032004

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN TANJUNGPINANG**

LEMBAR CATATAN KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

Nama : Amelia Sari
 NIM : 1811100093
 Judul LTA : Asupan keperawatan kefarmasi Gangguan Berat Badan Lebih Pada Lansia Babak H. khususnya anak R Pada Tahap Remaja dengan overweight Di Desa Negeri Ratu Kecamatan Negeri Sembunyi Kabupaten Lampung Utara.

Pembimbing 2 : Rohayati, S.Kep., M.Kes

No	Hari/Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1	25 Februari 2021	Acc Judul Laporan tugas akhir	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
2	1 Maret 2021	Perbaikan Bab 1 latar belakang Perbaikan Bab 2 tinjauan pustaka	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
3	18 Maret 2021	Perbaikan Bab 3 metode SW + 1 H	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
4	4 April 2021	Perbaikan Bab 4 hasil dan pembahasan	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
5	13 April 2021	Perbaikan teknik penulisan Bab 5	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
6	18 Mei 2021	Perbaikan penulisan lembar judul dan sampul	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
7	21 Mei 2021	Perbaikan abstrak dan kata pengantar	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
8	29 Mei 2021	Perbaikan penulisan hal peramoran dan lampiran.	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
9	7 Juni 2021	Menyetujui seminar hasil Laporan tugas akhir	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>
10	8 Juni 2021	Perbaikan teknik penulisan	<i>Amelia</i>	<i>Rohayati</i>

11	16 Juni 2021	perkuliahan Pembahasan kesimpulan	Adi	A
12	30 Juni 2021	Acc cetak LTA	Adi	k

Bandar Lampung, 30 Juni 2021

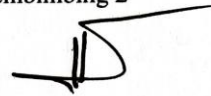
Mengetahui

Prodi D III Keperawatan Tanjungkarang
Ketua,




Ns. Musiana, S.Kep., M.Kes
NIP. 197404061997032001

Pembimbing 2



(Rohayati, S.Kep., M.Kes)
NIP. 196412301991032002

	POLTEKES KEMENKES TANJUNGGARANG	Kode : _____
	Formulir Persetujuan Judul KTI / LTA	Tanggal : _____
		Revisi : _____
		Halaman : _____

PERSETUJUAN JUDUL KARYA TULIS ILMIAH / LTA

Nama Mahasiswa : Amelia Sari
 NIM : 1814401093
 Prodi : D III Keperawatan Tanjungkarang

Judul yang diajukan

1. Asuhan Keperawatan Keluarga Gangguan Berat Badan Lebih Pada Keluarga Bapak H Khususnya Anak R Pada Tahap Remaja Dengan Overweight Di Desa Negeri Ratu Kecamatan Muara Sungkai Kabupaten Lampung Utara Tahun 2021.
2. Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Kebutuhan Rasa Nyaman Pada Keluarga Bapak T Khususnya Ibu S Pada Tahap Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Negeri Ratu Kecamatan Muara Sungkai Kabupaten Lampung Utara Tahun 2021

Judul yang disetujui:

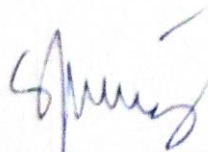
Asuhan Keperawatan Keluarga Gangguan Berat Badan Lebih Pada Keluarga Bapak H Khususnya Anak R Pada Tahap Remaja Dengan Overweight Di Desa Negeri Ratu Kecamatan Muara Sungkai Kabupaten Lampung Utara Tahun 2021.

Menyetujui,

Bandar Lampung, Februari 2021

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping





Tumiur Sormin, SKM., M.Kes

Rohayati., S.Kep., M.Kes



NIP. 195804241985032004

NIP.196412301991032000


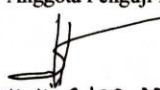
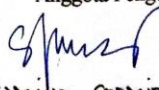
	POLTEKKES KEMENKES TANJUNGPINRANG Formulir Masukan & Perbaikan KTI / Skripsi / LTA	KODE :	
		TGL :	
		REVISI :	
		HALAMAN : 1 dari 1 Halaman	

