

Lampiran 1

INFORMED CONSENT
PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDENT PENELITIAN

Dengan menandatangani lembar ini, saya :

Nama : Sri lestari
Usia : 46
Alamat : Jln bunut rt 5/4 no 36

Memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul Asuhan Keperawatan dengan Pemberian kombinasi Latihan Slow Deep Breathing dengan Jus Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur yang akan dilakukan oleh Rosita Nurmaya mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Jakarta.

Saya telah dijelaskan bahwa jawaban wawancara ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan saya dengan sukarela bersedia menjadi responden penelitian ini.

Jakarta, Juli 2024

Yang Menyatakan,



(S.r.i. lestari)

Nama Jelas

INFORMED CONSENT
PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDENT PENELITIAN

Dengan menandatangani lembar ini, saya :

Nama : *Sutini*

Usia : *59*

Alamat : *Jl. bunut Rt 005/04 36*

Memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul Asuhan Keperawatan dengan Pemberian kombinasi Latihan Slow Deep Breathing dengan Jus Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur yang akan dilakukan oleh **Rosita Nurmaya** mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Jakarta.

Saya telah dijelaskan bahwa jawaban wawancara ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan saya dengan sukarela bersedia menjadi responden penelitian ini.

Jakarta, Juli 2024

Yang Menyatakan,


(*Sutini*.....)

Nama Jelas

Lampiran 2

LEMBAR OBSERVASI

No	Hari/Tanggal	Responden 1		Responden 2	
		Pre	Post	Pre	Post
1	Senin 20 Mei 2024	150/99 mmHg	145/93 mmHg	145/96 mmHg	137/93 mmHg
2	Selasa 21 Mei 2024	148/96 mmHg	137/90 mmHg	140/93 mmHg	130/90 mmHg
3	Rabu 22 Mei 2024	145/93 mmHg	130/86 mmHg	140/89 mmHg	127/83 mmHg
4	Kamis 23 Mei 2024	138/90 mmHg	126/85 mmHg	138/87 mmHg	123/82 mmHg
5	Jumat 24 Mei 2024	132/90 mmHg	123/83 mmHg	130/85 mmHg	121/73 mmHg
6	Sabtu 25 Mei 2024	128/87 mmHg	121/82 mmHg	127/83 mmHg	121/82 mmHg
7	Minggu 26 Mei 2024	125/89 mmHg	121/83 mmHg	125/83 mmHg	123/78 mmHg

(Sumber : Ketut Sidiyantara, 2022)

Lampiran 3

LEMBAR BIMBINGAN



Fakultas Keperawatan
Bhakti Kencana
University

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
☎ 022 7630 760, 022 7630 768
✉ bku.ac.id • contact@bku.ac.id

12.03.00/FRM-03/CAB.JKT-SPMI

CATATAN BIMBINGAN PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Rosita Nurmaya
NIM : 211FK08005
Judul Proposal : Asuhan Keperawatan dg pemberian kombinasi latihan slow deep breathing dengan pijat minimum terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Kecamatan Cipayang Jakarta timur.
Nama Pembimbing : Yuli Astuti, S.KM., M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Sabtu, 20 April 2024	Bab 1 = menambahkan data prevalensi JST secara spesifik dan wilayah zona puskesmas. penelitian	
	Sabtu, 20 April 2024	memperbaiki penggunaan kaumat beruang (diti ganda)	
2.	Rabu, 24 April 2024	• Perhatikan kembali posisi alur posisi (lihat Bab 2) • tambahkan uji hasil bivariat	
3.	Kam, 02 Mei 2024	• perbaiki kutipan sumbernya • tata letak paragraf • judul tabel, judul gambar • sistematika urutan huruf • definisi operasional	
		• kriteria inklusi tambahkan • kriteria eksklusi tambahkan. • perbaiki bab 3	
4.	Sabtu, 04 Mei 2024	• cek kembali posisi tujuan sub-bab dan isi (lihat spasi) • zat kandungan mentimun yg mempengaruhi kerja jantung (hipertensi) • intervensi herbal masukan di implementasi.	
		• definisi operasional mentimun di ganti • spasi daftar pustaka	
		• buku jurnal, internet • internet (tanggal visit).	
		• judul buku penulisan HALL.	

TERKENDALI

ASLI



CATATAN BIMBINGAN PROPOSAL

Nama Mahasiswa : Rosita Nurmaya

NIM : 211FK08005

Judul Proposal : Asuhan Keperawatan dg pemberian kombinasi latihan slow deep breathing dengan jvs mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Nama Pembimbing : Yuli Astuti, SKM., M.Kes
Ns. Talik Setiawati, S.Kep., MKM

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
5.	Minggu, 05 Mei 2024	- nama menggunakan bahasa Inggris harus italic - penomoran halaman harus rembar Bab Cetak bawah tengah. - Finish Pembimbing 1 Acc	
6.	Selasa, 06 Mei 2024	- Pembimbing 2 Acc - Lanjut sempro	

TERKENDALI

ASLI



Fakultas Keperawatan
Bhakti Kencana
University

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 768
✉ bku.ac.id contact@bku.ac.id

12.03.00/FRM-03/CAB.JKT-SPMI

CATATAN BIMBINGAN KTI

Nama Mahasiswa : Rosita Nurmaya
NIM : 211FK08005
Judul Proposal : Asuhan keperawatan dg pemberian kombinasi latihan
slow Deep Breathing dg Jus Mentimun terhadap penurunan tekanan
Nama Pembimbing : darah pada pasien Hipertensi di Terapi rumah sipayung
Jakarta timur.
Yuni Astuti, S.KM., M.Kes dan Ns. Tatik Setianingsih, S.Kep., M.KM

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
7	Rabu, 12 Juni 2024	• inisial responden diperbaiki • Tambahkan nama penyakit di data umum • identitas klien dan tanggung jawab dihilangkan • pada point riwayat kesehatan sekarang ditambahkan	
		• riwayat kesehatan dahulu dicertakan awal mula dan hasil TD pertama. • Rata KTI dan kran • tambahkan kegiatan spiritual yang lain dijelaskan menurut agama Islam.	
		• genogram diperbaiki (tanda responden, tambahkan keluarga suami, data dan ikon tambahkan umur, tanggal kematian, penyebab). • pola nutrisi, pola makan yg b.d. hipertensi)	
		• pemeriksaan fisik umum ditam • bahkan hasil IMT. • hasil berbentuk narasi. • penatalaksanaan ditambahkan • data lingkungan ditambahkan • dx defektif pengetahuan • mengidentifikasi hari dan g. nyeri • evaluasi sumatif hari terakhir saja.	

- rata-rata penurunan tekanan darah esantumkan.

TERKENDALI

ASLI



Fakultas Keperawatan
Bhakti Kencana
University

Jl. Soekarno Hatta No 154 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 768
✉ bku.ac.id contact@bku.ac.id

12.03.00/FRM-03/CAB.JKT-SPMI

CATATAN BIMBINGAN KTI

Nama Mahasiswa : Rosita Nurmaya
NIM : 211FK08005
Judul Proposal : Asuhan Keperawatan dg pemberian kombinasi latihan slow Deep Breathing dg jui mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di kediaman Cipayang Jakarta timur
Nama Pembimbing : Yuli Astuti, S.KM., M.Kes dan Ns. Tatik Setiartini, S.Kep., M.KM

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
8.	Rabu, 19 Juni 2024	• Data cemas & stressor (OSA DO) • BB dan IMT masuk data fokus • pengkajian data fokus tambahan • implementasi hasil point 6 nahya ditulis (post - pre) • secara teori usia rentan hipertensi • etologi hipertensi (pembahasan) • Bab 5 pembahasan harus dibuktikan dengan data untuk membandingkan teori dg kasus • Berdasarkan judul penelitian yang diambil (fokus) • Tambahkan kode diagnosa (BAB5) • kembangkan SOAP dan jui mentimun cantumkan pada implementasi BAB 5 evaluasi kema dg SOAP.	
9.	Kamis, 20 Juni 2024	• Da Defisit diperbaiki, keterbatasan • Hasil TO pada fokus penelitian hari pertama - terakhir • pendapat terkait pengaruh SOAP dan jui mentimun terhadap HT • Tambahkan data penelitian sbilnya	
10.	Jum'at, 21 Juni 2024	• pada bab 6 point pengkajian tunjukkan hasil keseluruhan sesuai Bab 5. • tunjukkan dg-gang rtdax ditemukan pada BAB 6 • point komplementer ditambahkan dosis dan berapa kali pelaksanaan • data rata-rata penurunan HT perlu dicantumkan. • saran lebih mengfokuskan me-mandirikan masyarakat, • saran IPTEK, keterbatasan penelitian kembangkan, dan bisa diaplikasikan kesehatan didalam medrs. • saran penerus, mengembangkan keterampilan penelitian lainnya.	

