

SAP PEMBUATAN JUS NANAS



OLEH:

HERLINA FEBRIYANTI

2014471052

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGKARANG
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 materiDiskusi :<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 penyuluhan
 - 90% pasien berpartisipasi saat penyuluhan berlangsung Daftarpertanyaan 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 ditambahgula
7. Cara minum : Jus nanas ini diminum 1x sehari sesudah maka

JUS BUAH NANAS UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM URAT



Oleh:

HERLINA FEBRIYANTI

2014471052



Pelakkes Tarjung Karang
Prodi Keperawatan Kotabumi

T.A 2022/2023

LANGKAH-LANGKAH PEMBUATAN JUS JAMBU BIJI MERAH

a. Alat dan bahan

1. Blender
2. Pisau
3. Gelas / wadah jus nanas



b. Cara pembuatan

1. Alat dan bahan disiapkan terlebih dahulu.
2. Kulup dan Cuci buah nanas sampai bersih.
3. Buah Nanas ditumbang 150 gr untuk 1 gelas jus.
4. Buah nanas dipotong sampai ukuran kecil.
5. Masukkan buah nanas ke dalam blender.
6. Masukkan air sebanyak 100 ml ke dalam blender.
7. Bahan tersebut diblennder selama 12 menit sampai membenut cairan jus.
8. Masukkan jus ke gelas.

HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN DALAM PEMBUATAN JUS JAMBU

BUJI MERAH

- a. Buah Nanas harus segar
- b. Buah Nanas matang optimal
- c. Buah Nanas dicuci terlebih dahulu
- d. Jus buah Nanas diminum setelah dibuat

- e. Waktu yang tepat memkonsumsi 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 sekali

Dosis : 150 gr buah nanas tanpa campuran



ASAM URAT

APA ITU ASAM URAT ?

Arthritis gout (asam urat) merupakan penyakit akibat gangguan metabolisme purin yang diandai dengan hipertensi dan terjangkaun sinusitis akut yang berulang-ulang.

sayur;

Pentingnya konsumsi buah dan

Buah dan sayur merupakan sumber yang

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 yaitu buah

nanas.

Manfaat Buah Nanas

1. Menghangatkan peringkatkan kadar asam urat
2. Mengurangi nyeri sendi
3. Menguatkan tulang
4. Mengelelah
5. Membaruu urin mengeluarakn
6. Mengurangi asam urat
7. Mengurangi gula dalam urat secara berlebih



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 prevalensi penyakit asam urat - perbaiki par - perbaiki pathway 	+
2	19 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki dan rapikan pengetikan - discharge planning itu apa ? - tambahkan diagnosis nyeri kronis - perbaiki fuk - tambahkan fuk dan fum 	+
3	29 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki menurut apa - perbaiki Evaluasi - tambahkan hal apa yang ingin dilakukan di renstra - awali paragraf menggunakan bahasa sendiri dalam penyampaian 	+

1	2	3	4
4	30 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - lengkap fenomena dilatar belakangi tambah prevalens berurutan mulai dan dunia hingga lokasi penelitian 	✓
5	31 maret 2023	<ul style="list-style-type: none"> - aval paragraf menggunakan bahasa sendiri dalam penyampaian kdm - tujuan khusu perhatikan pedoman - pathway dirapikan dan penulisan Rumber 	✓
6.	1 april 2023	<ul style="list-style-type: none"> - pathway sesuai diagnosis dibab 3 - rapikan penulisan BAB 2 - rangkum pathofisiologi - bab 3 : lengkap data diriwayat penyakit sekutu 	✓
7	11 april 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perhatikan Iki identifikasi - perbaiki penulisan biodata - perbaiki dari data tanan ten penulisan 	✓
8 .	12 april 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perhatikan data mayor dan minor manng - manng diagnosis - perhatikan penulisan tabel Intervensi dan catatan perbaiki table 	✓
9	13 april 2023	<ul style="list-style-type: none"> - penambahan lebih deskripsi dibab 4 - Bab 4 tambahkan feni yang terkait - kumpulan di peringkat Praktis Bab 3 - saran sesuai manfaat . 	✓

1	2	3	4
10.	18 april 2023	<ul style="list-style-type: none"> - photoway sesuai dengan diagnosis dibab 3 - perbaiki fonta baca rumber dan gambar - bab 4 tambahkan fuk dan tunc 	↓
11	20 apnl 2023	<ul style="list-style-type: none"> - Bab 6 perbaiki konsteni dengan hasil pembahasan - Bab III tambahkan diagnosis - rapatkan pengetahuan disarankan pada waktu di mang C 	↓
12	1 mei 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki abstrak - tambahkan abstrak dan fuk & tunc - tidak usah ada halaman - tidak di bold - Manuskrip dalam daftar ini - Evaluasi 	↓
13	5 mei 2023	<ul style="list-style-type: none"> - fuk 1 dicapai kapan - fuk 2 kapan - terimpulasi mampu peningkatan keluarga d-d tingkat apa? pembahasan dituliskan sudah sampai teleologi 	↓
14.	9 mei 2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki saran-saran terdahulu - rapatkan pengetahuan, perbaiki penulisan pustaka, perbaiki penulisan konsteni data pada pengketahan dan analisis data 	↓
15	14 mei 2023	<p>Bab II</p> <ul style="list-style-type: none"> - aspek belum terlengkap intervensi yg berkaitan dengan fuk - Bab IV - Belum membahas tentang parah 	↓

1	2	3	4
1.	26/05 ²⁰¹⁵	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki sumber - perbaiki intervensi - perbaiki saran - perbaiki hasil ✓ - tambahkan fungsi tipepasien - tambahkan diagnosis tipepasien - perbesar foto menunt maslow - perbesar foto menunt maslow - perbaiki program - perbaiki penulisan pathway - perbaiki foto saran per - perbaiki penjelasan keluarga . 	+
2.	29/05 ²⁰¹⁵	ACC .	+

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.	15/09/2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki tanda baca EYP - perbaiki tabel - perbaiki span - perbaiki judul 	+
2.	20/09/2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki pengembangan - papahleen paragraf - perbaiki span 	+
3.	30/09/2023	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki urutan menurut pedoman penggunaan tanda baca yg lepat (perbaiki lagi) - tabel 	+
4	31/09/2023	<ul style="list-style-type: none"> -> bilh diperbaiki Rata kanan kiri. dan paragraf . 	+

1	2	3	4
7.	15/10/2023 65	- matih banyak yang kosong bagian belakah, maka di perbaiki kembali	f
6.	1/10/2023 65	- dapat isi ditulis dengan formasi bukan angka - perbaiki spasi	f
7.	15/10/2023 65	- perbaiki fable, harus ada judul fable dochap fabelnya	f
8.	20/10/2023 65	- perbaiki kembali sesuai tyd dan modul Itu	f
9.	11/10/2023	bila sudah diperbaiki <u>ACC</u>	f