


LAMPIRAN

Lampiran 1 Keterangan Melakukan Asuhan Keperawatan

	POLITEKES TANJUNGPINANGKARANG KEMENKES RI PRODI DIII KEPERAWATAN TANJUNGPINANGKARANG	Kode	
	Formulir	Tanggal	
	Informasi Cesset	Revisi	
		HALAMAN : 1 dari 1 Halaman	

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN ASUHAN KEPERAWATAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menerangkan bahwa :

Nama : Lili Rahmadani

NIM : 22114401064

Telah melaksanakan asuhan keperawatan dalam rangka penyusunan laporan tugas akhir karya tulis ilmiah terhitung mulai tanggal 6 s.d. 11 bulan Januari Tahun 2022 di Puskesmas Harau

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk keperluan bukti pelaksanaan asuhan keperawatan

Bandar Lampung, 11 Januari 2022

Mengetahui

Preskriptor/CI Klinik


Ni Evi Kurniasih, Ipa

Lampiran 2 *Informed Consent*

	POITEKES TANJUNGPURUN KEMENKES RI PRODI D III KEPERAWATAN TANJUNGPURUN	Kode	
	Formulir Informed Consent	Tanggal	
		Revisi	
HALAMAN: 1 dari 1 Halaman			

INFORMED CONSENT

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Sagiman
Umur : 76
Jenis Kelamin : laki-laki
Alamat : way bayap Dusun II Makmura


Sebagai wakil dan keluarga pasien:

Nama : Rahmah
Umur : 75
Jenis Kelamin : perempuan
Alamat : way bayap Dusun II Makmura


Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Saya telah mendapatkan penjelasan terkait tujuan dan kegiatan praktikum mahasiswa Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
2. Saya telah memahami mengenai apa yang telah tercantum dalam lembar permohonan persetujuan ini
3. Dengan penuh kesadaran dan secara sukarela, mengizinkan pasien yang saya wakikan untuk menjadi salah satu subjek pemberian asuhan keperawatan oleh mahasiswa Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Mahasiswa Prakticum


R. Rahmadani


Bandar Lampung, 09 Januari 2025
Keluarga Pasien


Rahmah
Sagiman


Mengetahui

Preseptor CI Klinik




Nc. Evi Irfanah S. Lsp

Lampiran 3 Lembar Bimbingan LTA Pembimbing Utama


	POLITEKNIK TEKNIK INFORMATIKA KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI	Kode	
	KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI	Tanggal	
	KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI	Kode	
KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI KEMENTERIAN RI		Kode	

**LEMBAR BIMBINGAN KARYA ILMIAH LAPORAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING UTAMA**

Nama Mahasiswa: Lili Rahmatani
 NIM: 2214401564
 Pembimbing Utama: Yulati Amperaningsih, SKM, M.Kes
 Judul Tugas Akhir: Asuhan Keperawatan Keluarga (AsK) dengan masalah kesehatan hipertensi di Desa Hjirana, Tahun 2025

No	Hari Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf pembimbing
1	Senin 08-05-2025	Pesanan tugas akhir: Asuhan Keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
2	Senin 09-05-2025	Pembahasan judul asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	Senin 12-05-2025	Bab 1: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
4	Senin 13-05-2025	Bab 2: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
5	Senin 14-05-2025	Bab 3: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
6	Senin 15-05-2025	Bab 4: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
7	Senin 16-05-2025	Bab 5: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
8	Senin 19-05-2025	Bab 6: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
9	Senin 20-05-2025	Bab 7: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
10	Senin 21-05-2025	Bab 8: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
11	Senin 22-05-2025	Bab 9: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
12	Senin 23-05-2025	Bab 10: Definisi, etiologi, patofisiologi, manifestasi klinis, asuhan keperawatan	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>

Bandar Lampung, 15 Juni 2025
 Pembimbing Utama


 Yulati Amperaningsih, SKM, M.Kes.
 NIP. 196607251986032001

Lampiran 4 Lembar Bimbingan KTI Pembimbing Pendamping

	POLITEKNIK TANJUNGPINANG KEMENDIKES RI PRODI D-IV KEPERAWATAN TANJUNGPINANG		No.	
	KABANG		Tanggal	
	Instansi Pembimbing KTI		Revisi	
			Revisi	

