

## **LAMPIRAN**

**Lampiran 1**

**SAP (Satuan Acara Penyuluhan)**



**Disusun Oleh:**

**NOVITA LISTIANI**

**20144711010**

**TINGKAT III REGULER 1**

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG**

**PRODI DIII KEPERAWATAN KOTABUMI**

**TAHUN AKADEMIK 2022**

## SATUAN ACARA PENYULUHAN GOUT ARTHRITIS

Pokok bahasan	: <i>Gout Arthritis</i>
Sub pokok bahasan	: 1. Pengertian <i>Gout Arthritis</i> 2. Penyebab <i>Gout Arthritis</i> 3. Proses terjadinya <i>Gout Arthritis</i> 4. Tanda dan gejala <i>Gout Arthritis</i> 5. Pencegahan <i>Gout Arthritis</i> 6. Terapi komplementer <i>Gout Arthritis</i>
Sasaran	: Ny. H
Waktu	: 15 menit (10.30-10.45)
Tanggal	: 12 Oktober 2022
Tempat	: Rumah Ny. H
Pelaksana	: Novita Listiani

### **A. Tujuan Umum**

Setelah mendapat penyuluhan selama 15 menit Tentang Gout Arthritis diharapkan Ny. H mampu memahami dan mengerti tentang penyakit asam urat.

### **B. Tujuan Khusus**

Setelah mengikuti penyuluhan tentang Gout Arthritis selama 15 menit diharapkan Ny. H mengetahui dan memahami tentang:

2. Pengertian *Gout Arthritis*
3. Penyebab *Gout Arthritis*
4. Proses terjadinya *Gout Arthritis*
5. Tanda dan gejala *Gout Arthritis*
6. Pencegahan *Gout Arthritis*
7. Terapi komplementer *Gout Arthritis*

### C. Materi

1. Pengertian *Gout Arthritis*
2. Penyebab *Gout Arthritis*
3. Menjelaskan proses terjadinya *Gout Arthritis*
4. Tanda dan gejala *Gout Arthritis*
5. Pencegahan *Gout Arthritis*
6. Terapi komplementer *Gout Arthritis*

### D. Metode

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

### E. Media

1. Leaflet

### F. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahapan	Kegiatan		Waktu
		Penyuluhan	Sasaran	
1	2	3	4	5
1.	Pembukaan	a. Mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri c. Menyampaikan tentang tujuan dan kontrak waktu	a. Menjawab salam b. Mendengarkan dan menyimak c. Bertanya mengenai perkenalan dan tujuan jika ada yang kurang jelas	3 menit
2.	Penyampaian Materi atau inti	a. Penyampaian materi 1) Menjelaskan pengertian <i>Gout Arthritis</i> 2) Menjelaskan penyebab <i>Gout Arthritis</i> 3) Menjelaskan proses terjadinya <i>Gout Arthritis</i> 4) Menjelaskan tanda gejala <i>Gout Arthritis</i> 5) Menjelaskan	a. Mendengarkan dan menyimak b. sasaran dapat menjawab pertanyaan yang diberikan b. Bertanya mengenai hal-hal yang kurang jelas c. Mendengarkan jawaban diberikan	9 menit

1	2	3	4	5
		pencegahan Gout Arthritis 6) Menjelaskan terapi komplementer Gout Arthritis b. Tanya Jawab c. Memberi kesempatan kepada klien untuk bertanya mengenai hal-hal yang kurang jelas d. Menjawab pertanyaan dari klien	jawaban yang diberikan	
3.	Penutup	a. Menyampaikan kesimpulan b. Mengakhiri pertemuan c. Mengucapkan salam	a. Mendengarkan dan memperhatikan b. Mendengarkan c. Menjawab salam	3 menit

### G. Evaluasi

Diharapkan mampu:

1. Menjelaskan pengertian Gout Arthritis
2. Menjelaskan penyebab Gout Arthritis
3. Proses terjadinya asam urat
4. Menjelaskan tanda dan gejala Gout Arthritis
5. Menjelaskan pencegahan Gout Arthritis
6. Menjelaskan terapi komplementer Gout Arthritis

## MATERI GOUT ARTHRITIS

### A. Pengertian Gout Arthritis

Asam Urat merupakan terjadinya peningkatan kadar asam urat di dalam darah yang melampaui batas normal yang menyebabkan pengendapan Kristal asam urat, pengendapan ini mengakibatkan nyeri sendi, terdapat benjolan, pembengkakan sendi, dan pergerakan sendi menjadi terbatas. Pada pria normal kadar asam urat yaitu 3,0-7,0 mg/dl dan pada wanita 2,4-6,0 mg/dl (Utomo et al., 2022).

