

Lampiran 1: Instrumen Studi Kasus

**LAMPIRAN
SATUAN ACARA PENYULUHAN
HIPERTENSI**



**DISUSUN OLEH:
FICO RERDANA
2114471005
TINGKAT III REGULER 1**

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG
PRODI DIII KEPERAWATAN KOTABUMI
TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

SATUAN ACARA PENYULUHAN HIPERTENSI

Pokok bahasan	: Hipertensi
Pengertian Hipertensi	: <ol style="list-style-type: none">1. Sub pokok bahasan2. Gejala Hipertensi3. Penyebab Hipertensi4. Komplikasi Hipertensi5. Makanan yang harus dihindari penderita Hipertensi6. Terapi komplementer
Sasaran	: Ny. R
Waktu	: 15 menit (13.00-13.15)
Tanggal	: 2 februari 2024
Tempat	: Rumah Ny. R
Pelaksana	: Fico rerdana

A. Tujuan Umum

Setelah mendapat penyuluhan selama 15 menit Tentang Hipertensi diharapkan Ny. R mampu memahami dan mengerti tentang penyakit hipertensi.

B. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan tentang Hipertensi selama 15 menit diharapkan Ny. R mengetahui dan memahami tentang:

1. Pengertian Hipertensi
2. Gejala Hipertensi
3. Penyebab Hipertensi
4. Komplikasi Hipertensi

5. Makanan yang harus dihindari penderita Hipertensi
6. Terapi komplementer

C. Materi

1. Pengertian Hipertensi
2. Gejala Hipertensi
3. Penyebab Hipertensi
4. Komplikasi Hipertensi
5. Makanan yang harus dihindari penderita Hipertensi
6. Terapi komplementer

D. Metode

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

E. Media

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) Pengertian Hipertensi 2) Gejala Hipertensi 3) Penyebab Hipertensi 4) Komplikasi Hipertensi 5) Makanan yang harus	a. Mendengarkan dan menyimak b. sasaran dapat menjawab pertanyaan yang diberikan	9 menit
No	Tahapan	Kegiatan		Waktu
		Penyuluhan	Sasaran	
1	2	3	4	5
2.		dihindari penderita Hipertensi 6) Terapi komplementer b. Tanya Jawab c. Memberi kesempatan kepada klien untuk bertanya mengenai halhal yang kurang jelas d. Menjawab pertanyaan dari klien	b. Bertanya mengenai hal-hal yang kurang jelas c. Mendengarkan jawaban yang diberikan d. jawaban yang diberikan	
3.	Penutup	a. Menyampaikan kesimpulan b. Mengakhiri pertemuan c. Mengucap salam	a. Mendengarkan dan memperhatikan b. Mendengarkan c. Menjawab salam	3 menit

G. Evaluasi

Diharapkan mampu:

1. Pengertian Hipertensi
2. Gejala Hipertensi
3. Penyebab Hipertensi
4. Komplikasi Hipertensi
5. Makanan yang harus dihindari penderita Hipertensi
6. Terapi komplementer

MATERI HIPERTENSI

A. Pengertian Hipertensi

Hipertensi adalah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Hipertensi tidak hanya beresiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal dan pembuluh darah dan makin tinggi tekanan darah, makin besar resikonya. (Amin & Hardhi, 2015)

B. Gejala Hipertensi

Menurut Dalyoko (2010), gejala-gejala yang mudah diamati antara lain yaitu:

1. Gejala ringan seperti pusing atau sakit kepala
2. Sering gelisah
3. Wajah merah
4. Tenguk terasa pegal
5. Mudah marah
6. Telinga berdengung
7. Sukar tidur
8. Sesak napas
9. Rasa berat ditengkuk
10. Mudah lelah
11. Mata berkunang-kunang/ penglihatan kabur
12. Mimisan (keluar darah dari hidung)

C. Penyebab Hipertensi

Berdasarkan penyebabnya hipertensi dibagi menjadi 2 golongan.