LEMBAR MASUKAN DAN PERBAIKAN

Nama Mahasiswa : Amelia sari
 NIM : 1814401093
 Prodi : D.IV Keperawatan Tanjungkarang
 Tanggal : 07 Juni 2021
 Judul Penelitian : Asuhan keperawatan keluarga gangguan berat badan lebih pada keluarga T.P.H khususnya A.D.P pada tatap remaja dengan overweight di desa negeri rawa kemuning muko sumbuai kabupaten Lampung utara.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhsiswa	Paraf Dosen
		Bab II : Kebutuhan nutrisi → yg apa saja !! (Sbg pengantar saya seblm ke Bab lbrty)		
		Hal 16 : Dx1) Def Dx2) DS DO		
		Evaluasi (Hal 18) : y/ Bsb lihat lagi skri.		✓
		Hal 27 (Teori saja dulu)		✓
		Hasil (Bab IV) Kondisi wilayah (glbrn umum di Bab IV) di LPs saja -		✓
		Cara Atkep keluarga di Bab I (f) pwtm keluarga → brkact dgn masalah BSB lbrty		✓
		Analisa data → pakai formulasi askep. Intervensi & implementasi → masukkan yg cocok dg dari skri → y/ TUK 1-5 (yg sesuai) Implementasi → perh y/ menurunkan BSB		✓
		Judul tabel diatas, hal 44 penelitian II		

Bandar Lampung, 07 Juni 2021

Ketua Penguji	Anggota Penguji II	Anggota Penguji II
		
Ns. Mustono S. Kes. M. Kes NIP. 197404061994032001	Rahayu S. Kes. M. Kes NIP. 196412201991032000	Tumih Sarmin, S.KM. M. Kes NIP. 195804241985032004



Apa itu overweight?

- Overweight atau kegemukan adalah suatu kondisi dimana berat badan mengalami kelebihan apa bila dibandingkan dengan berat badan ideal. Overweight dapat disebabkan karena penimbunan masa lemak atau karena masa otot.



Faktor Penyebab Obesitas pada Anak

1. Kurang aktifitas fisik



2. Pola makan besar berlebih dan perilaku makan salah



3. Genetik



pic : icanstockphoto

Penyebab overweight

1. Faktor genetik /keturunan
2. Kebiasaan makan yang buruk
3. Kurang aktivitas fisik
4. Pertambahan usia
5. Penyakit atau masalah medis



