

SAP PEMBUATAN JUS NANAS



OLEH:

HERLINA FEBRIYANTI

2014471052

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN KOTABUMI
TAHUN 2023**

SATUAN ACARA PENYULUHAN ASAM URAT (GOUT)

Pokok Bahasan : Penyakit Asam Urat (Gout)

Sub Pokok Bahasan : Terapi jus nanas Hari/

Tanggal : 21 Oktober 2025

Sasaran : N y. S

Waktu : 30 menit

Pelaksana : Herlina Febriyanti

I. TUJUAN

A. Tujuan Instruksional Umum

Setelah dilakukan keperawatan atau pendidikan kesehatan maka Ny. R mampumengetahui tentang perawatan penyakit asam urat dengan jus nanas .

B. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan sselama 30 menit tentang perawatanpenyakit asam urat dengan terapi jus nanas untuk mengobati jus nanas,diharapkan mampu :

1. Menjelaskan pengertian jus nanas
2. Menjelaskan manfaat jus nanas
3. Menjelaskan kontra indikasi jus nanas
4. Menjelaskan cara pembuatan jus nanas

II. POKOK-POKOK MATERI

1. Pengertian jus nanas
2. Manfaat jus nanas
3. Kontra indikasi jus nanas
4. Cara pembuatan jus nanas (MateriTerlampir)

III. METODE

- a. Diskusi
- b. Tanya Jawab

IV. MEDIA

1. Liflet
2. Media pembuatan jus nanas

V. KEGIATAN

No	Langkah	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	
1.	Pembukaan	5 menit	<ul style="list-style-type: none">✓ Membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan✓ memperkenalkandiri✓ Menentukan kontrak waktu dan member materi✓ Menyampaikandan menjelaskan tujuan penkes	Menjawab salam Melihat Menyimak
2.	Inti	15 Menit	<ul style="list-style-type: none">✓ Menanyakan kesiapan sasaran✓ Memberi pertanyaan persepsi✓ tentangmateri yang akan diberikan✓ Menjelaskan Tujuan Khusus✓ pendidikan kesehatan Menjelaskan materi Diskusi :<ul style="list-style-type: none">- Menjelaskan pengertian jus nanas- Manfaat jus nanas- Kontraindikasi jus nanas	Melihat Menyimak Memperhatikan Kooperatif Bertanya
3.	Penutup	7 Menit	<ul style="list-style-type: none">✓ Melakukan evaluasi✓ Melakukan tanya jawab✓ Melakukan kontak selanjutnya✓ Berpamitan mengucapkan salam	Menjawab peertanyaan Menjawab salam

VI. EVALUASI

1. Evaluasi structural
 - Media sudah siap
 - Tempat sudah siap
 - Pasien Sudah siap
2. Evaluasi Proses
 - Materi bisa disampaikan
 - Pasien antusias terhadap materi penyuluhan
3. Evaluasi Hasil
 - 90% pasien mengerti akan materi yang disampaikan
 - 90% pasien mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh penyuluh
 - 90% pasien berpartisipasi saat penyuluhan berlangsung

Daftar pertanyaan untuk pasien:

 1. Menjelaskan pengertian jus nanas
 2. Menjelaskan manfaat jus nanas
 3. Menjelaskan kontra indikasi jus nanas
 4. Menjelaskan cara pembuatan jus nanas

VII. DAFTAR PUSTAKA

Smeltzer, 2011 Program Study S-1 Keperawatan STIKES
Banyuwangi.2010.

Panduan Keterampilan Prosedur Lab KDM 2. Jawa Timur:
EGC

Lampiran Materi

TERAPI JUS UNTUK ASAM URAT

A. Pengertian

Buah nanas banyak kandungan zat gizi dan senyawa yang dibutuhkan oleh tubuh, nanas kaya akan vitamin A, C, kalsium, fosfor, magnesium, mangan, zat besi, thiamin, natrium, kalium, sukrosa(gula buah), serta enzim bromelain suatu enzim protease yang bekerja sebagai pemecah protein dan nanas juga banyak mengandung serat. Buah nanas mampu menurunkan asam urat.

B. Manfaat lain dari buah Nanas

1. Mempercepat penyembuhan luka
2. Memperlancar pencernaan
3. Sebagai pembersih

C. Kontra indikasi dari nanas

1. Kontra indikasi dengan gangguan gas asam lambung/ magh
2. Ibu hamil
3. Ibu menyusui
4. Alergi nanas
5. Untuk itu penderita diabetes , Mengandung kadar gula yang cukup tinggi.