1. Hipertensi primer (esensial)

Disebut juga hipertensi idiopatik karena tidak diketahui penyebabnya. Factor yang mempengaruhinya yaitu: genetik, lingkungan, hiperaktivitas saraf simpatis system rennin. Antigiotesin dan peningkatan Na + Ca

intraseluler. Faktor-faktor yang meningkatkan resiko: obesitas, merokok, alcohol dan polisitemia.

2. Hipertensi sekunder

Penyebab yaitu: penggunaan estrogen, penyakit ginjal, sindrom cushing dan hipertensi yang berhubungan dengan kehamilan.

D. Komplikasi Hipertensi

1. Stroke
2. Gagal jantung
3. Kerusakan gagal ginjal
4. Kerusakan jaringan otot

E. Makanan yang harus dihindari penderita Hipertensi

1. Garam
2. Makanan yang digoreng
3. Kulit ayam
4. Daging olahan
5. Makanan dan minuman manis

F. Terapi relaksasi nafas dalam

Teknik relaksasi napas dalam dengan cara menarik napas dalam-dalam dari hidung, tahan 2-3 menit, lalu hembuskan perlahan-lahan lewat mulut

G. Terapi komplementer

Membuat ramuan herbal seperti rebusan daun salam untuk menurunkan tekanan darah dengan cara merebus 10 lembar daun salam dan air 2 gelas

LEAFLET HIPERTENSI

Tampak depan

D. Komplikasi Hipertensi

1. Stroke
2. Gagal jantung
3. Kerusakan gagal ginjal
4. Kerusakan jaringan otot

E. Makanan yang harus dihindari penderita Hipertensi

1. Garam
2. Makanan yang digoreng
3. Kulit ayam
4. Daging olahan
5. Makanan dan minuman manis

B. Gejala Hipertensi

1. Pusing atau sakit kepala
2. Sering gelisah
3. Wajah merah
4. Tenguk terasa pegal
5. Mudah marah
6. Telinga berdengung
7. Sukar tidur
8. Sesak napas
9. Rasa berat ditenguk
10. Mudah lelah
11. Mata berkunang-kunang
12. Mimisang

C. Penyebab Hipertensi

1. Hipertensi primer (esensial)
2. Hipertensi sekunder

MATERI



Hipertensi

A. Pengertian Hipertensi

Hipertensi adalah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Hipertensi tidak hanya beresiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal dan pembuluh darah dan makin tinggi tekanan darah, makin besar resikonya. (Amin & Hardhi 2015)

Tampak belakang

F.Terapi relaksasi nafas dalam



Teknik relaksasi napas dalam dengan cara menarik napas dalam-dalam dari hidung, tahan 2-3 menit, lalu hembuskan perlahan-lahan lewat mulut

G.Terapi komplementer



Membuat ramuan herbal seperti rebusan daun salam untuk menurunkan tekanan darah dengan cara merebus 10 lembar daun salam dan air 2 gelas

SELESAI

**Cegah Hipertensi
dengan Pola Hidup Sehat
dan Gizi Seimbang**

*Thank
You*

PENGAJIAN STATUS KOGNITIF

Nama Pasien : Ny. R

Umur : 77 Tahun

Alamat : Bandar putih

Short Portable Mental Status Questionnaire (SPMSQ)

Benar	Salah	No	Pertanyaan
0		01	Tanggal berapa hari ini?
0		02	Hari apa sekarang?
0		03	Apa nama tempat ini?
0		04	Dimana Alamat ini?
0		05	Berapa umur anda?
0		06	Kapan anda lahir? (minimal tahun)
0		07	Siapa presiden Indonesia sekarang?
0		08	Siapa presiden Indonesia sebelumnya?
0		09	Siapa nama ibu anda?
0		10	Kurangi 3 dari 20 dan tetap pengurangan 3 dari setiap angka baru, semua secara menurun
0		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

PENGAJIAN STATUS FUNGSIONAL

(Indeks Kemandirian Katz)

