

LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed consent*

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

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : H. Sumadi
Jenis kelamin : Laki-Laki
Tempat, tanggal lahir : Yogyakarta, 12 Juni 1976
Alamat : Jl. Imam Bonjol Gg. Pesantren II LK 2
Sumeurejo Kamitng Bandar Lampung

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

Nama : Rahma Sari MSB
Jenis kelamin : Perempuan
NIM : 181420013
Prodi : VIII Keperawatan
Tempat, tanggal lahir : Bandar Lampung, 29 Mei 2000
Alamat : Jl. Taker Indah Gg. Kayu Maris Majidana Lampung Selatan

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.

Bandar Lampung, 15 Februari 2021

Pasien, Mahasiswa,


H. Sumadi


Rahma Sari MSB

Dipinda dengan CamScanner

Lampiran 2. Lembar konsultasi bimbingan 1

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

**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING UTAMA**

Nama Mahasiswa : Rahma Sari Hsg
 NIM : 1819401113
 Pembimbing Utama : Ms. Ruchiyati, S.Kep., MM

Judul Tugas Akhir : "Asuhan Keperawatan Gangguan Nyeri Kronis Pada Keluarga Bapak S Khairuzzaq Ihu J Dengan Asam Urat Meringsot Tubuh Lansia Di Sumbersejo Kemiring Bandar Lampung Tahun 2021". 1

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	19/2-2021	Konsul judul		
2	19/3-2021	Acc judul		
3	20/03-2021	Konsul BAB I		
4	07/04-2021	Perbaiki latar belakang dan fokus redaksi		
5	20/04-2021	Perbaiki latar belakang lanjut Bab 1 dan 2		
6	06/05-2021	BAB II dan BAB III		
7	21/05-2021	Konsul BAB IV		
8	21/5-2021	Acc Ujian GSA		
9	08/06-2021	Abstrak tambahkan tentang nyeri		
10	16/06-2021	Latar belakang berfokus pada nyeri		
11	25/06-2021	Tambahkan pengajian nyeri		
12	30/06-2021	Acc Cetak GSA		

Bandar Lampung, 30 Juni 2021
 Pembimbing Utama

 Ms. Ruchiyati, S.Kep., MM

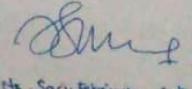
Lampiran 3. Lembar konsultasi bimbingan 2

	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 : Rahma Sari H&B
 NIM : 181490113
 Pembimbing Pendamping : Ns. Sary Febriny, S.Kep. MN
 Judul Tugas Akhir : Asuhan Keperawatan Gangguan Nyeri Kronis Pada Keluarga Bapak S khususnya Ibu J Dengan Asam Urat Menyakit Takip Lansia Di Sumbersejo Kemuning Bandar Lampung Tahun 2021

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf Pembimbing
1	17/03 Rabu 2021	ACC Judul		f
2	09/04 Jumat 2021	Perbaiki paragraf, titik, koma, dan huruf kapital		f
3	22/04 Kamis 2021	Buat tabel tambahan sumber, lampiran, tabel font 10 spasi 1.0, penulisan sistematika		f
4	04/05 Rabu 2021	cek kembali apakah sistematika sesuai dengan pedoman		f
5	27/05 Kamis 2021	ACC ujian LTA		f
6	08/06 Rabu 2021	Daftar isi romawi perhatikan jarak		f
7	14/06 Senin 2021	Penulisan data penghasihan		f
8	16/06 Jumat 2021	Perhatikan jarak		f
9	21/06 Senin 2021	Cek kembali daftar pustaka		f
10	24/06 Kamis 2021	Tambahkan satuan Acara Penyuluhan		f
11	29/06 Selasa 2021	Halaman pada judul di bagian bawah		f
12	01/07 Kamis 2021	ACC cetak LTA		f

