

SATUAN ACARA KEGIATAN (SAK)

TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT

Tujuan	Sarana	Sasaran	Kegiatan	Evaluasi	Penanggung jawab dan pelaksana
<p>Tujuan instruksional umum: Lansia mengerti cara menurunkan tekanan darah dengan nonfarmakologi</p> <p>Tujuan instruksional khusus: a. lansia dapat mengikuti terapi dengan tenang b. lansia dapat mengingat tahap-tahap melakukan terapi c. lansia dapat melakukan terapi secara mandiri</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Baskom</li> <li>2. Air hangat</li> <li>3. handuk</li> </ol>	<p>Lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. tahap persiapan (5 menit)               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. memperkenalkan kepada klien</li> <li>b. menyampaikan maksud dan tujuan</li> <li>c. menyiapkan sarana untuk terapi rendam kaki air hangat</li> </ol> </li> <li>2. tahap pelaksanaan               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. menginstruksikan klien untuk memasukkan kakinya ke dalam baskom yang sudah terisi air hangat</li> <li>b. tunggu sampai 30 menit</li> <li>c. setelah 30 menit instruksikan klien untuk mengangkat kakinya</li> <li>d. usap dengan handuk hingga kering</li> </ol> </li> </ol>	<p>Tahap Evaluasi (5 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. menanyakan bagaimana perasaan klien setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat</li> <li>b. memantau kemampuan klien dalam melakukan terapi secara mandiri</li> </ol>	<p>Peneliti</p>

## SOP PEMBERIAN JUS BELIMBING MANIS

Kompetensi : Pemberian Jus Belimbing Manis

Waktu : 10 Menit

Nama Mahasiswa : Wachidatul A S

No	Tahap	Tindakan
1	Persiapan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Cuci tangan</li><li>2. Siapkan alat<ul style="list-style-type: none"><li>• Blender</li><li>• Pisau</li><li>• Mangkuk</li><li>• Gelas</li><li>• Sendok</li><li>• Timbangan</li><li>• Gelas ukur</li></ul></li><li>3. Bahan<ul style="list-style-type: none"><li>• Buah belimbing manis 180 gram</li><li>• Air mineral 25 ml</li><li>• Gula 1 sendok teh</li></ul></li></ol>
2	Pembuatan	<ol style="list-style-type: none"><li>1) Cuci bersih buah belimbing manis dan kupas terlebih dahulu</li><li>2) Potong buah belimbing manis agar mudah memblendernya</li><li>3) Masukkan buah belimbing manis yang sudah dicuci dan dipotong ke dalam blender</li><li>4) Masukkan air mineral 25 ml</li><li>5) Masukkan gula 1 sendok teh</li><li>6) Belimbing siap di blender</li><li>7) Tunggu sampai belimbing manis halus</li><li>8) Tuang jus kedalam gelas</li><li>9) Bersihkan dan rapikan alat</li><li>10) Cuci tangan</li></ol>
3	Penyajian	<ol style="list-style-type: none"><li>1) Ucapkan salam</li><li>2) Posisikan pasien senyaman mungkin</li><li>3) Sajikan jus belimbing manis</li><li>4) Mempersilahkan pasien untuk meminumnya</li><li>5) Ucapkan terimakasih</li></ol>

Hasil Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada Tn. S dengan hipertensi di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya

Tanggal	Pagi					Sore				
	TD (mmHg)	Kategori	Respon	TD (mmHg)	Kategori	TD (mmHg)	Kategori	Respon	TD (mmHg)	Kategori
11/12/18	159/97	Hipertensi derajat 2	Dengan panduan peneliti responden mengikuti terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tapi kepalanya terasa pusing sehingga susah tidur dan sulit melakukan aktivitas sehari-hari	156/95	Hipertensi derajat 1	156/95	Hipertensi derajat 1	Dengan panduan peneliti responden mengikuti terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tapi kepalanya terasa pusing sehingga susah tidur dan sulit melakukan aktivitas sehari-hari	155/94	Hipertensi derajat 1
12/12/18	153/94	Hipertensi derajat 1	klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan	152/93	Hipertensi derajat 1	152/92	Hipertensi derajat 1	klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan	151/90	Hipertensi derajat 1

			terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tapi kepalanya masih pusing sehingga susah tidur dan sulit melakukan aktivitas sehari-hari					bahwa klien merasakan rileks tapi kepalanya masih pusing sehingga susah tidur dan sulit melakukan aktivitas sehari-hari		
13/12/18	149/90	Hipertensi derajat 1	klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tapi kepalanya masih pusing sehingga susah tidur dan sulit melakukan aktivitas sehari-hari	148/90	Hipertensi derajat 1	147/88	Hipertensi derajat 1	klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tapi kepalanya masih pusing sehingga susah tidur dan sulit melakukan aktivitas sehari-hari	146/87	Hipertensi derajat 1

14/12/18	145/85	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya berkurang sehingga klien lumayan tidak susah untuk tidur dan mulai bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah	144/83	Hipertensi derajat 1	143/81	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya berkurang sehingga klien lumayan tidak susah untuk tidur dan mulai bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah	142/80	Hipertensi derajat 1
15/12/18	141/80	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan	141/80	Hipertensi derajat 1	140/79	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya berkurang	139/79	Prahipertensi

			bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya berkurang sehingga klien lumayan tidak susah untuk tidur dan mulai bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah					sehingga klien lumayan tidak susah untuk tidur dan mulai bisa melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah		
16/12/18	139/78	Prahipertensi	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan sudah tidak merasa pusing sehingga sudah bisa tidur nyenyak dan mampu melakukan	138/77	Prahipertensi	138/76	Prahipertensi	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan sudah tidak merasa pusing sehingga sudah bisa tidur nyenyak dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah	137/75	Prahipertensi

			aktivitas sehari-hari dengan mudah							
17/12/18	137/75	Prahipertensi	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan sudah tidak merasa pusing sehingga sudah bisa tidur nyenyak dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah	136/74	Prahipertensi	136/74	Prahipertensi	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan sudah tidak merasa pusing sehingga sudah bisa tidur nyenyak dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah	136/74	Prahipertensi

Hasil Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada Tn. A dengan hipertensi di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya

Tanggal	Pagi					Sore				
	TD (mmHg)	Kategori	Respon	TD (mmHg)	Kategori	TD (mmHg)	Kategori	Respon	TD (mmHg)	Kategori
11/12/18	160/97	Hipertensi derajat 2	Dengan panduan peneliti responden mengikuti terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tetapi kepalanya masih terasa pusing sehingga susah tidur	159/97	Hipertensi derajat 1	159/95	Hipertensi derajat 1	Dengan panduan peneliti responden mengikuti terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tetapi kepalanya masih terasa pusing sehingga susah tidur	158/93	Hipertensi derajat 1
12/12/18	158/96	Hipertensi derajat 1	klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tetapi kepalanya	158/95	Hipertensi derajat 1	156/95		klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tetapi kepalanya masih terasa pusing sehingga susah tidur	155/94	Hipertensi derajat 1

			masih terasa pusing sehingga susah tidur							
13/12/18	155/94	Hipertensi derajat 1	klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tetapi kepalanya masih terasa pusing sehingga susah tidur	153/92	Hipertensi derajat 1	152/92		klien sudah mulai memahami terapi dan membantu peneliti mempersiapkan untuk pelaksanaan terapi dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks tetapi kepalanya masih terasa pusing sehingga susah tidur	150/91	Hipertensi derajat 1
14/12/18	149/91	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusing	148/90	Hipertensi derajat 1	148/89		klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusing dikepalanya sudah berkurang dan lumayan sudah bisa tidur dengan mudah	147/88	Hipertensi derajat 1