TERKENDALI

ASLI

Lampiran 4

	SOP PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH
	SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR)
Pengertian	Suatu tindakan pengukuran dan pengamatan tekanan darah. Tekanan darah adalah tekanan dari darah yang dipompa oleh jantung
Tujuan	Untuk mengetahui tekanan darah
Alat dan Bahan	Tensimeter, stetoskop, buku catatan dan pulpen, Stopwatch
Prosedur Pelaksanaan	1. Tahap Pra Interaksi a. Melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada b. Mencuci tangan c. Menempatkan alat dekat pasien dengan benar 2. Tahap Orientasi a. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik b. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada pasien atau keluarga c. Menanyakan kesiapan pasien sebelum tindakan diberikan 3. Tahap Kerja a. Mengatur posisi pasien : Supinasi b. Menempatkan diri disebelah pasien, bila memungkinkan

	c. Letakkan lengan yang hendak diukur d. Pasang manset pada lengan atas sekitar 3cm diatas fossa cubiti e. Tentukan denyut nadi arteri radialis secara perlahan f. Letakan diafragma stetoskop diatas nadi brakhialis g. Pompa terus sampai manometer 20 mmHg lebih tinggi dari titik radialis tidak teraba h. Kempeskan balon udara manset secara perlahan i. Catat mmHg manometer saat pertama kali denyut nadi teraba kembali. Nilai ini menunjukkan tekanan sistolik j. Dan catat denyut nadi saat terakhir kali dan ini menunjukkan tekanan diastolik
	4. Tahap Terminasi a. Melakukan evaluasi tindakan b. Berpamitan dengan pasien c. Membersihkan alat-alat d. Mencuci tangan k. Dokumentasi

Lampiran 5

	SOP TINDAKAN <i>SLOW DEEP BREATHING</i>
	SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR)
Pengertian	Latihan relaksasi dengan teknik pernapasan dalam yang lambat dan dilakukan secara sadar
Tujuan	Terapi <i>Slow Deep Breathing</i> digunakan untuk mengatasi berbagai masalah seperti stress, ketegangan otot nyeri, hipertensi dan lain-lain.
Alat dan Bahan	Buku catatan dan pulpen
Prosedur Pelaksanaan	1. Tahap Pra Interaksi a. Mengumpulkan data klien b. Menciptakan lingkungan yang nyaman untuk dilakukan tindakan keperawatan c. Mengukur tekanan darah klien d. Melakukan verifikasi tindakan pemberian <i>Slow Deep Breathing</i> e. Menyiapkan alat dan bahan 2. Tahap Orientasi a. Memberikan salam kepada klien dengan menyapa nama klien dan mahasiswa/perawat memperkenalkan diri b. Menjelaskan prosedur dan tujuan tindakan kepada klien

	c. Melakukan kontrak waktu dan tempat kepada klien d. Menanyakan persetujuan dan persiapan klien sebelum diberikan tindakan <i>Slow Deep Breathing</i> 3. Tahap Kerja a. Atur klien dengan posisi berbaring atau duduk b. Kedua tangan klien diletakkan diatas perut c. Anjurkan melakukan napas secara perlahan dan dalam melalui hidung d. Tarik napas selama 3 detik, rasakan abdomen mengembang saat menarik napas e. Kerutkan bibir, keluarkan melalui mulut dan hembuskan napas secara perlahan selama 6 detik, rasakan abdomen bergerak ke bawah f. Ulangi langkah 1-5 selama 5 menit g. Latihan slow deep breathing dilakukan sebanyak 6-10x/menit selama 5 menit. 4. Tahap Terminasi a. Merapihkan lat b. Evaluasi setelah pemberian terapi relaksasi <i>slow deep breathing</i> c. Kontrak tindak lanjut d. Salam e. Dokumentasi hasil tindakan (Risesdas, 2018)
--	---

Lampiran 6

	SOP PEMBUATAN JUS MENTIMUN
	SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR)
Pengertian	Suatu kegiatan memberikan terapi yang menggunakan jus mentimun sebagai media utamanya, dengan menggunakan metode diminum.
Tujuan	Untuk mengontrol tekanan darah dan memberikan efek penurunan tekanan darah
Kandungan	Buah Mentimun mempunyai kandungan kalium, Magnesium, fosfor yang menimbulkan efek vasodilatasi sehingga menyebabkan penurunan retensi perifer total dan meningkatkan output jantung, sehingga tekanan darah sistolik dan diastolic menurun
Alat dan Bahan	1. Buah mentimun ≤ 100 gr 2. Air 150 cc 3. Blender 4. Pisau 5. Gelas 6. Saringan
Prosedur Pelaksanaan	1. Cuci bersih mentimun. Kemudian kupas kulit pada mentimun 2. Potong mentimun menjadi beberapa bagian agar mempermudah proses pembuatan jus 3. Masukkan potongan mentimun ke dalam blender

	4. Tambahkan 150 ml air matang 5. Blender mentimun hingga halus 6. Setelah itu, letakkan saringan diatas gelas ukur 7. Tuang mentimun yang sudah di blender ke dalam saringan. Kemudian peras menggunakan sendok sehingga keluar perasan air pada jus mentimun tersebut 8. Tuang jus kedalam gelas dan jus siap dikonsumsi (2kali sehari, pagi dan malam). (Yanita, 2017)
--	---

Lampiran 7

FORMAT PENGKAJIAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

Tanggal Pengkajian : Senin, 20 Mei 2024
 Tanggal Masuk :
 Ruang / Kelas :
 Nomor Register :
 Diagnosa Medis :

A. IDENTITAS KLIEN

Nama Klien : Ny. ST
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Usia : 49 tahun
 Status Perkawinan : kawin
 Agama : Islam
 Suku Bangsa : Jawa
 Pendidikan : SD
 Bahasa yang digunakan : Indonesia
 Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 Alamat : Jl. Buntar RT005 / RW 004 No. 37
 Sumber biaya : Pribadi / perusahaan / lain-lain (sebutkan : ... BPTS ...)*
 Sumber informasi : Pasien / Keluarga / ...*

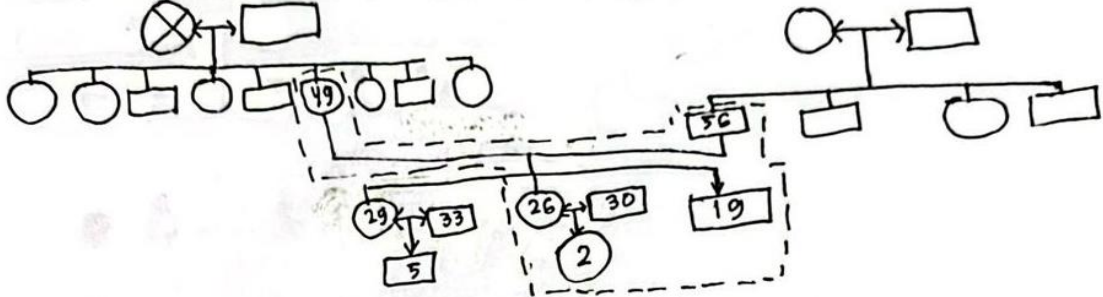
B. RIWAYAT KEPERAWATAN

1. Riwayat Kesehatan Sekarang
 - a. Keluhan utama : Ny. ST mengatakan kepala pusing, tengkuk terasa kaku seperti ditusuk tusuk
 - b. Kronologis keluhan : Ny. ST mengatakan cemas dan stres ketika permasalahan keluarga
 - + Faktor pencetus : ekonomi keluarga
 - + Timbulnya keluhan : () Mendadak (X) Bertahap
 - + Lamanya : Hing timbul
 - + Upaya mengatasi : Minum obat dan herbal seperti rebusan daun salam
2. Riwayat Kesehatan Masa lalu
 - a. Riwayat alergi (obat, makanan, binatang, lingkungan)
 Ny. ST mengatakan tidak memiliki alergi
 - b. Riwayat Kecelakaan :
 Ny. ST mengatakan tidak memiliki riwayat kecelakaan
 - c. Riwayat di rawat di RS (kapan, alasan,, dan berapa lama) :
 Ny. ST mengatakan tidak memiliki riwayat dirawat di RS.

d. Riwayat penggunaan obat-obatan :

Amiodipin 1 x 10 gr

3. Riwayat Kesehatan Keluarga (Genogram dan keterangan)



4. Penyakit yang pernah di derita oleh anggota keluarga (faktor resiko)
Ibunda dan Ny. ST meninggal disebabkan perdarahan hebat setelah melahirkan anak terakhirnya.

5. Riwayat Psikososial dan Spiritual

a. Adakah orang terdekat dengan pasien :

Suami, anak dan cucu

b. Interaksi dalam keluarga

+ Pola komunikasi

Harmonis

+ Pembuatan keputusan

Musyawarah

+ Kegiatan kemasyarakatan

Aktif, Baik

c. Dampak penyakit pasien terhadap keluarga :

keluarga khawatir dengan kondisi Ny. ST

d. Masalah yang mempengaruhi pasien :

keluarga, ekonomi keluarga, dan anak yang keduanya beserta cucu dan menantunya yang masih tinggal serumah.

e. Mekanisme koping terhadap stress

() Pemecahan masalah

(✓) Minum obat, herbalogi (rebusan daun sate

() Makan

() Cari pertolongan

() Tidur

() Lain - lain, sebutkan :

f. Persepsi pasien terhadap penyakitnya :

+ Hal yang sangat di pikirkan saat ini :

keluarga, karena ekonomi keluarga sedang tidak stabil ditambah, anak yang kedua beserta cucu dan suaminya masih tinggal bersama.