### B. Penyebab Gout Arthritis

Asam urat ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu :

1. Faktor keturunan
2. Faktor hormonal
3. Pola makan, mengkonsumsi makanan yang tinggi purin
4. Usia
5. Jenis Kelamin

### C. Proses terjadinya Gout Arthritis

Jika terjadi peningkatan kadar asam urat dalam darah, hal ini menyebabkan ginjal tidak dapat mengaturnya sehingga akan terjadi penumpukan asam urat pada jaringan dan sendi. Asam urat yang menumpuk ini akan membentuk kristal asam urat yang ujungnya tajam seperti jarum, kondisi ini menyebabkan respon peradangan dan akan timbul rasa nyeri dan sakit di persendian jika sudah sangat parah kemungkinan penderita tidak mampu untuk berjalan.

### D. Tanda Gejala Gout Arthritis

1. Kesemutan dan linu
2. Nyeri yang hebat pada sendi waktunya biasanya pada malam hari dan pagi hari setelah bangun tidur
3. Pembengkakan, kemerahan, panas dan nyeri pada sendi yang terserang

#### E. Pencegahan Gout Arthritis

1. Hindari makanan dengan kadar purin tinggi anaturalain seperti kacang-kacangan, jeroan, kubis, bayam, kangkug, dan daun daun singkong
2. Perbanyak minum air putih dengan meminum air putih dapat membantu membuang purin dari dalam tubuh
3. Istirahat yang cukup
4. Lakukan pemeriksaan kadar asam urat secara berkala

#### F. Terapi komplementer Gout Arthritis

##### 1. Daun Salam

Daun salam (*syzygiun polyantum*) berkaisat untuk menurunkan kadar asam urat dalam tubuh di karenakan mengandung senyawa flavonoid yang kandungannya kimia yang punya efek samping sebagai analgesik (anti nyeri) dan deuretik (peluruh kencing) efek ini dapat meningkatkan produksi urine sehingga dapat menurunkan kadar asam urat di dalam darah (Helvi Alvita, 2018).

- a. Bahan : 10-15 lembar daun sirsak, 3 gelas air putih
- b. Cara : Cuci bersih 10-15 lembar daun salam, siapkan 3 gelas air putih kemudian didihkan air tersebut bersama dengan daun salam sampai tersisa 1 gelas saja, lalu satu gelas rebusan daun salam tersebut dibagi menjadi 2 untuk diminum 2x sehari.

#### G. Kesimpulan

Gout Arthritis adalah penyakit dimana terjadi penumpukan asam urat dalam tubuh secara berlebih. Asam urat dapat dicegah dengan menghindari makanan yang tinggi purin dan memeriksakan kesehatan terutama sendi dan tulang ke fasilitas pelayan kesehatan, juga dapat menggunakan obat herbal seperti daun salam untuk menurunkan kadar asam urat dan nyeri persendian.

## LEAFLET GOUT ARTHRITIS

### BAGAIMANA TERJADINYA

"jika kadar asam urat berlebih, ginjal tidak akan sanggup mengaturnya, sehingga kelebihan itu akan menumpuk pada jaringan dan sendi"

Oleh karena itu, asam urat yang menumpuk akan membentuk kristal yang ujungnya tajam seperti jarum. Kondisi ini menimbulkan respon peradangan yang berakhir pada serangan gout (Kereta,2009)

Selain itu ginjal juga akan mengalami gangguan. Kandungan asam urat yang tinggi juga akan menyebabkan rasa nyeri dan sakit di persendian yang amat sangat. Jika sudah sangat parah kemungkinan, penderita tidak mampu untuk berjalan



"Asam urat adalah penyakit yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah akibat metabolisme dari makanan yang mengandung protein (purin)"

- Nilai Normal asam urat**
1. Wanita 2.6-6 mg/dl
  2. Pria 3.5-7 mg/dl

#### Apa penyebabnya?

Penyebabnya belum pasti, biasanya karena faktor keturunan atau faktor hormonal. Selain itu, kadar asam urat sangat erat berhubungan dengan makanan yang dimakan. Oleh karena itu, pengaturan pola makan sangat diperlukan.