Cara membuat :

1. Siapkan nanas yang sudah di kupas
2. Cuci bersih nanas yang ingin di jus
3. Setelah kita sudah menyiapkan bahan-bahannya, sekarang kita
4. Masuk kedalam proses pengolahannya.
5. Iris kecil-kecil buah nanas dan masukan ke dalam blender
6. Tambahkan 100 cc air putih lalu blender, sajikan dalam gelas tanpa ditambah gula
7. Cara minum : Jus nanas ini diminum 1x sehari sesudah makan

HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATKAN DALAM PEMBUATAN JUS JAMBU

BIJI MERAH

- Buah Nanas harus segar
- Buah Nanas matang optimal
- Buah Nanas dicuci terlebih dahulu
- Jus buah Nanas diminum setelah dibuat

- Waktu yang tepat mengkonsumsi jus jambu biji merah
Dosis : 150 gr jambu biji merah, 100 ml air

Lama konsumsi: Konsumsi jus buah nanas 1 kali sehari pada pagi hari setelah makan selama 1 minggu
Dosis: 150 gr buah nanas tanpa campuran



LANGKAH-LANGKAH PEMBUATAN JUS JAMBU BIJIMERAH

a. Alat dan bahan

- Blender
- Pisau
- Gelas / wadah jus nanas



b. Cara pembuatan

- Alat dan bahan disiapkan terlebih dahulu
- Kupas dan Cuci buah nanas sampai bersih
- Buah Nanas ditimbang 150 gr untuk 1 gelas jus
- Buah nanas dipotong sampai ukuran kecil
- Masukkan buah nanas ke dalam blender
- Masukkan air sebanyak 100 ml ke dalam blender
- Bahan tersebut di blender selama 1-2 menit sampai membentuk cairan/jus
- Masukkan jus ke gelas.

JUS BUAH NANAS UNTUK MENURUNKAN KADAR

ASAM URAT



Oleh:

HERLINA FEBRIYANTI

2014471052



Poltekkes Tanjung Karang

Prodi Keperawatan Kotabumi

T.A 2022/2023

ASAM URAT

APA ITU ASAM URAT ?

Arthritis gout (asam urat) merupakan penyakit akibat gangguan metabolisme purin yang diidai dengan hipemuremia dan serangan sinovitis akut yang berulang-ulang.

Pentingnya konsumsi buah dan sayur:

Buah dan sayur merupakan sumber vitamin, mineral dan serat yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan kesehatan tubuh. Sayur ataupun buah yang dikonsumsi secara teratur sebagai sumber vitamin , mineral dan serat, selain itu juga dapat membantu menurunkan tekanan darah pada lansia. Beberapa jenis buah ataupun sayur yang dapat menurunkan asam urat ya itu buah nanas.

Manfaat Buah Nanas

1. Menghambat peningkatan kadar asam urat
2. Mengurangi nyeri sendi
3. Memperkuat tulang
4. Mencegah terjadinya pembengkakan
5. Membantu urin mengeluarkan asam urat
6. Mengurangi
7. Mengurangi gejala asam urat secara bertahap



LEMBAR KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : Herlina Febriyanti

NIM : 2014471052

JURUSAN/PRODI : DIII Keperawatan Kotabumi

JUDUL LTA : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Mobilitas Fisik pada Kasus Gout Arthritis Ny. S di Desa Bandar Putih Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II Tanggal 21 - 23 Oktober 2022.

PEMBIMBING 1 : Hasti Primadila, S.Kp.,MKM

No	Tanggal	Materi Bimbingan	TTD
1	2	3	4
1	9 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki pengetikan - perbaiki judul - perbaiki tujuan umum dan tujuan khusus - tambahkan prevelensi penyakit asam urat - perbaiki spasi - perbaiki pathway 	+
2	19 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki dan rapikan pengetikan - discharge planning itu apa? - tambahkan diagnosa nyeri kronis - perbaiki tuk - tambahkan tuk dan tum 	+
3	24 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki monumt apa - perbaiki Ebaluai - tambahkan hal apa yang ingin ditertukan di renstra - awali paragraf menggunakan bahasa sendiri dalam penyampaian kdm 	+