LEMBAR BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH LAPORAN AKHIR PEMBIMBING PENDAMPING

Nama Mahasiswa: Lili Rahmawati
 NIM: 2214401064
 Pembimbing Pendamping: Ns Eva Triana, S.Kep., M.Kes.
 Judul Tugast Akhir: Asuhan Keperawatan Keluarga Ibu R dengan masalah kesehatan hipertensi di Desa Nagama Tahun 2025

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Mhs	Paraf pembimbing
1	Senin 29/11/2025	persiapan judul dan abstrak	Lili	Eva
2	Selasa 01/12/2025	Perbaikan Bab 1 dan referensi	Lili	Eva
3	Rabu 03/12/2025	Perbaikan Bab 1 dan referensi	Lili	Eva
4	Kamis 04/12/2025	Perbaikan Perawatan kebidanan (asuhan kebidanan)	Lili	Eva
5	Jumat 05/12/2025	Perbaikan Perawatan Perawatan (asuhan kebidanan) dan kebidanan	Lili	Eva
6	Sabtu 06/12/2025	Perbaikan Bab 2 dan referensi	Lili	Eva
7	Minggu 07/12/2025	Perbaikan perurutan bab 3 sesuai format penulisan dan isi	Lili	Eva
8	Senin 08/12/2025	Perbaikan perurutan bab 4 dan isi	Lili	Eva
9	Selasa 09/12/2025	Perbaikan Bab 4 dan referensi	Lili	Eva
10	Rabu 10/12/2025	Bab 4: perurutan perurutan bab 4 (asuhan kebidanan)	Lili	Eva
11	Kamis 11/12/2025	Persiapan isi dan referensi	Lili	Eva
12	Jumat 12/12/2025	ACC 4/2025	Lili	Eva

Bandar Lampung, 12-12-2025
 Pembimbing Pendamping

Ns Eva Triana, S.Kep., M.Kes.
 NIP. 196810081989032002

Lampiran 5 Standar Operasional Kompres Hangat

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) KOMPRES HANGAT

A. Pengertian

Kompres hangat adalah suatu metode yang dapat memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukannya.

B. Tujuan Kompres Hangat

1. Memperlancar sirkulasi darah
2. Mengurangi rasa sakit
3. Memberi rasa hangat, nyaman, dan tenang pada klien

C. Prosedur Kompres Hangat

1. Persiapan alat dan bahan

- a). Kain yang menyerap air
- b). Air panas

2. Prosedur pelaksanaan

a. Fase Orientasi

- 1) Memberi salam menggunakan komunikasi terapeutik
- 2) Memperkenalkan diri
- 3) Menjelaskan mengenai tujuan dan prosedur yang akan dilakukan
- 4) Melakukan kontrak waktu

b. Fase Kerja

- 1) Menyiapkan alat dan bahan
- 2) Mencuci tangan
- 3) Klien dipersilahkan untuk memilih posisi yang nyaman atau yang diinginkan, bisa tidur tengkurap atau duduk
- 4) Isi baskom berisi air panas suhu 40-50 °C
- 5) Masukkan kain kedalam air panas lalu peras
- 6) Tempelkan kain di daerah yang akan di kompres

7) Angkat kain setelah 15-20 menit

c. Fase Terminasi

1) Evaluasi setelah tindakan diberikan

2). Dokumentasi

Lampiran 6 Satuan Acara Penyuluhan Hipertensi

SATUAN ACARA PENYULUHAN HIPERTENSI

Masalah	: Hipertensi
Pokok Pembahasan	: Hipertensi dengan gangguan rasa nyaman
Sasaran	: Ibu. R
Jam	: (09.30-10.00 WIB)
Waktu	: 30 menit
Tanggal	: 09 Januari 2025
Tempat	: Kediaman Ibu.R
Pemateri	: Mahasiswa

A. Latar Belakang

WHO (*World Health Organization*) prevalensi hipertensi di dunia mencapai 22% dengan prevalansi tertinggi pada daerah Afrika sebesar 32,7% lalu diikuti oleh Mediterania Timur 26%, Asia Tenggara 25%, Eropa 23%, Pasifik Barat 19%, dan Amerika 18%. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 perempuan di seluruh dunia menderita penyakit hipertensi, dengan maksud pertanyaan tersebut yaitu dari 5 perempuan yang sehat terdapat 1 yang menderita hipertensi. Jumlah kasus penderita hipertensi pada perempuan lebih banyak dibandingkan dengan kasus pada laki-laki (WHO, 2019)

Prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia menurut Riskedas 2018 menyatakan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1% tertinggi ada di Kalimantan Selatan 44,1%, sedangkan daerah terendah ada di Papua sebesar 22%. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat penyakit hipertensi sebesar 427.218 kasus kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun 31,6%, umur 45-54 tahun 45,3%, umur 55-64 tahun 55,2%. Dari prevalansi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang tidak meminum obat serta 32,3% tidak rutin meminum obat. Hal ini

menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari bahwa ia hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan yang semestinya (Linggariyana et al., 2023)

B. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan 30 menit, diharapkan Ibu.R mampu memahami dan mengerti tentang hipertensi

C. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan penyuluhan selama 30 menit tentang hipertensi, diharapkan Ibu.R dapat:

1. Menjelaskan pengertian gangguan rasa nyaman dan hipertensi
2. Menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi rasa nyaman
4. Menyebutkan makanan dan minuman yang harus dihindari
5. Menyebutkan penyebab hipertensi
6. Menyebutkan tanda dan gejala hipertensi
7. Menyebutkan cara mencegah hipertensi
8. Menyebutkan cara diet penderita hipertensi

D. Materi Penyuluhan

Hipertensi

E. Metode Penyuluhan

1. Ceramah
2. Tanya Jawab

F. Media

1. Lembar balik
2. Leaflet

G.

No	Tahap Kegiatan	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Sasaran	Media
1	Pembukaan	5 menit	1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menyampaikan tentang tujuan pokok materi 4. Menyampaikan pokok pembahasan 5. Kontrak waktu	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan dan menyimak 3. Bertanya mengenai pengenalan dan tujuan jika ada yang kurang jelas	Kata-kata/kalimat
2	Pelaksanaan	20 menit	Penyampaian Materi 1. Menjelaskan pengertian gangguan rasa nyaman dan hipertensi 2. Menyebutkan factor faktor yang mempengaruhi rasa nyaman 4. Menyebutkan makanan dan minuman yang harus dihindari 5. Menyebutkan penyebab hipertensi 6. Menyebutkan tanda dan gejala hipertensi 7. Menyebutkan cara mencegah hipertensi 8. Menyebutkan cara diet penderita hipertensi	1. Mendengarkan dan menyimak 2. Bertanya mengenai hal-hal yang belum jelas dan dimengerti	Lembar balik dan <i>leaflet</i>
3	Penutup	5 mnit	1. Tanya jawab 2. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya 3. Melakukan evaluasi 4. Menyampaikan kesimpulan materi 5. Mengakhiri pertemuan dan mengucapkan salam	1. Sasaran dapat menjawab tentang pertanyaan yang diajukan 2. Mendengar 3. Memperhatikan 4. Menjawab salam	Kata-kata/kalimat

H. Evaluasi

Diharapkan Ibu. R mampu

1. Menjelaskan pengertian gangguan rasa nyaman dan hipertensi
2. Menyebutkan factor-faktor yang mempengaruhi rasa nyaman
3. Menyebutkan makanan dan minuman yang harus dihindari
4. Menyebutkan penyebab hipertensi
5. Menyebutkan tanda dan gejala hipertensi
6. Menyebutkan cara mencegah hipertensi
7. Menyebutkan cara diet penderita hipertensi

MATERI PENYULUHAN

A. Pengertian Gangguan Rasa Nyaman dan Hipertensi

Gangguan rasa nyaman adalah perasaan seseorang merasa kurang nyaman dan sempurna dalam kondisi fisik, psikospiritual, lingkungan, budaya dan sosialnya (Keliat dkk., 2015). Hipertensi secara umum dapat didefinisikan sebagai tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Tekanan darah manusia secara alami berfluktuasi sepanjang hari. Tekanan darah tinggi menjadi masalah hanya bila tekanan darah tersebut membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (termasuk jantung dan otak) menjadi tegang (Palmer, 2020).