# Waspadai Asam Urat Tinggi

NAMA : NOVITA LISTIANI  
NIM : 2014471010  
KELAS : REGULER 1 TINGKAT 3

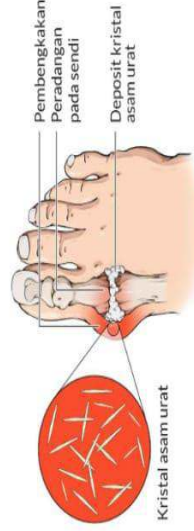
Disampaikan oleh Mahasiswa  
D3 Keperawatan Kota Bumi





## TANDA DAN GEJALA

1. Kesemutan dan linu
2. Nyeri yang hebat pada sendi biasanya para ibu jari kaki dan jari kaki Waktunya biasanya pada malam hari dan pagi bari setelah bangun tidur.
3. Sendi yg terkena asam urat akan bengkak, kemerahan, panas dan nyeri luar biasanya pada malam hari
4. peradangan disertai demam (>38°)



## CARA MENGATASINYA

1. Hindari makanan dengan kadar purin tinggi
2. Perbanyak minum air putih dengan meminimalkan banyak air putih dapat membantu membuang purin dari dalam tubuh
3. Hindari bekerja terlalu keras (istirahat yang cukup)
4. Lakukan pemeriksaan kadar asam urat secara berkala

## MAKANAN YANG DIHINDARI

Makanan yang mengandung banyak zat purin

1. Banyam, kangkung, kubis, daun singkong, daun pepaya, buncis
2. Emping(melinjo)
3. Nanas
4. Lauk pauk seperti Jeroan (babat, usus, ati, paru)
5. Makanan laut seperti udang, kerang, cumi, kepiting
6. kacang kangkan seperti kacang kedelai, kacang tanah, kacang hijau termasuk hasil olahan seperti tahu, tempe, kacang kedelai

## OBAT TRADISIONAL ASAM URAT

1. Cuci bersih 10-15 lembar daun salam
2. Siapkan 3 gelas air putih
3. Kemudian didihkan air tersebut bersama dengan daun salam sampai menyisakan satu gelas saja
4. Lalu satu gelas rebusan daun salam tersebut dibagi menjadi dua untuk diminum 2x sehari. Pada pagi dan sore hari

## Lampiran 2

### Pengkajian Status Kognitif

Nama Pasien : Ny. H

Umur : 65 tahun

Alamat : Dusun II Rintisan Alam Jaya

#### Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ)

Benar	Salah	No	Pertanyaan
		01	Tanggal berapa hari ini?
		02	Hari apa sekarang?
		03	Apa nama tempat ini?
		04	Dimana Alamat ini?
		05	Berapa umur anda?
		06	Kapan anda lahir? (minimal tahun)
		07	Siapa presiden Indonesia sekarang?
		08	Siapa presiden Indonesia sebelumnya?
		09	Siapa nama ibu anda?
	1	10	Kurangi 3 dari 20 dan tetap pengurangan 3 dari setiap angka baru, semua secara menurun
	1	Total nilai	

Ketengaran:

Benar = nilai 0

Salah = nilai 1

Interpretasi

Salah 0-3 : fungsi intelektual utuh

Salah 4-5 : fungsi intelektual kerusakan ringan

Salah 6-8 : fungsi intelektual kerusakan sedang

Salah 9-10: fungsi intelektual kerusakan berat

### Lampiran 3

#### PENGAJIAN APGAR KELUARGA

Nama Klien : Ny.H Tanggal : 11 Oktober 2022  
Jenis kelamin : Perempuan Umur : 65 tahun  
Agama : Islam Suku : Lampung  
Alamat : Alam Jaya Pewawancara : Novita