Bandar Lampung, 01 Juli 2021
 Pembimbing Pendamping

 Ns. Sary Febriny, S.Kep. MN

Lampiran 4. Lembar perbaikan dan masukan

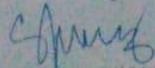
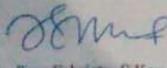
	POLTEKES KEMENKES TANJUNGGARANG	KODE :	
	Formulir Masukan & Perbaikan KTI / Skripsi / LTA	TGL :	
		REVISI :	
		HALAMAN : 1 dari 1 Halaman	

LEMBAR MASUKAN DAN PERBAIKAN

Nama Mahasiswa : Rahma Sari HSB
 NIM : 1814401113
 Prodi : DIII Keperawatan Tanjungkarang
 Tanggal : 3 Juni 2021
 Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Gangguan Nyeri Kronis Pada Keluarga Bapak S Khususnya Ibu J Dengan Asam Urat Meningkat Tahap Lansia Di Sumberrejo Kemiling Bandar Lampung Tahun 2021

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Ket. Perbaikan	
			Belum	Sudah
I	Kamis, 3 Juni 2021	a. Judul perbaiki masalah utamanya nyeri atau gangguan rasa nyaman b. Pada abstrak tambahkan tentang nyeri c. Daftar isi romawi perhatikan jarak d. Latar belakang berfokus ke nyeri atau gangguan rasa nyaman		✓
II		a. Tambahkan tipe dan struktur keluarga b. Tambahkan pengkajian nyeri c. Hal.27 tambahkan untuk Dx istrinya dari SDKI d. Hal 28 tambahkan untuk SIKI istrinya e. Hal 29 tambahkan tabel SLKI untuk masalah utama saja f. Tambahkan diagnosa pembanding untuk gangguan nyeri kronis g. Pada 5 tugas keluarga diuraikan dengan penjelasan		✓
III		a. Masih bahasa proposal, rubah dibahasa hasil sesuaikan b. Perbaiki tentang data primer dan sekunder penulis bukan penelitian		✓
IV		a. Penulisan data penghasilan b. Pengkajian kaitkan dengan masalah c. Pemeriksaan fisik ekstermitas atas dan bawah pada kekuatan otot d. Hal 72 tambahkan tentang gastritis di bab 2 e. Hal 74 bandingkan DO gangguan nyeri di bab 2 f. Intervensi utama diperbaiki sesuai observasi, terapeutik, edukasi, kolaborasi g. TUK tidak harus tercapai semua sehingga bisa dimasukkan disaran		✓
V		a. Saran yang seharusnya untuk keluarga b. Cek kembali daftar pustaka		✓

Bandar Lampung, 05 Juli 2021

Ketua Penguji	Anggota Penguji I	Anggota Penguji II
		
Tumiar Sornin, S.K.M., M.Kes NIP. 195804241985032004	Ns. Sary Febriaty, S.Kep., MM NIP. 198202112009022003	Rohayati, S.Kep., M.Kes NIP. 196412301991032000

Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur relaksasi nafas dalam

Standar Operasional Prosedur

Kompetensi : Relaksasi nafas dalam

Pengertian : Metode efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien yang mengalami nyeri kronis.

Tujuan : Dapat mengurangi ketegangan otot, rasa jenuh, kecemasan sehingga mencegah menghebatnya stimulasi nyeri

Prosedur pelaksanaan :

Tahap prainteraksi

1. Mencuci tangan

Tahap orientasi

2. Memberikan salam terapeutik
3. Validasi kondisi pasien
4. Menjaga privacy pasien
5. Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan kepada pasien dan keluarga

Tahap kerja

6. Berikan kesempatan kepada pasien dan keluarga untuk bertanya jika ada yang kurang jelas
7. Atur posisi pasien yang nyaman/rileks
8. Minta pasien nafas dalam sehingga rongga paru berisi udara
9. Hembuskan udara melalui mulut secara perlahan dan minta pasien menikmatinya
10. Ulangi teknik nafas dalam selama 3x atau sampai nyeri berkurang
11. Setelah pasien merasakan ketengan, minta pasien untuk melakukan secara mandiri

Tahap terminasi

12. Evaluasi hasil kegiatan
13. Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya
14. Akhiri kegiatan dengan baik dan cuci tangan