1	2	3	4
4	30 Maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - lengkapi fenomena dilatar belakang - tambah prevalensi berurutan mulai dari dunia hingga lokasi penelitian 	A
5	31 Maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - awal paragraf menggunakan bahasa sendiri dalam penyampaian kdm - tujuan khusus perhatikan pedoman - pathway dirapikan dan penulisan sumber 	A
6	1 April 2023	<ul style="list-style-type: none"> - Pathway sesuai diagnosa di bab 3 - rapikan penulisan Bab 2 - rangkum pathofisiologi - bab 3 : lengkapi data diwajar penyakit sekoran 	A
7	11 April 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perhatikan li identifikasi - perbaiki penulisan bio data - perbaiki dari data kuman ke penulisan 	A
8	12 April 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perhatikan data mayor dan minor manng - manng diagnosa - perhatikan penulisan tabel intervensi dan outcome perbaiki tabel 	A
9	13 April 2023	<ul style="list-style-type: none"> - Penambahan lebih penjelasan di bab 4 - Bab 4 tambahkan teori yang terkait - kesimpulan di paragraf sesuai Bab 3 - saran sesuai manfaat. 	A

1	2	3	4
10.	18 april 2023	<ul style="list-style-type: none"> - pathway sesuai dengan diagnosa di bab 3 - perbaiki fenda baca rumbar baru gambar - bab 4 tambahkan tuk dan tun 	A
11	20 apr/2023	<ul style="list-style-type: none"> - BAB V perbaiki konstanta dengan hari pembahasan - BAB III tambahkan diagnosa - rapikan pengetikan disarankan pada waktu di mang (A
12	4 mei 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki abstrak - tambahkan abstrak dan tuk & tun tidak usah ada halaman - tidak di bold - Manukin ke dalam daftar in 	A
13	5 mei 2023	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluasi - tuk 1 di capai kapan - tuk 2 kapan - kesimpulan mampu peningkatan keluarga d-d tingkatan apa? - pembahasan dituliskan sudah sampai tuk berapa 	A
14.	9 mei 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki saran-saran terdahulu rapikan pengetikan, perbaiki penulisan pustaka, perbaiki penulisan konstanta data pada pengetikan dan analisis data. 	A
15	14 mei 2023	<p>Bab III</p> <ul style="list-style-type: none"> - aspek belum terlihat intervensi yg berkaitan dengan tuk <p>Bab IV</p> <ul style="list-style-type: none"> - Belum membahas tentang peran 	A

1	2	3	4
16	26 / 05 2015	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki sumber - perbaiki intonasi - perbaiki suran - perbaiki bab v - tambahkan fungsi keparawatan - tambahkan diagnosa keparawatan - perbesar foto menurut marlow - perbesar foto menurut marlow - perbaiki diagram - perbaiki komunikasi pathway - perbaiki gaya format per - perbaiki penutup keluarga 	f
17	29 / 05 2015	ACC	f

LEMBAR KONSULTASI LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)

NAMA : Herlina Febriyanti

NIM : 2014471052

JURUSAN/PRODI : DIII Keperawatan Kotabumi

JUDUL LTA : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Mobilitas Fisik pada Kasus Gout Arthritis Ny. S di Desa Bandar Putih Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II Tanggal 21 - 23 Oktober 2022.

PEMBIMBING 2 : Sono, S.Kp., M.Kep

No	Tanggal	Materi Bimbingan	TTD
1	2	3	4
1	15/04/2023	- perbaiki fenda baca Eyp - perbaiki table - perbaiki span - perbaiki judul	f
2.	20/04/2023	- perbaiki pengantar - Rapikan paragraf. - perbaiki span	f
3.	30/04/2023	→ - perbaiki urutan menurut pedoman penggunaan fenda baca yg tepat (perbaiki lagi) - tabel	f
4	31/04/2023	→ bila diperbaiki Rata kanan kiri dan paragraf.	f

1	2	3	4
1.	1 / 6T 2023	- masih banyak yang kosong bagian belakang, maka di perbaiki kembali	+
6.	1 / 6T 2023	- daftar ini ditulis dengan format bukan angka - Perbaiki opah	+
7.	15 / 6T 2023	- Perbaiki fable, harus ada judul fable dan hap fabelnya	+
8.	20 / 6T 2023	- Perbaiki kembali sesuai Eyd dan modul itu.	+
9.	31 / 0T 2023	bila sudah diperbaiki. <u>ACC</u>	+