No.	Item penilaian	Selalu (2)	Kadang-kadang (1)	Tidak pernah (0)
1.	Saya puas dapat kembali bersama keluarga (teman-teman) karena mereka selalu membantu saat saya sedang kesusahan.	2		
2.	Saya puas dengan cara keluarga (teman-teman) dalam membicarakan sesuatu untuk membantu memecahkan masalah saya.		1	
3.	Saya puas ketika keluarga (teman-teman) menerima dan mendukung keinginan saya dalam beraktivitas	2		
4.	Saya puas dengan cara keluarga (teman-teman) dalam merespon emosi-emosi saya seperti marah, sedih dan mencintai.		1	
5.	Saya puas dengan keluarga (teman-teman) dalam menyediakan waktu bersama untuk mengekspresikan perasaan (emosi) dan merespon perasaan tersebut		1	
<b>Jumlah</b>		<b>7</b>		

#### Skor Nilai

- 0-3 : Disfungsi keluarga tinggi
- 4-6 : Disfungsi keluarga sedang
- 7-10: Disfungsi keluarga rendah

Lampiran 4

PENGAJIAN STATUS FUNGSIONAL ( INDEKS KATZ)

No.	Aktivitas	Mandiri	Tergantung
1	2	3	4
1.	<p><b>Mandi</b>  <b>Mandiri :</b>                      Bantuan hanya pada satu bagian mandi ( seperti punggung atau ektermitas yang tidak mampu) atau mandi sendiri sepenuhnya  <b>Tergantung :</b>                      Bantuan mandi lebih dari satu bagian tubuh, bantuan masuk dan keluar dan bak mandi, serta tidak mandi sendiri</p>	√	
2.	<p><b>Berpakaian</b>  <b>Mandiri :</b>                      Mengambil baju dari lemari, memakai pakaian, melepas pakaian, mengancing/mengikat pakaian  <b>Tergantung:</b>                      Tidak dapat memakai baju sendiri atau hanya sebagian</p>	√	
3.	<p><b>Ke kamar kecil</b>  <b>Mandiri :</b>                      Masuk dan keluar dari kamar kecil kemudian membersihkan genetalia sendiri  <b>Tergantung :</b>                      Menerima bantuan untuk masuk ke kamar kecil dan menggunakan pispot</p>	√	
4.	<p><b>Berpindah</b>  <b>Mandiri :</b>                      Berpindah ke dan dari tempat tidur untuk duduk, bangkit dari kursi sendiri  <b>Bergantung:</b>                      Bantuan dalam naik atau turun dari tempat tidur atau kursi, tidak melakukan satu atau lebih berpindah</p>	√	

1	2	3	4
5.	<b>Kontinen</b> <b>Mandiri :</b> BAK dan BAB seluruhnya dikontrol sendiri <b>Tergantung :</b> Inkontenensia parsial atau total, penggunaan kateter, pispot, enema dan pembalut (pempers)	√	
6.	Makan <b>Mandiri :</b> Mengambil makanan dari piring dan menyuapinya sendiri <b>Tergantung :</b> Bantuan dalam mengambil makanan dari piring dan menyuapinya, tidak makan sama sekali, dan makanan parental (NGT)	√	

Keterangan:

Beri tanda (√) yang sesuai dengan kondisi klien

Analisi Hasil:

**Nilai A :** Kemandirian dalam hal makan, kontinen ( BAB/BAK), berpindah, ke kamar kecil, mandi dan berpakaian.

**Nilai B :** Kemandirian dalam semua hal kecuali satu dari fungsi tersebut

**Nilai C :** Kemandirian dalam semua hal kecuali mandi dan satu fungsi tambahan




**Nilai D :** Kemandirian dalam semua hal kecuali mandi, berpakaian, dan satu fungsi tambahan

**Nilai E :** Kemandirian dalam semua hal kecuali mandi, berpakaian, ke kamar mandi, berpindah dan satu fungsi tambahan

**Nilai G :** Ketergantungan pada keenam fungsi tersebut

## LEMBAR KONSULTASI




Nama : Novita Listiani  
NIM : 2014471010  
Jurusan/Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi  
Judul LTA : Asuhan Keperawatan Gerontik Terhadap Ny.H Pada Kasus Gout Arthritis Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Wilayah Desa Alam Jaya, Kecamatan Kotabumi Selatan, Kabupaten Lampung Utara  
Pembimbing I : Ns. Deni Metri, S.Kep., M.Kes

