

LAMPIRAN

Lampiran 1: Jadwal Kegiatan

Pemeriksaan / Tindakan	Hari		
	Pertama	Kedua	Ketiga
Edukasi	Edukasi tentang pengertian, tanda gejala, dan penyebab hipertensi manfaat jus mentimun	Menjelaskan cara pembuatan jus mentimun, sambil mempraktikan	Mengevaluasi cara pembuatan jus mentimun, meminta klien mempraktikan pembuatan jus mentimun sendiri
Evaluasi edukasi	Klien mampu menjawab 2 pertanyaan dari 3 pertanyaan meliputi pengertian, tanda gejala dan penyebab hipertensi: klien dapat menjawab tentang pengertian hipertensi, dan klien menjawab 4 dari 8 tanda gejala hipertensi	klien paham cara pembuatan jus mentimun dan dapat mempraktikan bersama peneliti	klien mampu mempraktikan pembuatan jus sendiri
Tekanan Darah	160/100	160/100	150/90

Lampiran 2: Informasi dan Pernyataan Persetujuan (*informed consent*)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. M
Jenis Kelamin : Perempuan
Usia : 70 Tahun
Alamat : Kalibalangan, Abung Selatan, Lampung Utara

Dengan ini menyatakan bahwa SETUJU dan BERSEDIA menjadi subjek studi kasus berjudul "Penerapan Edukasi Pembuatan Jus Mentimun terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Desa Kalibalangan Wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan Lampung Utara".

Dalam kegiatan ini saya, menyadari, memahami, dan menerima bahwa:

1. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejajar jujurnya.
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan dirahasiakan dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.
3. Saya menyetujui adanya perekaman selama studi kasus berlangsung.
4. Guna menunjang kelancaran studi kasus yang akan dilakukan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan di sepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya tidak ada paksaan dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti studi kasus ini sampai selesai

Kotabumi, 04 Maret 2025

Partisipan



Ny. M

B. Alat Pengukur Tekanan Darah

 **GESUNDE** MINDJAL



C. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

**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. M
Waktu	: 15 menit (13.00-13.15)
Tanggal	: 07 Maret 2025
Tempat	: Rumah Ny. M
Pelaksana	: Denta Syahputra

A. Tujuan Umum

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

B. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan tentang Hipertensi selama 15 menit diharapkan Ny. M 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 hal-hal 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 jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah dengan cara menyiapkan alat dan bahan, buah mentimun 100 gr, air 50 ml, serutan atau blender

D. Media Lembar Leaflet
Tampak depan

HIPERTENSI

DISUSUN OLEH:
DENIX SYAHPUTRA (221447036)

A. PENGERTIAN HIPERTENSI
Hipertensi adalah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik setidaknya 140 mmHg atau tekanan diastolik setidaknya 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 risikonya. (Amin & Hardhi 2015)

B. GEJALA HIPERTENSI

1. Pusing atau sakit kepala
2. Sering gelisah
3. Wajah merah
4. Tangkuk terasa pegal
5. Mulut merah
6. Telinga berdengung
7. Sukar tidur
8. Sesak napas

C. PENYEBAB HIPERTENSI

1. Hipertensi primer (esensial)
2. Hipertensi sekund

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 alahan
5. Makanan dan minuman manis

Tampak belakang

TERAPI RELAKSASI

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

TERAPI KOMPLEMENTER

Membuat jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah dengan cara menyiapkan bahan dan alat, buah mentimun 100 gr, air 50 ml, serutan atau blender

SELESAI

THANK YOU

E. Lembar Observasi



POLTEKES KEMENKES TANJUNGPINANG
LABORATORIUM HONSIGARE PRODI KEPERAWATAN KOTABUMI
 Jl. Adisar No. 12 Kelurahan Kotakulam Kecamatan Kotabumi Selatan

LEMBAR RENCANA DAN IMPLEMENTASI ASUNAN KEPERAWATAN

Nama : _____ Jenis Kelamin : L/P			TANGGAL ASUNAN		
Tg. Lahir : _____ Umur : _____ Golok : _____			NO. RUMAH SAKIT		
DATA SUBJEKTIF/ABATIF			DIAGNOSA KEPERAWATAN		
DIAGNOSA KEPERAWATAN			STATUS DIAGNOSA		
No			No		
TUJUAN ASUNAN DAN KRITERIA HASIL			WALIDASI		
No			No		
INTERVENSI			IMPLEMENTASI		
No			No		
Keterangan: _____			Tanda Tangan: _____ Tanggal: _____		

Lampiran 4: Lembar Konsultasi
 Lembar konsultasi pembimbing 1

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama : Denta Syahputra
 Nim : 2214471036
 Program Studi : D-III Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Edukasi Pembuatan Jus Mentimun terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Desa Kalibalangan Wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan Lampung Utara
 Pembimbing 1 : Ns. Deni Metri, M.Kes

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	22/2023 03	BAB I - Perbaiki latar belakang - Perbaiki hasil dari jurnal - Perbaiki manfaat penelitian	
2.	26/2023 03	BAB I - perbaiki latar belakang - Perbaiki manfaat penelitian - perbaiki tujuan penelitian	
3	21/2023 04	BAB I dan BAB II - Perbaiki latar belakang - Tambahkan kandungan mentimun - perbaiki pemberian informasi berapa kali minum	
4	29/2023 04	BAB II dan BAB III - perbaiki konsep teori - Perbaiki definisi operasional	

5	02/2019 05	BAB IV - sugieran implementasi ke rumah - perbaikan pembekalan	9
6	07/2017 05	BAB IV - perbaikan lembar observasi - perbaikan buku	9
7	07/2017 05	BAB IV - perbaikan lembar observasi - perbaikan pembekalan	9
8	09/2017 05	BAB V - perbaikan pembekalan - perbaikan ketimpunan dan cara	9
9	4.5.2018	Acc Usia Sibyo	9

Lembar konsultasi pembimbing 2

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : Denta Syahputra
 Nim : 2214471036
 Program Studi : D-III Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Edukasi Pembuatan Jus Mentimun terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Desa Kalibalangan Wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan Lampung Utara
 Pembimbing 2 : Fitarina, SKM, M.Kes

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1	24/2017 3	- Perbaiki Spasi - Perbaiki penulisan huruf kapital - Perbaiki penulisan titik	A
2	25/2017 4	- Perbaiki daftar isi - Perbaiki Spasi - Perbaiki penulisan huruf kapital	A
3	30/2017 4	- Perbaiki kata koma - koma - Perbaiki penghubung - singkatan - Perbaiki paragraf	A
4	1/2017 5	- Perbaiki koroptika kata koma - Perbaiki kata pengantar - Perbaiki penulisan judul	A

5	2/2017 5	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki daftar isi - perbaiki spasi - perbaiki paragraf 	+
6	13/2017 5	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaiki daftar isi - perbaiki spasi - perbaiki paragraf 	+
7	14/2017 5	<ul style="list-style-type: none"> - perbaiki daftar label - perbaiki daftar lampiran - perbaiki daftar isi 	+
8	15/2017 5	<ul style="list-style-type: none"> → perbaikan gambar di bawah → foto kembali hasil praktik → ada uji fily 	+

Lampiran 5: Foto-Foto Kegiatan Studi Kasus