+ Harapan setelah menjalani perawatan :

Agar tekanan darah yang dialami dapat terkontrol agar tidak terjadi komplikasi di kemudian hari.

- + Perubahan yang di rasakan setelah jatuh sakit :
Tidak boleh cemas berlebihan dan coping stress

g. Sistem nilai kepercayaan :

- + Nilai-nilai yang bertentangan dengan kesehatan :
Tidak ada

- + Aktivitas Agama / Kepercayaan yang di lakukan :
Sholat, berdoa dan ngaji

6. Kondisi Lingkungan Rumah

(Lingkungan rumah yang mempengaruhi kesehatan saat ini) :

luas rumah : Bangunan 100m² milik sendiri (permanen), terdiri dari bangunan antara lain antara lain 3 ruang kamar tidur, 1 Ruang kamar mandi, 1 ruang keluarga, dapur, halaman keadaan rumah cukup bersih, penerangan matahari masuk kedalam ruangan ventrik baik dan membuang sampah diambil oleh petugas, sumber air PDAM.

Pola Kebiasaan	Sebelum Sakit	Sesudah Sakit (di RS)
Nutrisi		
a. Makan		
+ Frekuensi / hari	2 kali	2 kali
+ Nafsu makan	Normal	Normal
+ Gangguan makanan (mual, muntah, sariawan, dsb)	Tidak ada	Tidak ada
+ Porsi makanan	1 porsi	1 porsi
+ Jenis makanan	Makanan hangat	Makanan hangat
+ Makanan yang di sukai	cepat saji	cepat saji
+ Makanan yang tidak di sukai	berbahan ikan	berbahan ikan
+ Makanan pantangan	Makanan Asin	Makanan Asin
+ Penggunaan alat bantu (NGT / OGT, mandiri, dll)	Mandiri	Mandiri
b. Minum		
+ Kuantitas (liter / hari)	2 Liter	2 Liter
+ Jenis minuman	Air mineral	Air mineral
+ Minuman yang disukai	Teh hangat	Teh hangat
+ Minuman yang tidak di sukai	kopi, alkohol	kopi, alkohol
+ Minuman pantangan	kopi, alkohol	kopi, alkohol
Eliminasi		
a. BAB		
+ Frekuensi / hari	1x / hari	1x / hari

✦ Waktu ✦ Warna ✦ Konsistensi ✦ Keluhan ✦ Penggunaan pencahar	10-15 menit kuning coklat setengah padat Tidak ada Tidak ada	10-15 menit kuning coklat setengah padat Tidak ada Tidak ada
b. BAK ✦ Frekuensi / hari ✦ Warna ✦ Keluhan ✦ Penggunaan alat bantu (kateter, dll)	5-6 kali kuning jernih Tidak ada Tidak ada	5-6 kali kuning jernih Tidak ada Tidak ada
Personal Hygiene		
a. Mandi ✦ Frekuensi / hari ✦ Penggunaan sabun mandi ✦ Cara (dibantu / mandiri) ✦ Waktu	2-3 kali / hari sabun batang mandiri 15-20 menit	2-3 kali / hari sabun batang mandiri 15-20 menit
b. Oral hygiene ✦ Frekuensi/hari ✦ Penggunaan pasta gigi ✦ Cara (dibantu/mandiri) ✦ Waktu	2-3 kali / hari iya mandiri 5-10 menit	2-3 kali / hari iya mandiri 5-10 menit
c. Cuci Rambut ✦ Frekuensi/hari/minggu ✦ Penggunaan Shampo ✦ Cara (Dibantu, mandiri)	3 kali / minggu iya mandiri	3 kali / minggu iya mandiri
d. Perawatan Kuku ✦ Frekuensi/minggu.bulan ✦ Cara (dibantu/mandiri) ✦ Alat yang digunakan (Silet, gunting kuku, dsb)	1 kali / bulan mandiri gunting kuku	1 kali / bulan gunting kuku
Istirahat dan tidur		
a. Istirahat ✦ Kegiatan saat istirahat (baca buku, nonton tv, dsb) ✦ Waktu istirahat ✦ Orang yang menemani waktu istirahat	Main Hp 1 jam ucu	Main Hp 30 menit ucu
b. Tidur ✦ Lama tidur siang (jam / hari) ✦ Lama tidur malam (jam / hari) ✦ Kebiasaan sebelum tidur	1-2 jam 7-8 jam Main Hp	1-2 jam 6-7 jam Main Hp

✦ Gangguan tidur	Tidak ada	Tidak ada
Aktivitas dan latihan	Tidak	Tidak
✦ Waktu bekerja (pagi/siang/malam)	Tidak	Tidak
✦ Lama bekerja (jam / hari)	Tidak	Tidak
✦ Aktif Olahraga	Tidak	Tidak
✦ Jenis Olahraga	Tidak	Tidak
✦ Frekuensi Olahrag / minggu	Tidak	Tidak
✦ Keluhan ketika beraktifitas	Tidak	Tidak
Kegiatan yang mempengaruhi kesehatan		
a. Merokok	Tidak	Tidak
✦ Ya / tidak	Tidak	Tidak
✦ Jumlah (batang/hari)	Tidak	Tidak
✦ Lama pemakaian (... tahun / bulan / minggu / hari yang lalu)	Tidak	Tidak
b. Minuman keras / NAFZA		
✦ Ya / tidak	Tidak	Tidak
✦ Jenis	Tidak	Tidak
✦ Frekuensi (/ hari, atau / minggu)	Tidak	Tidak
✦ Lama pemakaian (... tahun / bulan / minggu / hari yang lalu)	Tidak	Tidak

C. PENGKAJIAN FISIK

1. Pemeriksaan Fisik Umum

- a. Berat badan : 50 kg Sebelum sakit : 58 kg
- b. Tinggi badan : 155 cm
- c. Tekanan darah : 150/99 mmHg
- d. Nadi : 113 x/menit
- e. Frekuensi nafas : 20 x/menit
- f. Suhu tubuh : 36 ° C
- g. Keadaan umum () Sakit Ringan (✓) Sakit Sedang
() Sakit Sedang
- h. Pembesaran kelenjar betah bening (✓) Tidak () Ya, Lokasi :

2. Sistem Penglihatan

- a. Posisi mata (✓) Simetris () Asimetris
- b. Kelopak mata (✓) Normal () Ptosis
- c. Pergerakan bola mata (✓) Normal () Abnormal

d. Konjunktiva

☒ Merah muda

☐ Sangat merah

☐ Anemis

e. Kornea

☒ Normal

☐ Keruh /
berkabut

☐ Terdapat perdarahan

f. Sklera

☐ Ikterik

☒ Anikterik

g. Pupil

☒ Isokor

☐ Anisokor

☐ Midriasis

☐ Miosis

h. Otot – otot mata

☒ Tidak ada kelainan

☐ Juling
kedalam

☐ Juling ke luar

i. Fungsi penglihatan

☒ Baik

☐ Kabur

☐ Dua bentuk / diplopia

j. Tanda – tanda radang

: Tidak

k. Pemakaian kaca mata

: Ya, jenis :

Tidak : ☒

l. Pemakaian kontak

: Tidak

lensa

m. Reaksi terhadap

: Normal

cahaya

3. Sistem Pendengaran

a. Daun telinga

☒ Normal

☐ Tidak, kanan / kiri

b. Karakteristik serumen

Warna : kuning

Konsistensi : setengah padat

Bau : khas

c. Kondisi telinga tengah

☒ Normal

☐ Kemerahan

☐ Bengkak

☐ Terdapat lesi

d. Cairan dari telinga

☒ Tidak

☐ Darah

☐ Nanah

☐ lain-lain,

e. Perasaan penuh di telinga

☐ Ya

☒ Tidak

f. Tinitus

☐ Ya

☒ Tidak

g. Fungsi pendengaran

☒ Normal

☐ Kurang

☐ Tuli, kanan / kiri

h. Gangguan keseimbangan

☐ Ya

☒ Tidak

i. Pemakaian alat bantu

☐ Ya

☒ Tidak

4. Sistem Wicara

☒ Normal

☐ Tidak :

☐ Aphasia

☐ Aphonia

☐ Dysarthria

☐ Dysphasia

☐ Anarthria

5. Sistem Pernafasan

- a. Jalan nafas : ☐ Bersih ☐ Ada sumbatan,
Jenis :
- b. Pernafasan : ☒ Sesak ☐ Tidak sesak
- c. Penggunaan otot bantu : ☐ Ya ☒ Tidak
- d. Frekuensi : 20 X / menit
- e. Irama : ☐ Teratur ☒ Tidak teratur
- f. Jenis pernafasan : ☐ Spontan ☐ Chetnestoke
☐ Kausmaull ☐ Biot
☐ lainnya.....
- g. Kedalaman : ☒ Dalam ☐ Dangkal
- h. Batuk : ☐ Ya ☐ Produktif
☒ Tidak Produktif
- i. Sputum : ☐ Ya ☒ Tidak
☐ Putih/kuning/hijau
- j. Konsistensi : ☐ Kental ☐ Encer
- k. Terdapat darah : ☐ Ya ☒ Tidak
- l. Palpasi dada : Tidak ada Nyeri
- m. Perkusi dada : Terdengar suara dullness
- n. Suara nafas : ☒ Vesikuler ☐ Ronkhi
☐ Wheezing ☐ Rales
- o. Nyeri saat bernafas : ☐ Ya ☒ Tidak
- p. Penggunaan alat bantu : ☐ Ya ☒ Tidak nafas