Dokumentasi

15. Catat waktu pelaksanaan tindakan dan respon pasien

Lampiran 6. Standar Operasional Prosedur kompres hangat jahe

Standar Operasional Prosedur (SOP)

Kompetensi : Kompres air hangat rebusan jahe

Pengertian : Pemberian kompres hangat di bagian sendi yang mengalami nyeri

Tujuan : Mengurangi nyeri

Persiapan alat : 1. Baskom/ember berisi air hangat

2. Handuk/washlap

3. Jahe

4. Handscoen

Pre interaksi

1. Kaji kebutuhan tindakan kompres hangat jahe
2. Identifikasi faktor atau kondisi yang dapat menyebabkan kontraindikasi
3. Siapkan alat dan bahan

Tahap orientasi

4. Beri salam
5. Jelaskan tujuan, prosedur dan waktu tindakan kepada klien/keluarga

Tahap kerja

6. Beri kesempatan klien/keluarga bertanya sebelum kegiatan dilakukan
7. Menanyakan keluhan utama klien
8. Jaga privasi klien
9. Cuci tangan dan memakai handscoen
10. Siapkan satu atau dua rimpang jahe
11. Kupas kulit jahe lalu bersihkan dengan air mengalir
12. Potong jahe yang sudah dibersihkan menjadi beberapa bagian kecil lalu panaskan diatas kompor sampai mendidih
13. Tuangkan rebusan air jahe ke dalam ember dan campur dengan sedikit air mentah hingga suhu air menjadi hangat-hangat kuku.
14. Kompreskan air parutan jahe pada persendian yang nyeri, bengkak bahkan kemerahan menggunakan washlap
15. Lakukan kompres selama 10-15 menit pada area yang nyeri dan ulangi beberapa kali atau sampai nyeri berkurang

16. Setelah kompres hangat jahe dilakukan, yakinkan klien dalam keadaan kondisi kering dan nyaman
17. Klien dan lingkungan dibersihkan/dirapihkan
18. Lepas handscon dan cuci tangan

Terminasi

19. Evaluasi hasil kegiatan
20. Berikan umpan balik positif
21. Kontrak pertemuan selajutnya

Dokumentasi

22. Catat hasil kegiatan di dalam catatan keperawatan

Lampiran 7. Pembagian makan sehari

Pembagian Makan Sehari

Pembagian makan sehari pada penderita asam urat disesuaikan dengan kebutuhan gizi, pola makan, kebiasaan makan, dan selera makan penderita.

Waktu dan Bahan Makanan	Diet Rendah Purin I (1.500 kkal)
Makan pagi (pukul 07.00)	
Beras	100 g = 1 gelas nasi
Telur ayam	50 g = 1 butir
Sayuran	50 g = ½ gelas
Minyak	5 g = ½ sdm
Tepung susu krim	20 g = 4 sdm
Gula pasir	10 g = 1 sdm
Selingan pagi (pukul 10.00)	
Buah	100 g = 1 ptg sedang pepaya
Makan siang (pukul 13.00)	
Beras	75 g = ¼ gelas nasi
Ikan	50 g = 1 ptg sedang
Tempe	25 g = 1 ptg sedang
Sayuran	100 g = 1 gelas
Buah	100 g = 1 ptg sedang pepaya
Minyak	5 g = ½ sdm
Selingan sore (<i>snack sore</i>) (pukul 16.00)	
Buah	100 g = 1 ptg sedang pepaya
Makan malam (pukul 19.00)	
Beras	75 g = ¼ gelas nasi
Ayam	50 g = 1 ptg sedang
Tempe	25 g = 1 ptg sedang
Sayuran	100 g = 1 gelas
Buah	100 g = 1 ptg sedang pepaya
Minyak	5 g = ½ sdm

Sumber : (Rina et al. 2014)

Keterangan :