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4	5
1.	Jum'at 17/23 /03	BAB I	Perbaiki Latar belakang	
2.	Senin 27/23 /03	BABI - BAB II	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tambahkan data Puskesmas 2022 - 2023</li><li>- Kaitkan perubahan pada Lansia</li><li>- Perbaiki Pengkajian yang berkaitan dengan Penyakit</li><li>- Rencana keperawatan ditambahkan</li></ul>	
3.	Rabu 29/23 /03	BABI - BAB III	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tambahkan Perubahan pada Lansia</li><li>- Perbaiki penempatan pada konsep Lansia</li><li>- Perbaiki Pengkajian persistem</li><li>- Perbaiki pemeriksaan keunjang.</li></ul>	





1	2	3	4	5
4.	Jum'at 31/23 /03	BAB I - BAB III	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tambahkan pada gangguan rasa nyamain</li> <li>- Perbaiki Penulisan pada Keterangan gambar</li> <li>- Tambahkan konsep KDM</li> <li>- Tambahkan Pengkajian pada sistem muskuloskeletal</li> </ul>	R
5.	Senin 10/23 /04	BAB II - III	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tambahkan Patofisiologi</li> <li>- Tambahkan Kesimpulan pada Pengkajian APGAR</li> <li>- Perbaiki cakem</li> </ul>	R
6.	Kamis 13/23 /04	BAB III	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki pada Pengkajian &amp; Deskripsi harian</li> <li>- Lengkapi pada Pengkajian sistem</li> <li>- Perbaiki cakem</li> </ul>	R
7.	Selasa 02/23 /05	BAB III - IV	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tambahkan skala nyeri pada sistem Pencernaan</li> <li>- Tambahkan teori Penunjang pada Pembahasan</li> </ul>	R
8.	Jum'at 05/23 /05	BAB IV - V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki implementasi pada Pembahasan</li> <li>- Perbaiki saran</li> <li>- Perbaiki halaman Depan sampai Lampiran</li> </ul>	R
9.	Sabtu 06/23 /05	BAB I - V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki kata Pengantar</li> </ul> <p>Ada Ujian Sibang</p>	R

## LEMBAR KONSULTASI

Nama : Novita Listiani  
NIM : 2014471010  
Jurusan/Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi  
Judul LTA : Asuhan Keperawatan Gerontik terhadap  
Ny. H pada Kasus Gout Arthritis dengan  
Gangguan Rasa Nyaman di Desa Alam  
Jaya, Kecamatan Kotabumi Selatan,  
Kabupaten Lampung Utara  
Pembimbing II : Ns. Madepan Mulia, S.Kep., M.Kep

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4	5
1.	Jum'at 28/23 /04	BAB 1 - V	<ul style="list-style-type: none"><li>- Perbaiki penulisan</li><li>- Perbaiki penomoran</li><li>- Perbaiki Spasi</li><li>- Perbaiki jarak antara subul dan tabel</li><li>- Perbaiki tabel</li></ul>	
2.	Selasa 02/23 /05	BAB 1 - V	<ul style="list-style-type: none"><li>- Perbaiki cover</li><li>- Perbaiki penulisan</li><li>- Perbaiki jarak antara bab dan sub bab</li><li>- Perbaiki font tabel</li></ul>	
3.	Kabu 03/23 /05	BAB 1 - V	<ul style="list-style-type: none"><li>- Perbaiki tanda baca</li><li>- Perbaiki Daftar isi</li><li>- Perbaiki penulisan</li><li>- Perbaiki Papus</li></ul>	



1	2	3	4	5
4.	Kamis 04/23 /05	BAB 1-V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki penulisan abstrak</li> <li>- Tambahkan manfaat klien pada latar belakang</li> <li>- Perbaiki Dapus</li> <li>- Perbaiki penulisan</li> </ul>	
5.	Jum'at 05/23 /05	BAB 1-V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki penulisan dan tanda baca</li> <li>- Perbaiki penulisan Diagnosa menjad' diagnosis</li> </ul>	
6.	Senin 08/23 /05	BAB 1-V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki penulisan halaman</li> <li>- Perbaiki daftar pustaka</li> </ul>	
7.	Selasa 09/23 /05	BAB 1-V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki daftar pustaka</li> </ul>	
8.	Jum'at 12/23 /05	BAB 1-V	ACC ujian LTA	