6. Sistem Kardiovaskuler

- a. Sirkulasi perifer
- ✦ Nadi : 113 x / menit
- ✦ Irama : ☒ Teratur ☐ Tidak teratur
- ✦ Denyut : ☐ Lemah ☒ Kuat
- ✦ Tekanan darah : 150/99 mmHg
- Distensi vena jugularis :
- Kanan : ☐ Ya ☒ Tidak
- Kiri : ☐ Ya ☒ Tidak
- Temperatur kulit : ☒ Hangat ☐ Dingin
- Warna kulit : ☐ Pucat ☒ Kemerahan
☐ Cyanosis
- Pengisian kapiler : 2 detik

- Edema : () Ya : (☒) Tidak
 - () Tungkai atas
 - () Periorbital
 - () Skrotalis
 - () Tungkai bawah
 - () Muka
 - () Anasarka

- b. Sirkulasi jantung
 - Kecepatan denyut apikal : 113 x / menit
 - Irama : (☒) Teratur () Tidak teratur
 - Kelainan bunyi jantung : () Murmur () Gallop
 - Sakit dada Timbulnya : () Ya () Gallop
 - Karakteristik : () Saat aktifitas () Tanpa aktivitas (☒) Tidak
 - : () Seperti ditusuk
 - () Seperti terbakar
 - () Seperti tertimpa benda berat
 - Skala nyeri :

7. Sistem Hematologi
Gangguan Hematologi

- Pucat : () Ya (☒) Tidak
- Perdarahan : () Ya (☒) Tidak
 - () Petekie (☒) Tidak
 - () Purpura
 - () Mimisan () Tidak
 - () Perdarahan gusi () Migrain
 - () Ekimosis () Somnolent

8. Sistem saraf pusat

- Keluhan sakit kepala : () Vertigo () Sopor
- () Lainnya:
- Tingkat kesadaran : (☒) Compos mentis () Koma
- () Apatis
- Scale (GCS) : E : 4 V : 5 Glasgow Coma
- M : 6
- ✦ Tanda-tanda : () Ya (☒) Tidak peningkatan TIK
- () Muntah proyektil () Nyeri kepala hebat
- () Papil edema
- ✦ Gangguan Sistem : () Kejang () Disorientasi

- Persarafan : ☐ Mulut mencong ☐ Kelumpuhan Ekstremitas (kanan/kiri/atas/bawah)
☐ Polineuritis / kesemutan
- + Pemeriksaan refleks :
 Reflek fisiologis : ☒ Normal ☐ Tidak
 Reflekpatologis : ☐ Ya ☐ Tidak

9. Sistem Pencernaan

a. Keadaan mulut

- + Karies : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Gigi berlubang : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Penggunaan gigi palsu : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Stomatitis : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Lidah kotor : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Salifa ☒ Normal ☐ Abnormal

- b. Muntah : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Isi : ☐ Makanan ☐ Darah
☐ Cairan

- + Warna : ☐ Sesuai warna makanan ☐ Kuning
☐ Kehijauan ☐ Hitam
☐ Coklat

- + Frekuensi : x / hari
 + Jumlah : ml

- c. Nyeri daerah perut
☐ Ya ☒ Tidak

- d. Skala nyeri :

e. Lokasi & karakter nyeri

- ☐ Seperti di tusuk-tusuk ☐ Melilit ☐ Kanan atas
☐ Panas / seperti terbakar ☐ Setempat ☐ Kanan bawah
☐ Berpindah-pindah ☐ Menyebar ☐ Kiri Bawah
☐ Cramp ☐ kiri atas

- f. Bising usus :⁸ x / menit

- g. Diare
☐ Ya ☒ Tidak

Lamanya :
Frekuensi : x / hari

h. Warna Feses

- + kuning ☒
- + Coklat ()
- + Hitam ()
- + Putih seperti air cucian beras ()
- + Seperti dempul ()

i. Konsistensi Feses

- + Setengah padat ☒ ▪ Berdarah ()
- + Terdapat lendir () ▪ Tidak ada kelainan ()
- + Cair ()

j. Konstipasi

- + Ya () ▪ Tidak ☒
- + Lamanya : hari

k. Hepar

- + Teraba () ▪ Tidak teraba ()

l. Abdomen

- + Lembek () ▪ Assites ()
- + Kembung () ▪ Distensi ()

10. Sistem endokrin

- + Pembesaran kelenjar tiroid : () Ya ☒ Tidak
() Exophthalmus
() Tremor
() Diaporesis
- + Nafas bau keton : () Ya ☒ Tidak
- + Luka Gangren : () Ya ☒ Tidak
Lokasi :
- + Polidipsi ()
- + Pilophagi ()
- + Poliuri ()

11. Sistem Urogenital

a. Balance Cairan

Intake : 2000 ml Output : 1200 ml

b. Perubahan pola kemih

- + ☐ Retensi + ☐ Urgensi + ☐ Disuria
- + ☐ Tidak lampias + ☐ Nokturia + ☐ Inkontinensia
- + ☐ Anuria

c. B.A.K

Warna

- + ☒ Kuning jernih + ☐ Kuning kental / coklat
- + ☐ Merah + ☐ Putih

d. Distensi kandung kemih

- ☐ Ya ☒ Tidak

e. Sakit pinggang

- ☐ Ya ☒ Tidak

f. Skala nyeri :

12. Sistem Integumen

- Turgor kulit : ☒ Baik () Buruk
- Temperatur kulit : 36 ° C
- Warna Kulit :
 - () Pucat () Sianosis ☒ Kemerahan
- Keadaan kulit : ☒ Baik () Lesi () Ulkus
 - () Luka, lokasi :
 - () Insisi operasi, lokasi :
 - Kondisi luka :
 - () Gatal-gatal () Memar / lebam
 - () Luka bakar, grade : luas luka :%
 - () Dekubitus, lokasi :
 - () Kelainan pigmen

+ Kelainan kulit

- () Ya, sebutkan : ☒ Tidak

+ Kondisi kulit daerah pemasangan infus : Tidak ada

+ Keadaan rambut

- Tekstur : ☒ Baik () Tidak () Alopesia
- Kebersihan : ☒ Bersih () Ketombe () Lengket
- () Lainnya :

✦ Keadaan kuku

- ☒ Normal () Abnormal () Paronikia () Clubbing
☐ Garis beau () Spoon nail

13. Sistem Muskuloskeletal

- Kesulitan dalam pergerakan : () Ya ☒ Tidak
 ▪ Sakit pada tulang, sendi, kulit : () Ya ☒ Tidak
 ▪ Fraktur : () Ya ☒ Tidak

Lokasi :

Kondisi :

✦ Kelainan bentuk tulang sendi :

- ☐ Kontraktur () Bengkak

() Lainnya, sebutkan :

✦ Kelainan struktur tulang belakang :

- ☐ Skoliosis () Lordosis () Kiposis

✦ Keadaan tonus otot

- ☒ Baik () Hipertoni () Hipotoni () Atoni

✦ Kekuatan otot

5555	5555
5555	5555

Keterangan :

kemampuan pergerakan sendi dan tungkai (ROM) bebas, kekuatan otot telah digambarkan, tidak ada fraktur, tidak ada dislokasi akral hangat, turgor kulit elastis, tidak ada edema, kebersihan kulit bersih, melakukan ADL secara mandiri

D. DATA PENUNJANG (Laboratorium, radiologi, endoskopi, EKG, dsb)

Kadar kolesterol 165 mg/dL

E. PENATALAKSANAAN (Terapi / tindakan pengobatan, termasuk diet)

Amlodipin 1 x 10 gram

rebusan daun salam 2 x 200 mL (sehari dua kali)

F. RESUME

Berisi tentang pasien mulai masuk RS dan masuk ruang perawatan yang meliputi : data fokus, masalah keperawatan yang muncul, tindakan keperawatan mandiri serta kolaborasi yang telah dilakukan secara umum sebelum dilakukan pengkajian oleh mahasiswa.

Ny. ST mengatakan sudah 4 bulan mengalami hipertensi. Ny. ST pertama kali mengetahui dirinya mengalami Hipertensi sering merasakan nyeri pada kepala bagian belakang dan tengkuk terasa kaku kemudian Ny. ST memeriksanya dirinya ke puskesmas dengan hasil pengukuran tekanan darah 160/90 mmHg. Ny. ST tidak pernah menyangka akan terkena hipertensi karena hanya menganggap sedang stress saja. Kemudian Ny. ST mengatakan memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan olahan yang bertekstur cepat saji. Ny. ST mengatakan tidak pernah berolahraga dan stress yang dialaminya disebabkan oleh cemas dengan situasi pada ekonomi keluarganya, karena anaknya yang kedua beserta mantu dan cucunya masih tinggal bersama.