Sdm = sendok makan

Ptg = potong

Lampiran 8. Leaflet asam urat

PENYEBAB ASAM URAT

1. Faktor genetik atau keturunan
2. Penumpukan asam urat di dalam sendi
3. Mengonsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan
4. Mengonsumsi minuman beralkohol dan minuman manis berlebihan
5. Penurunan fungsi ginjal
6. Pemberian obat diuretik dan sejumlah obat-obatan

TANDA DAN GEJALA ASAM URAT

1. Nyeri bagian otot, persendian pinggang, lutut, dan punggung rasa nyeri dirasa di pagi hari maupun malam hari dan bertambah parah dan hebat pada saat udara dingin atau musim penghujan
2. Timbulnya pembengkakan, kemerahan
3. Muncul rasa linu dan kesemutan yang sangat parah

APA ITU ASAM URAT ???

Asam urat adalah penyakit yang menyerang persendian-persendian tubuh akibat mengonsumsi zat purin secara berlebihan. Zat purin adalah zat yang terdapat dalam setiap makanan yang berasal dari makhluk hidup, artinya semua makanan yang di makan mengandung zat purin termasuk sayuran dan buah-buahan. Purin normal dalam tubuh mencapai 1000mg/hari. Asam urat umumnya menyerang sendi jari tangan&kaki, tumit, sikut dan lutut Kadar normal asam urat 3,5-7 mg/dL untuk pria dan 2,6-6 mg/dL untuk wanita

Leaflet Mengenal & Merawat Asam Urat di Rumah

Disusun Oleh :

RAHMA SARI HSB
1814401113
TINGKAT 3 REG 3
DIII KEPERAWATAN TJK
POLITEKNIK KESEHATAN
TANJUNG KARAN
TAHUN 2021

Upaya Mengurangi Rasa Nyeri Dengan Kompres Hangat Jahe

1. Kupas jahe lalu bersihkan dengan air mengalir
2. Parut jahe yang sudah dibersihkan dan campurkan pada air hangat
3. Kompreskan air parutan jahe pada persendian yang nyeri, bengkak bahkan kemerahan.
4. Tunggu 15-20 menit hingga terasa hangat dan rasa nyeri berkurang

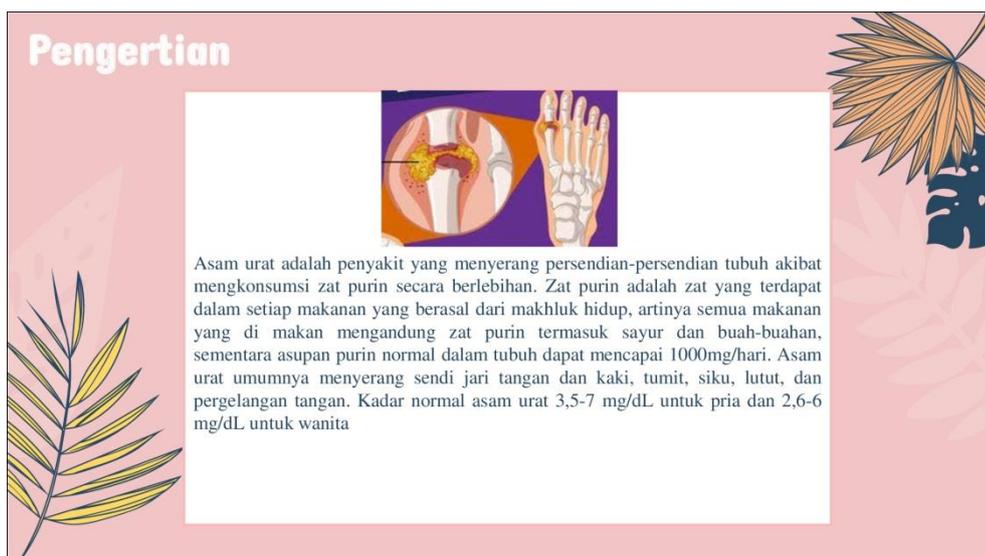
Upaya Mengurangi Rasa Nyeri Dengan Relaksasi Nafas Dalam