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

No.	Aktivitas	Mandiri	Tergantung
1	2	3	4
5.	<p>Kontinen Mandiri: BAK dan BAB seluruhnya dikontrol sendiri</p> <p>Tergantung: Inkontenensia parsial atau total, penggunaan kateter, pispot, enema dan pembalut (pempers)</p>	√	
6.	<p>Makan Mandiri: Mengambil makanan dari piring dan menyuapinya sendiri</p> <p>Tergantung: Bantuan dalam mengambil makanan dari piring dan menyuapinya, tidak makan sama sekali, dan makanan parental (NGT)</p>	√	

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

Lampiran 2: Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSUL

NAMA : FICO RERDANA
 NIM : 2114471005
 JURUSAN/PROGRAM STUDI : DIII KEPERAWATAN KOTABUMI
 JUDUL LTA : PEMBERIAN EDUKASI TINDAKAN KEPERAWATAN REBUSAN DAUN SALAM SEBAGAI UPAYA MENGATASI GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN KASUS HIPERTENSI TERHADAP NY.R DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTABUMI II
 PEMBIMBING I : NS. Deni Metri, S.Kep., M.Kes

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1.	30-1-2024	bab 1	- Perbaiki latar belakang - Perbaiki manfaat Revisi	<i>[Signature]</i>
2	19-2-2024	bab 1	- Perbaiki manfaat Revisi	<i>[Signature]</i>
3	20-2-2024	bab 1	- Perbaiki latar belakang - Perbaiki Rumusan masalah	<i>[Signature]</i>
4.	22-2-2024	bab 1	- Perbaiki latar belakang	<i>[Signature]</i>
5.	24-2-2024	bab 1	- Perbaiki latar belakang - Perbaiki tujuan umum dan tujuan khusus.	<i>[Signature]</i>
6	4-3-2024	bab 2 bab 3	- Perbaiki konsep Penyakit - Perbaiki Revisi Perbaiki	<i>[Signature]</i>
7	31-3-2024	bab 3.	- Perbaiki Definisi Operasional.	<i>[Signature]</i>

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
8.	4-4-2024	bab 3 bab 2	Perbaiki bahasa operasional - Perbaiki Pembahasan	A
9.	24-4-2024	bab 4 bab 5	Perbaiki Pembahasan Perbaiki Simpulan dan Saran	A
10	25-4-2024	bab 4	Perbaiki Pembahasan	Si
11	30-4-2024	bab 4 bab 5	Perbaiki Pembahasan. Acc Ujian Akhir	Si

LEMBAR KONSUL

NAMA : Fico rerdana
NIM : 2114471005
JURUSAN/PROGRAM STUDI : DIII Keperawatan Kotabumi
JUDUL LTA : Pemberian Edukasi Tindakan Keperawatan Rebusan Daun salam sebagai upaya mengatasi Gangguan rasa nyaman dengan kasus Hipertensi Terhadap NY.R di Puskesmas Kotabumi II Kab Lampung Utara
PEMBIMBING 2 : Fitarina, SKM.,M.Kes

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1.	25-4 2024	Bab 1-5	- Perbaiki Pembengkokan Kata - Perbaiki Juml KFI - Perbaiki Singkatan	f
2	26-4 2024		- Perbaiki Sumber buku - Perbaiki Penulisan - Perbaiki Penulisan tabel	f
3	5-5 2024	Bab 1-5	- Perbaiki abstrak - Perbaiki Penulisan	f
4	6-5 2024	Bab 1-5	- Perbaiki Penulisan - Perbaiki Daftar pustaka.	f
5	10-5 2024	Bab 1-5	- Perbaiki Seruan Saran	f
6	10-5 2024	Bab 1-5	- Perbaiki Seruan Saran	f
7	1-5 2024	Bab 1-5		f
8	2-5 2024	Bab 1-5	Perbaiki Seruan Saran	f

Lampiran 3: Foto-Foto Kegiatan Studi Kasus