G. DATA TAMBAHAN (PENGAJIAN PEMAHAMAN TENTANG PENYAKIT)

Ny. ST mengatakan hipertensi adalah hasil pengukuran tekanan darah yang tinggi seperti hasil tekanan darahnya. Ny. ST mengatakan penyebab hipertensi dan mengonsumsi garam berlebih, tanda gejala dari hipertensi adalah nyeri pada kepala bagian belakang, pusing dan nyeri pada tengkuk. Ny. ST mengatakan komplikasi dari hipertensi adalah stroke. Ny. ST mengatakan hanya mengetahui pencegahan adalah mengurangi konsumsi garam berlebih, namun Ny. ST masih suka mengkonsumsi makanan cepat saji. Ny. ST mengatakan tidak pernah berolahraga seperti berolahraga seperti berjalan kaki di pagi hari, senam ataupun olahraga aerobik. Ny. ST mengatakan pengobatan hipertensi yang sudah diberikan oleh puskesmas adalah amlodipin, namun Ny. ST menghentikan karena takut efek samping di kemudian hari.

FORMAT PENGKAJIAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

Tanggal Pengkajian : Senin, 20 Mei 2024
 Tanggal Masuk :
 Ruang / Kelas :
 Nomor Register :
 Diagnosa Medis :

A. IDENTITAS KLIEN

Nama Klien : Ny. SL
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Usia : 46 tahun
 Status Perkawinan : kawin
 Agama : Islam
 Suku Bangsa : Jawa
 Pendidikan : SMP
 Bahasa yang digunakan : Indonesia
 Pekerjaan : Ibu rumah tangga
 Alamat : Jl. Bunut RT 005 / RW 004 No. 36
 Sumber biaya : Pribadi / perusahaan / lain-lain (sebutkan : BPTS)*
 Sumber informasi : Pasien / Keluarga /*

B. RIWAYAT KEPERAWATAN

1. Riwayat Kesehatan Sekarang
 - a. Keluhan utama : Ny. SL mengatakan nyeri pada tengkuk dan berat
 - b. Kronologis keluhan : Ny. SL mengatakan nyeri timbul saat melakukan aktivitas berat
 - + Faktor pencetus : Ny. SL mengatakan menyukai makanan cepat saji dan dan kelelahan memasak dominan rasa asin
 - + Timbulnya keluhan : () Mendadak (✓) Bertahap
 - + Lamanya : hilang timbul
 - + Upaya mengatasi : minum obat seperti Amiodipin dan candasertan
2. Riwayat Kesehatan Masa lalu kemudian di dirikan
 - a. Riwayat alergi (obat, makanan, binatang, lingkungan)
Ny. SL mengatakan tidak memiliki alergi
 - b. Riwayat Kecelakaan :
Ny. SL mengatakan Tidak memiliki riwayat kecelakaan
 - c. Riwayat di rawat di RS (kapan, alasan,, dan berapa lama) :
Ny. SL mengatakan Tidak pernah di RS. (dirawat)

- + Hal yang sangat di pikirkan saat ini :
Ny-st mengatakan supaya tanda gejala hipertensi tidak kembali
- + Harapan setelah menjalani perawatan :
Supaya dapat terkontrol tekanan darah sehingga terhindar dari komplikasi hipertensi.

- + Perubahan yang di rasakan setelah jatuh sakit :
Mudah ulah

g. Sistem nilai kepercayaan :

- + Nilai-nilai yang bertentangan dengan kesehatan :
Tidak ada

- + Aktivitas Agama / Kepercayaan yang di lakukan :
sholat, berdoa, mengaji

6. Kondisi Lingkungan Rumah

(Lingkungan rumah yang mempengaruhi kesehatan saat ini) :
luas rumah : Bangunan 100 m², milik sendiri (permanen), terdiri dari 9 ruangan
antara lain : 3 kamar tidur, 1 ruang tamu, 1 kamar mandi, 1 ruang keluarga dan halaman
keadaan cukup rapih dan bersih, penerangan baik, sinar matahari dapat masuk,
7. Pola Kebiasaan sehari-hari penerangan menggunakan lampu listrik, ventilasi rumah
baik, pembuangan sampah diambil oleh petugas, sumber
air PDAM,

Pola Kebiasaan	Sebelum Sakit	Sesudah Sakit (di RS)
Nutrisi		
a. Makan		
+ Frekuensi / hari	<u>2-3 kali</u>	<u>3 kali</u>
+ Nafsu makan	<u>Normal</u>	<u>Normal</u>
+ Gangguan makanan (mual, muntah, sariawan, dsb)	<u>Tidak ada</u>	<u>Tidak ada</u>
+ Porsi makanan	<u>1 porsi</u>	<u>1 porsi</u>
+ Jenis makanan	<u>Makanan hangat</u>	<u>Makanan Hangat</u>
+ Makanan yang di sukai	<u>Cepat saji</u>	<u>Cepat saji</u>
+ Makanan yang tidak di sukai	<u>Tidak ada</u>	<u>Tidak ada</u>
+ Makanan pantangan	<u>Makanan asin</u>	<u>Makanan asin</u>
+ Penggunaan alat bantu (NGT / OGT, mandiri, dll)	<u>Tidak ada</u>	<u>Tidak ada</u>
b. Minum		
+ Kuantitas (liter / hari)	<u>1,5 Liter</u>	<u>2 Liter</u>
+ Jenis minuman	<u>Air Mineral</u>	<u>Air mineral</u>
+ Minuman yang disukai	<u>Teh hangat</u>	<u>Teh hangat</u>
+ Minuman yang tidak di sukai	<u>kopi, alkohol</u>	<u>kopi, alkohol</u>
+ Minuman pantangan	<u>kopi, alkohol</u>	<u>kopi, alkohol</u>
Eliminasi		
a. BAB		
+ Frekuensi / hari	<u>1 kali / hari</u>	<u>1 kali / hari</u>

✦ Waktu ✦ Warna ✦ Konsistensi ✦ Keluhan ✦ Penggunaa pencahar	10-15 menit Kuning Setengah padat Tidak ada Tidak ada	10-15 menit Kuning Setengah padat Tidak ada Tidak ada
b. BAK ✦ Frekuensi / hari ✦ Warna ✦ Keluhan ✦ Penggunaan alat bantu (kateter, dll)	4-5 kali Kuning Jernih Tidak ada Tidak ada	4-5 kali Kuning Jernih Tidak ada Tidak ada
Personal Hygiene		
a. Mandi ✦ Frekuensi / hari ✦ Penggunaan sabun mandi ✦ Cara (dibantu / mandiri) ✦ Waktu	2-3 kali Sabun Cair Mandiri 15-20 menit	2-3 kali Sabun Cair Mandiri 15-20 menit
b. Oral hygiene ✦ Frekuensi/hari ✦ Penggunaan pasta gigi ✦ Cara (dibantu/mandiri) ✦ Waktu	2 kali Iya Mandiri 10 menit	2 kali Iya Mandiri 5-10 menit
c. Cuci Rambut ✦ Frekuensi/hari/minggu ✦ Penggunaan Shampo ✦ Cara (Dibantu, mandiri)	3 kali / mgg Iya Mandiri	3 kali / mgg Iya Mandiri
d. Perawatan Kuku ✦ Frekuensi/minggu.bulan ✦ Cara (dibantu/mandiri) ✦ Alat yang digunakan (Silet, gunting kuku, dsb)	1 kali / bulan Mandiri	1 kali / bulan Mandiri
Istirahat dan tidur		
a. Istirahat ✦ Kegiatan saat istirahat (baca buku, nonton tv, dsb) ✦ Waktu istirahat ✦ Orang yang menemani waktu istirahat	Nonton Tv 1 jam Tidak ada	Nonton Tv, Hp 1-2 jam Tidak ada
b. Tidur ✦ Lama tidur siang (jam / hari) ✦ Lama tidur malam (jam / hari) ✦ Kebiasaan sebelum tidur	2-3 jam 8-9 jam Main Hp	2-3 jam 7-8 jam Main Hp

✦ Gangguan tidur	Tidak ada	Tidak ada
Aktivitas dan latihan		
✦ Waktu bekerja (pagi/siang/malam)	Tidak	Tidak
✦ Lama bekerja (jam / hari)	Tidak	Tidak
✦ Aktif Olahraga	Ya	Ya
✦ Jenis Olahraga	Jalan kaki	Jalan kaki
✦ Frekuensi Olahrag / minggu	Tiap pagi	Tiap pagi
✦ Keluhan ketika beraktifitas	Mudah lelah	Mudah lelah
Kegiatan yang mempengaruhi kesehatan		
a. Merokok		
✦ Ya / tidak	Tidak	Tidak
✦ Jumlah (batang/hari)	Tidak	Tidak
✦ Lama pemakaian (... tahun / bulan / minggu / hari yang lalu)	Tidak	Tidak
b. Minuman keras / NAFZA		
✦ Ya / tidak	Tidak	Tidak
✦ Jenis	Tidak	Tidak
✦ Frekuensi (/ hari, atau / minggu)	Tidak	Tidak
✦ Lama pemakaian (... tahun / bulan / minggu / hari yang lalu)	Tidak	Tidak