1. Mengambil posisi yang nyaman/rileks
2. Minta klien untuk napas dalam melalui hidung lalu hembuskan melalui mulut secara perlahan
3. Ulangi teknik napas dalam selama 3x atau sampai nyeri berkurang

**Diet bagi penderita asam urat**

- Sumber karbohidrat: [dianjurkan]: nasi putih, beras merah, jagung, ubi, singkong [dibatasi]: roti
- Protein hewani: [dianjurkan]: telur, susu rendah lemak [dibatasi]: daging, ayam, ikan tongkol [hindari]: jeroan, sarden
- Protein nabati: [batasi]: tempe, tahu mak.50 gr/hr, kacang hijau&tanah 25 gr/hr
- Sayuran: [dianjurkan]: pare, oyong, timun, labu siam, [dibatasi]: buncis, kangkung, kembang kol mak.100gr/hr
- Buah:[hindari]: durian
- Minuman: {dianjurkan}: air putih[hindari] minuman berakhol&bersoda

Lampiran 9. Lembar bolak balik asam urat



Penyebab



Faktor Genetik



Mengonsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan



Mengonsumsi minuman manis berlebihan



Terdapat gangguan pengeluaran asam urat di ginjal



Penggunaan obat diuretik dan sejumlah obat-obatan



Mengonsumsi tinggi purin

Tanda dan Gejala Asam Urat



1. Nyeri bagian otot, persendian pinggang, lutut, dan punggul rasa nyeri dirasa di pagi hari maupun malam hari dan bertambah parah dan hebat pada saat udara dingin atau musim penghujan

• 2. Timbulnya pembengkakan, kemerahan

3. Muncul rasa linu dan kesemutan yang sangat parah

Dampak



Terdapat benjolan/tofi di sekitar area yang mengalami radang



Terjadi kerusakan sendi permanen



Terjadi kerusakan ginjal

Diet makanan yang baik

01 Sumber karbohidrat

Dianjurkan: nasi putih, bihun, nasi merah, jagung, ubi, singkong.
Batasi: roti

02 Sumber Protein Hewani

Dianjurkan: telur dan susu rendah lemak. Batasi: daging, ayam, ikan tongkol, kerang, udang dibatasi 50gr/hari.
Hindari: jeroan, sarden

03 Sumber Protein nabati

Dianjurkan: tempe dan tahu mak.50 gr/hari, kacang-kacangan (kacang hijau,tanah, kedelai) mak.25 gr/hari

04 Sayuran

Dianjurkan: wortel, labu siam, terong, pare, oyong, timun, tomat, kacang panjang, selada.
Dibatasi: bayam, buncis, kangkung, kembang kol, jamur mak. 100gr/hari.

05 Buah

Dianjurkan: semua buah yang mengandung vit B,C,E.
Hindari: durian

06 Bumbu

Hindari: penggunaan santan dan makanan yang digoreng

Cara mengurangi nyeri di rumah dengan relaksasi napas



1. Atur posisi yang nyaman/rileks
2. Minta klien untuk napas dalam melalui hidung lalu hembuskan melalui mulut secara perlahan
3. Ulangi teknik napas dalam selama 3x atau sampai nyeri berkurang

Cara mengurangi nyeri di rumah dengan kompres hangat jahe

1. Kupas jahe lalu bersihkan dengan air mengalir
2. Parut jahe yang sudah dibersihkan dan campurkan pada air hangat
3. Kompreskan air parutan jahe pada persendian yang nyeri, bengkak bahkan kemerahan.
4. Tunggu 15-20 menit hingga terasa hangat dan rasa nyeri berkurang



Lampiran 10. Satuan Acara Penyuluhan (SAP) asam urat

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Pembahasan	: Mengenal asam urat
Sub Pokok Pembahasan	: Asam urat dan cara merawat asam urat
Sasaran	: Keluarga dan pasien asam urat
Tanggal	: 16,17,19 Februari 2020
Jam/Waktu	: 10.00-11.00 (60 Menit)
Tempat	: Jl. Sumberrejo Kemiling Bandar Lampung
Pemvuluh	: Rahma Sari HSB

A. Analisa Situasi

Asam urat adalah penyakit yang menyerang persendian-persendian tubuh akibat mengkonsumsi zat purin secara berlebihan.