TANDA DAN GEJALA

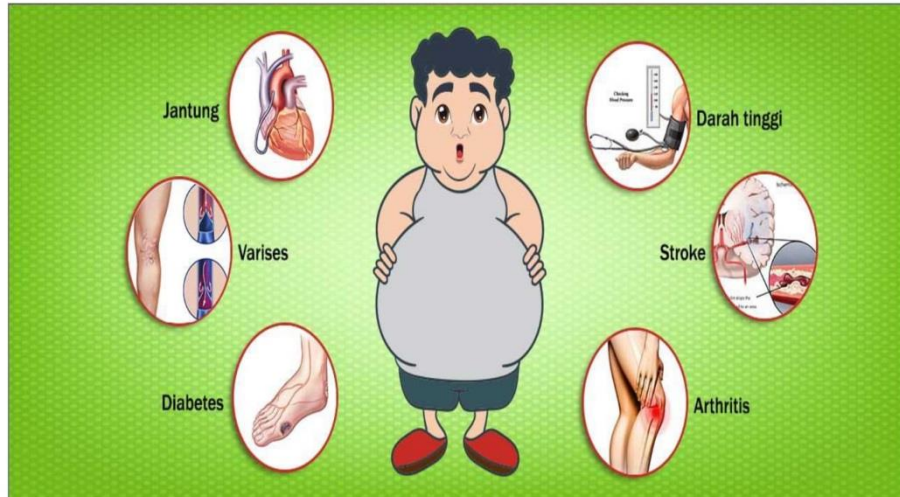


Tanda dan Gejala

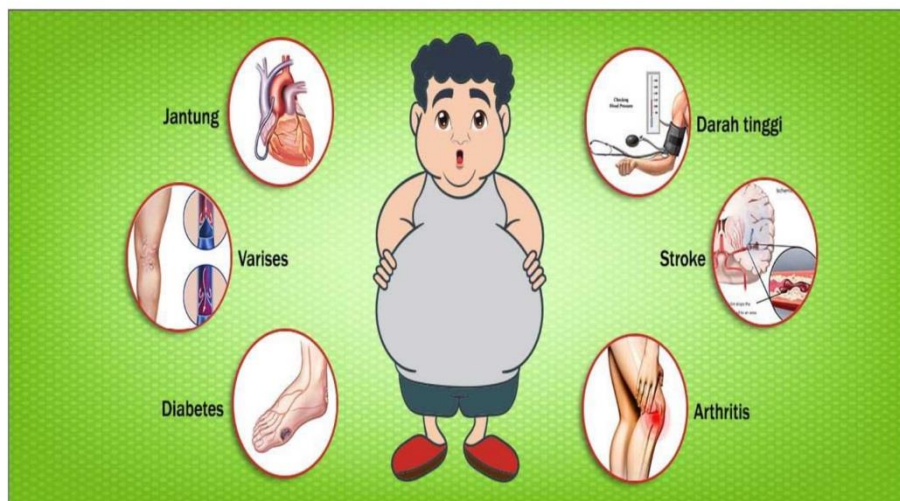


- ❖Wajah bulat
- ❖Pipi tembem
- ❖Dagu ganda
- ❖Payudara sedikit membesar
- ❖Perut buncit
- ❖Leher relatif pendek
- ❖Pangkal paha membentuk x

KOMPLIKASI



KOMPLIKASI



PENCEGAHAN OVERWEIGHT



PENCEGAHAN OVERWEIGHT

- Mengurangi porsi makan dari biasanya
- Perbanyak makan buah, sayur dan kacang-kacangan
- Hindari makan manis, fastfood, dan minuman bersoda
- Perbanyak aktivitas diluar rumah dan olahraga dengan teratur
- Istirahat dan tidur yang cukup
- Hindari makan sambil bermain game atau nonton tv

OBESITAS ITU...

Mempunyai berat badan yang berlebih, bukan menjadi ukuran sehatnya badan seseorang. Kegemukan bisa menjadi masalah berat karena bisa menjadi sarang berbagai penyakit. Kegemukan atau obesitas bisa terjadi karena berlebihnya jumlah makanan yang diasumsi oleh seseorang.



Obesitas saat ini merupakan permasalahan yang muncul di dunia, bahkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mendeklarasikannya sebagai epidemik global. Prevalensinya meningkat tidak saja di negara-negara maju, tetapi juga di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia.

OBESITAS DIGOLONGKAN MENJADI 3 KELOMPOK:

- OBESitas ringan : kelebihan berat badan 20-40%
- Obesitas sedang : kelebihan berat badan 41-100%
- Obesitas berat : kelebihan berat

DAMPAK Obesitas



Mengurangi asupan kalori yang berlebih, lakukan tips sebagai berikut :

- a. Berhentilah makan sebelum kenyang.
- b. Jangan banyak mengonsumsi camilan
- c. Jika lapar, konsumsi camilan sehat seperti buah-buahan dan sayur-sayuran
- d. Pilih cara memasak yang tidak digoreng, gantilah dengan cara mengukus, merebus atau menumis
- e. Kurangi makanan berlemak, karena tiap gram lemak menghasilkan kalori yang lebih besar dibandingkan dengan karbohidrat dan protein.
- f. Kurangi makan makanan yang manis

Konsumsi obat yang mengurangi nafsu makan, contohnya fenfluramin, deksfenfluramin, fentermin. Obat yang menghalangi penyerapan zat gizi dari usus, contohnya orlistat (menghalangi penyerapan lemak di usus).



Jadi, hidarilah Obesitas sedini mungkin dengan pola hidup sehat, olah raga teratur, hindari makanan junk food, selalu berfikir positif, dan konsumsi obat penurun nafsu makan bila diperlukan.

BAGAIMANA HINDARI OBESITAS????

Pola pikir positif, pengaturan makan (diet) rendah lemak rendah kalori, aktivitas fisik dan pengobatan. Ciptakan lingkungan yang mendukung Anda untuk dapat mengkonsumsi makanan yang rendah lemak dan tinggi serat, serta memanfaatkan fasilitas yang tersedia untuk melakukan kegiatan jasmani. Lakukan terapi diet di mana jumlah kalori makanan yang masuk diatur sesuai dengan kebutuhan. Selain itu, aktifitas juga ditingkatkan

“Walk 30 minutes!”. Olah raga yang paling murah dan termudah yang bisa dipilih dan hasilnya pun cukup berhasil dalam menjaga kesehatan tubuh., lakukan kebiasaan hidup sehat dengan cara: Makan lebih banyak sayur-sayuran, buah-buahan, kacang-kacangan, dan whole grain. Kurangi asupan makanan berlemak dan manis. Tapi yang paling penting adalah selalu punya semangat untuk men ubah pola dan erilaku



HIDUP SEHAT TANPA OBESITAS



Oleh :

AMELIA SARI
NIM : 1814401093

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
TANJUNGPURUN
2021