C. PENGKAJIAN FISIK

1. Pemeriksaan Fisik Umum

- a. Berat badan : 56 kg Sebelum sakit : 55 kg
- b. Tinggi badan : 158 cm
- c. Tekanan darah : 145/96 mmHg
- d. Nadi : 105 x/menit
- e. Frekuensi nafas : 20 x/menit
- f. Suhu tubuh : 36,3 °C
- g. Keadaan umum () Sakit Ringan () Sakit Sedang
(✓) Sakit Sedang
- h. Pembesaran kelenjar betah bening (✓) Tidak () Ya, Lokasi :

2. Sistem Penglihatan

- a. Posisi mata (✓) Simetris () Asimetris
- b. Kelopak mata (✓) Normal () Ptosis
- c. Pergerakan bola mata (✓) Normal () Abnormal

- d. Konjunktiva ☒ Merah muda ☐ Sangat merah
☐ Anemis
- e. Kornea ☒ Normal ☐ Keruh / berkabut
☐ Terdapat perdarahan
- f. Sklera ☐ Ikterik ☒ Anikterik
g. Pupil ☒ Isokor ☐ Anisokor
☐ Midriasis ☐ Miosis
- h. Otot – otot mata ☒ Tidak ada kelainan ☐ Juling kedalam
☐ Juling ke luar
- i. Fungsi penglihatan ☒ Baik ☐ Kabur
☐ Dua bentuk / diplopia
- j. Tanda – tanda radang : Tidak
- k. Pemakaian kaca mata : Ya, jenis :
- l. Pemakaian kontak : tidak Tidak : ☐
- lensa
- m. Reaksi terhadap : Normal
cahaya

3. Sistem Pendengaran

- a. Daun telinga ☒ Normal ☐ Tidak, kanan / kiri
- b. Karakteristik serumen Warna : kuning Konsistensi : lunak
Bau : tidak
- c. Kondisi telinga tengah ☒ Normal ☐ Kemerahan
☐ Bengkak ☐ Terdapat lesi
- d. Cairan dari telinga ☒ Tidak ☐ Darah
☐ Nanah ☐ lain-lain,.....
- e. Perasaan penuh di telinga ☐ Ya ☒ Tidak
- f. Tinitus ☐ Ya ☒ Tidak
- g. Fungsi pendengaran ☒ Normal ☐ Kurang
☐ Tuli, kanan / kiri
- h. Gangguan keseimbangan ☐ Ya ☒ Tidak
- i. Pemakaian alat bantu ☐ Ya ☒ Tidak

4. Sistem Wicara

- ☒ Normal ☐ Tidak :
- ☐ Aphasia
- ☐ Aphonía
- ☐ Dysarthria
- ☐ Dysphasia
- ☐ Anarthria

5. Sistem Pernafasan

- a. Jalan nafas : ☒ Bersih () Ada sumbatan,
Jenis :
- b. Pernafasan : () Sesak (☒ Tidak sesak
- c. Penggunaan otot bantu : () Ya (☒ Tidak
- d. Frekuensi : 20 X / menit
- e. Irama : ☒ Teratur () Tidak teratur
- f. Jenis pernafasan : ☒ Spontan () Chetnestoke
() Kausmaull () Biot
() lainnya.....
- g. Kedalaman : ☒ Dalam () Dangkal
- h. Batuk : () Ya () Produktif
(☒ tidak Produktif
- i. Sputum : () Ya (☒ Tidak
() Putih/kuning/hijau
- j. Konsistensi : () Kental () Encer
- k. Terdapat darah : () Ya (☒ Tidak
- l. Palpasi dada : Tidak ada nyeri
- m. Perkusi dada : Terdengar suara dullness
- n. Suara nafas : ☒ Vesikuler () Ronkhi
() Wheezing () Rales
- o. Nyeri saat bernafas : () Ya (☒ Tidak
- p. Penggunaan alat bantu : () Ya (☒ Tidak nafas

6. Sistem Cardiovaskuler

- a. Sirkulasi perifer
- ✦ Nadi : 105 x / menit
- ✦ Irama : ☒ Teratur () Tidak teratur
- ✦ Denyut : () Lemah (☒ Kuat
- ✦ Tekanan darah : 145/96 mmHg
- Distensi vena jugularis :
- Kanan : () Ya (☒ Tidak
- Kiri : () Ya (☒ Tidak
- Temperatur kulit : ☒ Hangat () Dingin
- Warna kulit : () Pucat (☒ Kemerahan
() Cyanosis
- Pengisian kapiler : 2 detik

▪ Edema : () Ya : (✓) Tidak
 () Tungkai atas
 () Periorbital
 () Skrotalis
 () Tungkai bawah
 () Muka
 () Anasarka

b. Sirkulasi jantung

▪ Kecepatan denyut apikal : x / menit
 ▪ Irama : (✓) Teratur () Tidak teratur
 ▪ Kelainan bunyi jantung : () Murmur () Gallop
 ▪ Sakit dada Timbulnya : (✓) Ya () Tidak
 Karakteristik : (✓) Saat aktifitas () Tanpa aktivitas () Tidak
 : (✓) Seperti ditusuk () Seperti terbakar
 : () Seperti tertimpa benda berat
 Skala nyeri : 5

7. Sistem Hematologi

Gangguan Hematologi

▪ Pucat : () Ya
 ▪ Perdarahan : () Ya
 () Petekie (✓) Tidak
 () Purpura () Tidak
 () Mimisan () Migrain
 () Perdarahan gusi () Somnolent
 () Ekimosis

8. Sistem saraf pusat

▪ Keluhan sakit kepala : () Vertigo () Sopor
 () Lainnya:
 ▪ Tingkat kesadaran : (✓) Compos mentis () Koma
 () Apatis
 Scale (GCS) : E : 4 V : 5 Glasgow Coma
 M : 6
 + Tanda-tanda : () Ya () Tidak peningkatan TIK
 () Muntah proyektil () Nyeri kepala hebat
 () Papil edema
 + Gangguan Sistem : () Kejang () Disorientasi

- Persarafan : ☐ Mulut mencong ☐ Kelumpuhan Ekstremitas (kanan/kiri/atas/bawah)
☐ Polineuritis / kesemutan
- + Pemeriksaan refleks :
 Reflek fisiologis : ☒ Normal ☐ Tidak
 Reflekpatologis : ☐ Ya ☒ Tidak

Sistem Pencernaan

a. Keadaan mulut

- + Karies : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Gigi berlubang : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Penggunaan gigi palsu : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Stomatitis : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Lidah kotor : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Salifa : ☒ Normal ☐ Abnormal
- b. Muntah : ☐ Ya ☒ Tidak
 + Isi : ☐ Makanan ☐ Darah
☐ Cairan
- + Warna : ☐ Sesuai warna makanan ☐ Kuning
☐ Kehijauan ☐ Hitam
☐ Coklat
- + Frekuensi : x / hari
 + Jumlah : ml

c. Nyeri daerah perut

- ☐ Ya ☒ Tidak

d. Skala nyeri :

e. Lokasi & karakter nyeri

- ☐ Seperti di tusuk-tusuk ☐ Melilit ☐ Kanan atas
☐ Panas / seperti terbakar ☐ Setempat ☐ Kanan bawah
☐ Berpindah-pindah ☐ Menyebar ☐ Kiri Bawah
☐ Cramp ☐ kiri atas

f. Bising usus : 10 x / menit

g. Diare

- ☐ Ya ☒ Tidak

Lamanya :
Frekuensi : x / hari

h. Warna Feses

- + kuning (✓)
- + Coklat ()
- + Hitam ()
- + Putih seperti air cucian beras ()
- + Seperti dempul ()

i. Konsistensi Feses

- + Setengah padat (✓) ▪ Berdarah ()
- + Terdapat lendir () ▪ Tidak ada kelainan ()
- + Cair ()

j. Konstipasi

- + Ya () ▪ Tidak (✓)
- + Lamanya : hari

k. Hepar

- + Teraba () ▪ Tidak teraba ()

l. Abdomen

- + Lembek () ▪ Assites ()
- + Kembung () ▪ Distensi ()

10. Sistem endokrin

- + Pembesaran kelenjar tiroid : () Ya (✓) Tidak
() Exophthalmus
() Tremor
() Diaporesis
- + Nafas bau keton : () Ya (✓) Tidak
- + Luka Gangren : () Ya (✓) Tidak
Lokasi :

- + Polidipsi ()
- + Pilophagi ()
- + Poliuri ()

11. Sistem Urogenital

a. Balance Cairan

Intake : 2000 ml Output : 1200 ml

Tekstur : (✓) Baik () Tidak () Alopesia
Kebersihan : (✓) Bersih () Ketombe () Lengket
() Lainnya :

- + Keadaan kuku
☒ Normal () Abnormal () Paronikia () Clubbing
 () Garis beau () Spoon nail

13. Sistem Muskuloskeletal

- Kesulitan dalam pergerakan : () Ya ☒ Tidak
- Sakit pada tulang, sendi, kulit : () Ya ☒ Tidak
- Fraktur : () Ya ☒ Tidak
 Lokasi :
 Kondisi :
- + Kelainan bentuk tulang sendi :
 () Kontraktur () Bengkak
 () Lainnya, sebutkan :
- + Kelainan struktur tulang belakang :
 () Skoliosis () Lordosis () Kiposis
- + Keadaan tonus otot
☒ Baik () Hipertoni () Hipotoni () Atoni

+ Kekuatan otot

5555	5555
5555	5555

Keterangan :

kemampuan pergerakan sendi dan tungkai (ROM) bebas, kekuatan otot telah digambarkan, tidak ada fraktur, tidak ada dislokasi akral hangat, turgor kulit elastis, tidak ada edema, kebersihan kulit bersih, melakukan ADL secara Mandiri

. DATA PENUNJANG (Laboratorium, radiologi, endoskopi, EKG, dsb)

pocestro/ 145 mg / dL
 pengukuran tekanan darah 145/96 mmHg

E. PENATALAKSANAAN (Terapi / tindakan pengobatan, termasuk diet)

Amlodipin 1x10 gram
 Candesbrian 1x8 gram

F. RESUME

Berisi tentang pasien mulai masuk RS dan masuk ruang perawatan yang meliputi : data fokus, masalah keperawatan yang muncul, tindakan keperawatan mandiri serta kolaborasi yang telah dilakukan secara umum sebelum dilakukan pengkajian oleh mahasiswa.