			dikepalanya sudah berkurang dan lumayan sudah bisa tidur dengan mudah							
15/12/18	145/85	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusing dikepalanya sudah berkurang dan lumayan sudah bisa tidur dengan mudah	142/84	Hipertensi derajat 1	142/83		klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya sudah tidak terasa dan bisa tidur nyenyak	141/82	Hipertensi derajat 1
16/12/18	140/80	Hipertensi derajat 1	klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien	137/79	Prahipertensi	135/78		klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan	134/76	Prahipertensi

			mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya sudah tidak terasa dan bisa tidur nyenyak					pusingnya sudah tidak terasa dan bisa tidur nyenyak		
17/12/18	133/75		klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya sudah tidak terasa dan bisa tidur nyenyak	132/74	Prahipertensi	132/73		klien sudah mampu mempersiapkan terapi dan melakukan terapi secara mandiri dan klien mengatakan bahwa klien merasakan rileks dan pusingnya sudah tidak terasa dan bisa tidur nyenyak	130/71	Prahipertensi



## LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Wachidatul Akhmalia Solichan

Dosen Pembimbing 1 : Musrifatul Uliyah, SST., M. Kes

Dosen pembimbing 2 : Septian Galuh, S. Kep., Ns

Judul KTI : studi kasus pemberian terapi relaksasi relung kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di panti erigya werdha jambangan Surabaya.

No	Hari, Tanggal	Catatan pembimbing/Hal yang di revisi	Hasil Revisi	Tanda Tangan
1.	20-06-18	Pengajuan judul	perbaiki: judul Acc judul, lanjut bab 1, 2, 3	
2.	23-08-18	Pengajuan judul		
3.	05-09-18	Bab 1, 2, 3	perbaiki bab 1 dan 2 dan 3	
4.	Jumat 28-09-18	mengajukan jurnal	mencari terapi kombinasi	
5.	Jumat 05-10-18	perbaiki Bab 2	perbaiki Bab 2 dan tambahkan referensi	
6.	Jumat 19-10-18	perbaiki Bab 3	Acc Bab 1, 2, 3	
7.	Selasa 23-10-18	Acc Penelitian	SOP	
8.	10-12-18	Bab <u>IV</u> Revisi	Bab Revisi	
9.	19-12-18	Bab <u>IV</u> Revisi Hasil dan pembahasan		
10.	21-12-18	Bab <u>IV</u> Pembahasan dan Bab <u>V</u> Revisi		

## LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Wachidatul Akhmalia Solichan

Dosen Pembimbing 1 : Musrifatul Uliyah, SST., M. Kes

Dosen pembimbing 2 : Septian Galuh, S. Kep., Ns

Judul KTI : Studi kasus pemberian terapi relaksasi mendalam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis pada lansia dengan hipertensi di UPTD STIGA Werdha Jambangan Surabaya

No	Hari, Tanggal	Catatan pembimbing/Hal yang di revisi	Hasil Revisi	Tanda Tangan
11	26/12/18	Bab IV dan V Ace. Buat abstrak		
12.	27/12/18	Revisi abstrak.		
1		Ace Abstrak Ace Ujian KTI		

## LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Wachidatul Akhmalia Solichan

Dosen Pembimbing 1 : Musrifatul Uliyah, SST., M. Kes

Dosen pembimbing 2 : Septian Galuh, S. Kep., Ns

Judul KTI

: Studi kasus pemberian terapi relaksasi: rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis untuk penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya

No	Hari, Tanggal	Catatan pembimbing/Hal yang di revisi	Hasil Revisi	Tanda Tangan
1.	Rabu 16-10-18	Pengayaan Bab 1, 2, 3	perbaiki Bab 1 dan 3	
2.	Rabu 2-01-19	Bab 4	Revisi	
3.	3-01-19	Bab 4	revisi	
4.	04-01-19	Bab 4	Revisi	
5.	07-01-19	ACC usian KTI	ACC usian KTI	

LAMPIRAN