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Rasa Nyaman

1. Usia
2. Jenis Kelamin
3. Emosional
4. Kondisi kesehatan Fisik

C. Makanan dan minuman yang harus dihindari

1. Minuman kemasan
2. Cokelat
3. Keripik
4. Daging

D. Penyebab Hipertensi

1. Keturunan
2. Kegemukan
3. Kebiasaan merokok
4. Memakan makanan yang banyak mengandung garam
5. Makanan berkolesterol tinggi
6. Kurang olahraga
7. Stress
8. Sakit gula/kencing manis
9. Sakit Ginjal

E. Tanda dan Gejala Hipertensi

1. Sakit kepala
2. Rasa berat ditengkuk
3. Mudah emosi/marah
4. Jantung berdebar-debar
5. Sesak nafas
6. Kelelahan
7. Mata berkunang-kunang
8. Susah tidur

F. Cara Mencegah Hipertensi

Berdasarkan World Health Organization (WHO)

1. Pencegahan

- a. Mengurangi asupan garam (kurang dari 5gram setiap hari)
- b. Makan lebih banyak buah dan sayuran
- c. Aktivitas fisik secara teratur
- d. Menghindari penggunaan rokok/tembakau
- e. Mengurangi konsumsi alkohol
- f. Membatasi asupan makanan tinggi lemak jenuh
- g. Menghilangkan/mengurangi lemak trans dalam makanan

2. Manajemen faktor risiko hipertensi

- a. Mengurangi dan mengelola stress mental
- b. Secara teratur memeriksa tekanan darah
- c. Mengobati tekanan darah tinggi
- d. Mengelola kondisi medis lainnya

1. Cara Diet Pasien Hipertensi

Modifikasi diet dapat dilakukan dengan mengatur pola makan. Angka kejadian hipertensi banyak terjadi pada pasien yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi lemak dan garam secara berlebihan. Insiden dan keparahan hipertensi dipengaruhi oleh status gizi dan asupan nutrisi. Strategi yang dapat digunakan adalah dengan menggunakan strategi Dietary Approach to Stop Hypertension (DASH). Diet DASH yaitu diet yang menekankan konsumsi makanan yang kaya akan serat, kaya buah-

buahan, sayuran dan konsumsi susu rendah lemak. Diet DASH dapat menurunkan tekanan darah sistolik secara signifikan sebanyak 6,8 mmHg dapat juga menurunkan tekanan diastol sebanyak 5,3 mmHg.

Lampiran 7 : Media Edukasi Lembar Balik Hipertensi



TANDA DAN GEJALA HIPERTENSI



- Sakit di bagian tengkuk
- Sesak nafas
- Jantung berdebar
- Sulit tidur
- sakit kepala

TANDA DAN GEJALA HIPERTENSI



FAKTOR RISIKO HIPERTENSI

UMUR, JENIS KELAMIN, GENETIK

**2. FAKTOR YANG TIDAK DAPAT DIMODIFIKASI
OBESITAS, MEROKOK, KURANG AKTIVITAS FISIK, DIET TINGGI
LEMAK, KONSUMSI GARAM BERLEBIH, KONSUMSI ALKOHOL, STRESS.**

FAKTOR RESIKO HIPERTENSI



ATUR POLA MAKAN

1. Gula

Batasi konsumsi gula <50 gram/hari (4 sdm)

2. Garam

Batasi garam <5 gram (1 sendok teh/hari)

Kurangi garam saat memasak dan batasi makanan cepat saji

3. Protein dan Lemak

Batasi daging berlemak dan minyak (<5 sendok/hari)

Makan ikan sedikitnya 3x/ minggu

4. Perbanyak konsumsi buah dan Sayuran

ATUR POLA MAKAN



TIPS MENGONTROL HIPERTENSI

- 1. Ketahui tekanan darah normal**
- 2. Cek tekanan darah secara rutin**
- 3. Pastikan ketersediaan obat**
- 4. Minum obat secara teratur**

Tips mengontrol hipertensi



komplikasi hipertensi



Lampiran 8: Media Edukasi *Leaflet* Hipertensi



Lampiran 9 Dokumentasi Asuhan Keperawatan

Pengkajian



Diagnosa



Intervensi



Implementasi