Ny. SL mengatakan sudah 2 tahun mengalami Hipertensi. Ny. SL pertama kali mengetahui dirinya hipertensi saat mengalami beberapa tanda seperti sering pusing, tengkuk terasa berat dan mudah lelah, kemudian Ny. SL memeriksa ke puskesmas, mengukur tekanan darah dan hasilnya 180/110 mmHg kemudian Ny. SL kaget mendengar dirinya hipertensi. Ny. SL mengatakan tidak memiliki hipertensi dari kedua orang tuanya, namun Ny. SL mengatakan pola makan yang memicu menimbulkan hipertensi pada dirinya. Setelah mengetahui dirinya terkena hipertensi ia sering kontrol ke puskesmas dan diberikan obat seperti amlodipin dan candesartan.

G. DATA TAMBAHAN (PENGKAJIAN PEMAHAMAN TENTANG PENYAKIT)

Ny. SL mengatakan hipertensi adalah hasil pengukuran tekanan darah yang tinggi seperti hasil tekanan darahnya. Ny. SL mengatakan hanya mengetahui penyebab hipertensi adalah mengonsumsi garam berlebih. Ny. SL mengatakan tanda dan gejala dari hipertensi adalah sakit pada tengkuk saya. Ny. SL mengatakan komplikasi dari hipertensi bisa menyebabkan stroke. Ny. SL mengatakan menyukai makanan cepat saji dan memasak dengan rasa asin. Ny. SL sudah 2 tahun mengalami Hipertensi. Ny. SL mengatakan melakukan perawatan hipertensi seperti mengurangi garam kurang dari 5gr/hari. Ny. SL mengatakan sudah membiasakan setiap pagi rutin berjalan kaki sekitar lingkungan 10 menit. Ny. SL mengatakan mulai membiasakan mengurangi konsumsi makanan cepat saji. dan rutin minum obat amlodipin dan candesartan.

Lampiran 8

SATUAN ACARA PENYULUHAN HIPERTENSI

Pokok Bahasan : WASPADAI HIPERTENSI
Hari/Tanggal : Senin, 20 Mei 2024
Waktu : 45 menit
Sasaran : Ny.ST dan Ny.SL
Tempat : Rumah kediaman Ny. ST dan Ny. SL

A. Tujuan Instruksional Umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan diharapkan responden dapat memahami dan mengerti dan mampu mengaplikasikan materi penyuluhan tentang penyakit Hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

B. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan diharapkan keluarga mampu :

1. Mengetahui pengertian Hipertensi
2. Mengetahui penyebab Hipertensi
3. Mengetahui tanda dan gejala Hipertensi
4. Mengetahui komplikasi Hipertensi
5. Mengetahui jenis pencegahan Hipertensi
6. Mengetahui Diet dan pengobatan komplementer Hipertensi

C. Materi : (Terlampir)

D. Metode : Ceramah, tanya jawab, diskusi

E. Media : Leaflet dan Lembar balik

F. Kegiatan Penyuluhan

Tahapan	Kegiatan		Waktu
	Penyuluhan	Sasaran	
Pendahuluan	1. Memberikan salam 2. Memperkenalkan diri dan menjelaskan topik penyuluhan	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan dan memperhatikan	5 menit

	3. Kontrak waktu dan menjelaskan tujuan penyuluhan	3. Memberi respon dan mendengarkan	
Kegiatan Inti	1. Menggali pengetahuan sasaran tentang pengertian Hipertensi 2. Menjelaskan tentang pengertian Hipertensi 3. Menggali pengetahuan sasaran tentang penyebab Hipertensi 4. Menjelaskan tentang penyebab Hipertensi 5. Menggali pengetahuan sasaran tentang tanda dan gejala Hipertensi 6. Menjelaskan tentang tanda dan gejala Hipertensi 7. Menggali pengetahuan sasaran tentang komplikasi Hipertensi 8. Menjelaskan tentang komplikasi Hipertensi 9. Menggali pengetahuan Pencegahan Hipertensi 10. Menjelaskan tentang pencegahan Hipertensi 11. Menggali pengetahuan sasaran	1. Menjawab pertanyaan penyuluh 2. Mendengarkan dan memperhatikan 3. Menjawab pertanyaan penyuluh 4. Mendengarkan dan memperhatikan 5. Menjawab pertanyaan penyuluh 6. Mendengarkan dan memperhatikan 7. Menjawab pertanyaan penyuluh 8. Mendengarkan dan memperhatikan 9. Menjawab pertanyaan penyuluh 10. Mendengarkan dan memperhatikan	30 menit

	Diet dan pengobatan komplementer Hipertensi 12. Menjelaskan tentang Diet dan pengobatan komplementer Hipertensi	11. Menjawab pertanyaan penyuluh 12. Mendengarkan dan memperhatikan	
Penutup	1. Penyuluh menyimpulkan materi 2. Penyuluh mengevaluasi tentang isi materi yang disampaikan kepada sasaran 3. Penyuluh membuka pertanyaan 4. Menutup penyuluhan dan mengucapkan salam	1. Mendengarkan dan memperhatikan 2. Menjawab pertanyaan 3. Menanyakan pertanyaan 4. Menjawab salam	10 menit

G. Evaluasi

1. Responden dapat menjelaskan kembali pengertian Hipertensi
2. Responden dapat menyebutkan 8 dari 12 penyebab Hipertensi
3. Responden dapat menyebutkan 6 dari 10 tanda dan gejala Hipertensi
4. Responden dapat menyebutkan 4 dari 7 komplikasi Hipertensi
5. Responden dapat menyebutkan 2 dari 4 jenis pencegahan Hipertensi
6. Responden dapat menyebutkan 2 dari 5 Diet Hipertensi
7. Responden dapat menyebutkan prosedur pengobatan komplementer Hipertensi

Lampiran Materi

A. Pengetian Hipertensi

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang tekanan darah sistolik (tekanan di pembuluh darah saat jantung memompa darah atau saat berkontraksi) meningkat ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, sebanyak dua kali pengukuran dalam waktu 5 menit dalam keadaan tenang atau istirahat.

B. Penyebab Hipertensi

1. Faktor yang tidak dapat diubah

- a. Keturunan (Genetik), karena faktor genetik terlibat dalam pengaturan metabolisme garam dan renin di membran sel.
- b. Usia, bertambahnya usia mengalami beberapa perubahan fisiologis seperti peningkatan resistensi perifer dan aktivitas saraf simpatik, serta berkurangnya kelenturan pembuluh darah besar.
- c. Jenis Kelamin, mempengaruhi gaya hidup seseorang.

2. Faktor yang dapat diubah

- a. Konsumsi garam, WHO menyarankan konsumsi garam dapur 5gram/hari, karena asupan natrium yang berlebihan dapat menyebabkan ketidak seimbangan cairan dalam tubuh.
- b. Kegenukan (Obesitas), meningkatkan kekakuan pembuluh darah sehingga meningkatkan risiko penyakit jantung dan pembuluh darah.
- c. Kolesterol, dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah serta tekanan darah tinggi akibat kelebihan lemak dalam darah.
- d. Kafein, memiliki efek meningkatkan tekanan darah karena dapat berkaitan dengan reseptor adenosin yang akan mengaktifkan sistem saraf simpatik dan akhirnya terjadi vasokonstriksi pembuluh darah.

- e. Alkohol, memiliki efek meningkatkan keasaman darah dan kadar kolestrol sehingga darah mengental dan jantung dipaksa untuk memompa darah ke seluruh tubuh.
- f. Psikososial dan stress
- g. Kebiasaan merokok, menyebabkan iribilitas otot jantung, vasokonstriksi, memicu peningkatan tekanan darah dan peningkatan denyut jantung.
- h. Kurang olahraga, memiliki kapisitas jantung yang lebih rendah sehingga jantung perlu memompa lebih berat mengompa darah ke seluruh tubuh.

C. Tanda dan Gejala Hipertensi

- 1. Tekanan darah tinggi
- 2. Sakit kepala
- 3. Pusing dan pingsan
- 4. Gangguan penglihatan
- 5. Sesak nafas
- 6. Nyeri dada
- 7. Palpitasi
- 8. Kelelahan
- 9. Gangguan ginjal
- 10. Gangguan neorologis

D. Komplikasi Hipertensi

- 1. Penyakit Jantung Koroner, adanya penumpukan kerak di arteri koroner, sehingga dapat menghalangi oksigen dan nutrisi yang diperlukan untuk mengalir melalui sistem peredaran darah tubuh.
- 2. Stroke, akibat peningkatan tekanan intrakranial yang menyebabkan perdarahan diotak.