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya.

Hasil pengkajian didapatkan bahwa Ibu J sedang mengalami nyeri persendian terasa berdenyut dan tampak bengkak pada kedua lutut dan ibu jari kaki sebelah kanan dengan skala nyeri 6 dan nyeri hilang timbul selama 30 menit, nyeri dirasa terutama pada malam hari. Keluarga belum mengetahui pengertian, penyebab nyeri sendi yang terjadi pada Ibu J yang terkadang bengkak serta keluarga belum mengetahui tanda dan gejala dari asam urat.

B. Diagnosa Keperawatan

Nyeri kronis b/d ketidakmampuan keluarga mengenal penyakit asam urat

C. Tujuan

1. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan promosi kesehatan ini selama 60 menit diharapkan keluarga pasien dapat memahami tentang asam urat dan cara merawat pasien asam urat untuk mengurangi rasa nyeri.

2. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mengikuti kegiatan promosi kesehatan ini selama 60 menit diharapkan keluarga pasien asam urat dan keluarga dapat :

- a. Menjelaskan tentang asam urat : pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak lanjut, dan cara merawat pasien asam urat
- b. Mendemonstrasikan tindakan latihan nafas dalam
- c. Mendemonstrasikan tindakan kompres hangat jahe
- d. Mendemonstrasikan pemberian makan sehari pada pasien asam urat

D. Isi Materi

1. Mengenal asam urat : pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak lanjut, dan cara merawat pasien asam urat
2. Mendemonstrasikan tindakan latihan nafas dalam
3. Mendemonstrasikan tindakan kompres hangat jahe
4. Mendemonstrasikan pemberian makan sehari pada pasien asam urat

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
 - c. Konsultasi kepada pembimbing
 - d. Roleplay mandiri

2. Pelaksanaan promosi kesehatan

No	Kegiatan	Penyuluh	Peserta
1	Pembukaan (15 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri. 2. Menjelaskan tujuan 3. Kontrak waktu 4. Menjelaskan tata tertib 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan dan menyimak 3. Mendengarkan dan menyimak 4. Mendengarkan dan menyimak
2	Isi (30 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan tentang asam urat: pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak lanjut, dan cara merawat pasien asam urat 2. Mendemonstrasikan tindakan latihan nafas dalam 3. Mendemonstrasikan kompres hangat jahe 4. Mendemonstrasikan pemberian makan sehari pasine asam urat 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mendengarkan dan menyimak 2. Mendengarkan dan menyimak 3. Menyimak 4. Memerhatikan dan mencoba di tempat duduk masing-masing
3	Penutup (15 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimpulkan pertemuan dan menutup acara 2. Mengucapkan salam 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyimak 2. Menjawab salam

H. Evaluasi

1. Evaluasi Struktural

- a. Ruang yang dipakai kondusif
- b. Alat dan sarana yang diperlukan berfungsi dengan baik
- c. Petugas dan peserta hadir tepat waktu
- d. Penyelenggaraan dilaksanakan di rumah pasien Sumberrejo Kemiling Bnadar Lampung
- e. Pengorganisasian penyelenggaraan dilaksanakan sebelumnya

2. Evaluasi proses

- a. petugas menguasai tugasnya
- b. proaktif sasaran
- c. 80% keluarga dapat menjawab definisi asam urat
- d. 80% keluarga dapat menjawab tanda dan gejala pada asam urat
- e. 80% keluarga dapat menjawab penyebab terjadinya asam urat dengan benar

- f. 80% keluarga dapat mendemonstrasikan tentang teknik tindakan relaksasi nafas dalam dengan benar
- g. 80% keluarga dapat mendemonstrasikan tentang tindakan kompres hangat jahe dengan benar
- h. 80% keluarga dapat mendemonstrasikan tentang tindakan contoh menu makanan sehari pasien asam urat