3. Infark Miokard, terjadi apabila arteri koroner yang arterosklerosis yang tidak dapat menyuplai cukup oksigen ke miokardium atau apabila trombus yang menghambat aliran darah melalui pembuluh darah.
4. Penyakit Ginjal, disebabkan oleh tekanan kapiler ginjal yang tinggi dapat menyebabkan kerusakan glomerulus yang progresif, akibat kerusakan glomerulus darah mengalir ke unit fungsional ginjal.
5. Retinopati, menyebabkan penebalan pembuluh darah intima, hiperplasia dan degenerasi hialin. Kemudian pembuluh darah menyempit dan terjadi pembuluh pada arteri dan vena serta refleksi cahaya sentral meluas sehingga memicu terbentuknya sekret yang dapat merusak retina, sehingga pasien tidak dapat melihat objek dengan jelas.
6. Ensefalopati, sindroma dengan gejala adanya berubah neurologis, tanda dan gejala seperti bingung, mual, muntah-muntah, sakit kepala dan terganggu pada mata.
7. Penyakit Pembuluh darah tepi, tekanan darah meningkat dapat menyebabkan pelebaran pembuluh darah sehingga menyebabkan kelainan pada otot polos pembuluh darah, gangguan koagulasi, fibrinolisis dan inflamasi yang menetap sehingga dapat memicu proses aterosklerosis.

E. Pencegahan Hipertensi

1. Pencegahan Primordial, untuk mencegah sikap dan perilaku terhadap Hipertensi misal : peraturan daerah tentang dilarang merokok dan olahraga untuk mencegah Hipertensi.
2. Pencegahan Primer, bentuk pencegahan sebelum seseorang terserang hipertensi misal : edukasi seputar hipertensi
3. Pencegahan Sekunder, pencegahan yang dilakukan untuk penderita hipertensi agar tidak bertambah parah misal : rutin melakukan pengobatan farmakologi dan pengobatan non-farmakologi, PHBS

4. Pencegahan Tersier, diberikan kepada pasien hipertensi yang terdiagnosis komplikasi hipertensi untuk mencegah kematian.

F. Diet Hipertensi

1. Batasi konsumsi garam tidak lebih dari 5 gram/hari
2. Batasi konsumsi gula tidak lebih dari 50 gram/hari
3. Mengonsumsi buah dan sayur 5 porsi/hari atau 400-500 gram. 1 porsi setara 3 sendok makan sayur yang sudah dimasak.
4. Batasi mengonsumsi olahan daging yang belemak, minyak goreng kurang dari 5 sendok makan/hari
5. Makan ikan sedikitnya 3 kali/minggu.

G. Pengobatan Komplementer Hipertensi

a. Relaksasi Slow Deep Breathing

- Arur posisi responden yang nyaman seperti duduk
- Kedua tangan responden diletakkan diatas perut
- Anjurkan melakukan napas secara perlahan dalam melalui hidung
- Tarik napas selama 3 detik, rasaakan abdomen mengembang saat menarik napas
- Kerutkan bibir, keluarkan melalui mulut dan hembuskan napas secara perlahan selama 6 detik. Rasakan abdomen bergerak kebawah
- Ulangi selama 15 meenit
- Lakukan latihan ini 3 kali setiap hari.

b. Jus Mentimun

- Pilih mentimun berukuran ≥ 100 gram.
- Cuci bersih kemudian kupas kulitnya.
- Potong mentimun menjadi beberapa bagian.
- Tambahkan air 150 ml.
- Kemudian di blender sampai halus.
- Diminum 2 kali sehari pagi dan sore.

Lampiran Leaflet



WASPADAI HIPERTENSI

"THE SILENT KILLER"

Rosita Hurnmaya
(2111080005)



APA ITU HIPERTENSI?



Suatu keadaan dimana Tekanan darah
Sistolik >140 mmHg dan Tekanan darah Diastolik >80mmHg.

FAKTOR RESIKO

- Genetik
- Usia
- Jenis Kelamin
- Pola Makan
- Aktivitas
- Merokok-Alkohol
- Kebiasaan Minum kopi

TANDA-GEJALA





Sakit kepala Sesak napas Gelisah




Kesadaran menurun Mual Muntah

PENCEGAHAN :

Cek Kesehatan Secara Berkala

Enyapkan /Isap Rokok

Rutin /Iktivitas fisik

Diet Seimbang

Istirahat yang Cukup

Kelola Stress dengan baik



SLOW DEEP BREATHING



- Letakan kedua tangan di dada dan perut
- Tarik napas selama tiga detik dan rasakan perut mengembang saat menarik napas
- Tahan napas selama tiga detik.
- Kerutkan bibir dan hembuskan melalui mulut, hembuskan perlahan dan perlahan selama enam detik Dan rasakan perut bergerak ke bawah.
- lakukan 3kali sehari dalam 15 menit

KOMPLIKASI HIPERTENSI




JANTUNG KORONER GANGGUAN GINJAL



RETINOPATI



STROKE CANGGUAN NEUROLOGIS

Face

PENGOBATAN KOMPLEMENTER



- mentimun berukuran 100 gram
- Kulit timun dikupas, Dicuci
- Kemudian di blender
- Saring airnya menggunakan kain
- Diminum setiap hari/2kali

Lampiran Lembar Balik

Kampus Merdeka

WASPADAI HIPERTENSI

ROSITA NURMAYA (211FK08005)

APA ITU HIPERTENSI ???

Keadaan seseorang dimana Tekanan darah Sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 dan Tekanan darah Diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg

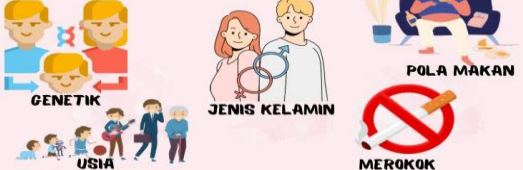


TANDA DAN GEJALA



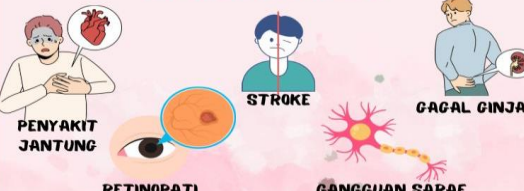
Pusing
Sesak NAPAS
Sakit KUDUK
PANDANGAN BURAM
KESADARAN MENURUN

PENYEBAB



GENETIK
USIA
JENIS KELAMIN
POLA MAKAN
MEROKOK

KOMPLIKASI



PENYAKIT JANTUNG
RETINOPATI
STROKE
GANGGUAN SARAF
GAGAL GINJAL

Pencegahan Hipertensi

GERAKAN



PENGOBATAN NON-FARMAKOLOGI

- Atur Posisi Responden Berbaring / duduk
- Kedua tangan Responden diletakkan diatas perut
- Anjurkan Melakukan Nafas secara Perlahan dalam melalui hidung
- Tarik nafas selama 3 detik, rasakan abdomen mengembang saat menarik nafas
- Kerutkan bibir, Keluarkan melalui mulut dan hembuskan nafas secara perlahan selama 6detik. Rasakan abdomen bergerak kebawah
- Ulangi selama 15 menit
- lakukan latihan ini 3 kali setiap hari (Tarwoto, 2011)



SLOW DEEP BREATHING

DIET MAKANAN



GULA
DAGING
GARAM
BUAH-SAYURAN

PENGOBATAN HERBAL (KOMPLEMENTER)

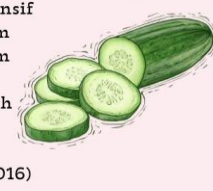
(Vanita, 2017)

- Pilih mentimun yang berukuran 100gr
- Cuci bersih kemudian kupas kulit mentimun
- Potong mentimun menjadi beberapa bagian agar memudahkan proses blender
- tambahkan 150ml air matang
- kemudian di blender sampai halus
- Kemudian saring
- Di minum 2kali sehari pagi dan sore



KANDUNGAN MENTIMUN

Mentimun memiliki sifat Hipotensif karena kandungan air dan kalium pada mentimun menarik natrium kedalam sistem intraseluler dan bekerja membuka pembuluh darah sehingga mampu menurunkan tekanan darah. (Tjiptaningrum & Erhadestria, 2016)



DIET MAKANAN

- Gula, Batasi konsumsi gula <50gr (4 sdm/hari)
- Garam, Batasi garam <5gr (1 Sdt/hari), kurangi garam saat memasak. Kurangi makanan cepat saji
- Buah dan Sayuran, 5 porsi (400-500 gram) buah-buahan dan sayuran per hari (1 porsi setara 3 sendok makan sayur yang sudah dimasak)
- Daging, Batasi daging berlemak dan minyak goreng (<5 sendok makan perhari)
- Makan ikan sedikitnya 3 kali perminggu

THANKS FOR WATCHING

083827358438
rositanurmaya01@gmail.com

Lampiran 9



