

## DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, A. P., Damayanti, D., & Ngadiarti, I. (2021). Penerapan anjuran diet DASH dibandingkan diet rendah garam berdasarkan konseling gizi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Larangan Utara. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 44(1), 109–120. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i1.559>
- Carey, R. M., Wright, J. T., Taler, S. J., & Whelton, P. K. (2021). Guideline-driven management of hypertension: an evidence-based update. *Circulation Research*, 128(7), 827–846. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.121.318083>
- Crittenden, D., Seibenhener, S., & Hamilton, B. (2017). Health coaching and the management of hypertension. *Journal for Nurse Practitioners*, 13(5), e237–e239. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2017.02.010>
- Dalilah, B. A. (2019). Pengaruh health coaching terhadap pola diit pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi Malang. *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 2(1), 1–19. [http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS\\_](http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84865607390&partnerID=tZOtx3y1%0Ahttp://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=2LIMMD9FVXkC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Principles+of+Digital+Image+Processing+fundamental+techniques&ots=HjrHeuS_)
- Damayantie, N., Heryani, E., & Muazir. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku penatalaksanaan hipertensi oleh penderita di wilayah kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi tahun 2018. *JNK: Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 5(3), 224–232.
- Hamid, A. (2021). *Pelaksanaan health coaching dalam meningkatkan self-care management pasien heart failure: a scoping review* [Universitas Hasanuddin]. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/13509/>
- Hanum, S. H., & Darubekti, N. (2020). Identifikasi indikator kemandirian keluarga di pedesaan pesisir dalam peningkatan kesehatan ibu dan anak. *SNPPM-2: Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, November, 21–28.
- Hastuti, A. P., & Mufarokhah, H. (2019). Pengaruh health coaching berbasis teori health belief model terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Journal of Islamic Medicine*, 3(2), 1–8. <https://doi.org/10.18860/jim.v3i2.8238>
- Kemkes RI. (2021). *Hipertensi penyebab utama penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke*. Website Kemkes RI. <https://www.kemkes.go.id/article/view/21050600005/hipertensi-penyebab-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke.html>
- NHLBI. (2021). *DASH eating plan*. National Heart, Lung, and Blood Institute Website. <https://www.nhlbi.nih.gov/education/dash-eating-plan>

- Purwandari, K. P., & Nugroho, Y. W. (2018). Hubungan tingkat kepatuhan diet terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Nambangan. *University Research Colloquium*, 482–486.
- Rachman, R. A., Noviati, E., & Kurniawan, R. (2021). Efektifitas edukasi health belief models dalam perubahan perilaku pasien hipertensi: literatur review. *Healthcare Nursing Journal*, 3(1), 71–80. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v3i1.1091>
- Riskesdas. (2018a). *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018*.
- Riskesdas. (2018b). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*. [http://repository.bkpk.kemkes.go.id/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](http://repository.bkpk.kemkes.go.id/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf)
- Setiana, A., & Nuraeni, R. (2018). *Riset Keperawatan*. LovRinz Publishing.
- Uliatiningsih, R., & Fayasari, A. (2019). Effect education of DASH diet on dietary intake adherence and blood pressure of hypertension outpatients in Rumkital Marinir Cilandak. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 3(2), 120. <https://doi.org/10.20884/1.jgps.2019.3.2.1924>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International society of hypertension global hypertension practice guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/hypertensionaha.120.15026>
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan hipertensi primer. *Jurnal Majority*, 6(1), 25–33.

## **LAMPIRAN**

## PENGKAJIAN KEPERAWATAN KELUARGA

Fasilitas Yankes : Puskesmas Antara	No. Register : -
Mahasiswa yang Mengkaji : Rasnita	Tanggal Pengkajian : Rabu, 14 Juni 2023

### DATA KELUARGA

Kepala Keluarga : Ny. T	Bahasa sehari-hari : Indonesia
Alamat Rumah : Jl. Kerabat Kera-Kera	Jarak yankes terdekat : ± 3 km
Agama & Suku : Islam & Makassar	Alat transportasi : Motor

### DATA ANGGOTA KELUARGA

No.	Nama	Hub dgn KK	Umur	JK	Suku	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan Saat Ini
1	Ny. T	KK	63 th	P	Makassar	SD/Sederajat	IRT

### LANJUTAN

No.	Nama	Penampilan Umum	Status Kesehatan Saat Ini	Riwayat Penyakit/Alergi	Analisis Masalah Kesehatan Individu
1	Ny. T	Baik	Sakit	Tidak ada	Hipertensi

### DATA PENUNJANG KELUARGA

Rumah dan Sanitasi Lingkungan	PHBS di Rumah Tangga
<input type="checkbox"/> Kondisi Rumah: <i>Rumah dalam kondisi bersih dan rapi.</i>	<input type="checkbox"/> Jika ada Bunifas, persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan: <b>TIDAK ADA</b> Ya/Tidak
<input type="checkbox"/> Ventilasi: <b>Cukup</b> /Kurang <i>Jendela selalu dibuka saat pagi hari hingga sore.</i>	<input type="checkbox"/> Jika ada bayi, memberi ASI eksklusif: <b>TIDAK ADA</b> Ya/Tidak
<input type="checkbox"/> Pencahayaan Rumah: <b>Baik</b> /Tidak	<input type="checkbox"/> Jika ada balita, menimbang balita tiap bulan: <b>TIDAK ADA</b> Ya/ <b>Tidak</b>
<input type="checkbox"/> Saluran Buang Limbah: <b>Baik</b> /Cukup/Kurang	<input type="checkbox"/> Menggunakan air bersih untuk makan dan minum: <b>Ya</b> /Tidak <i>Keluarga menggunakan air galon untuk makan dan minum.</i>
<input type="checkbox"/> Sumber Air Bersih: <b>Sehat</b> /Tidak Sehat <i>Sumber air dari sumur. Bak air dikuras setiap 2 hari.</i>	<input type="checkbox"/> Menggunakan air bersih untuk kebersihan diri: <b>Ya</b> /Tidak <i>Keluarga menggunakan air PDAM</i>
<input type="checkbox"/> Jamban Memenuhi Syarat: <b>Ya</b> /Tidak Rumah memiliki jamban. Jenis jamban leher angsa.	<input type="checkbox"/> Mencuci tangan dengan air bersih & sabun: <b>Ya</b> /Tidak <i>Anggota keluarga selalu mencuci tangan menggunakan sabun setiap sebelum makan, setelah makan, setelah BAK/BAB.</i>
<input type="checkbox"/> Tempat Sampah: <b>Ya</b> /Tidak <i>Rumah memiliki tempat penampungan sampah sementara. Sampah diangkut petugas kebersihan setiap 2 hari sekali.</i>	<input type="checkbox"/> Melakukan pembuangan sampah pada tempatnya: <b>Ya</b> /Tidak

- Rasio luas bangunan rumah dengan anggota keluarga 8 m<sup>2</sup>/orang:  
**Ya/Tidak**

*Anggota keluarga membuang sampah pada tempatnya dan menyediakan tempat penampungan sampah sementara.*

- Menjaga lingkungan rumah tampak bersih:  
**Ya/Tidak**

*Ny. T membersihkan rumah setiap hari.*

- Mengonsumsi lauk dan pauk tiap hari:  
**Ya/Tidak**

*Keluarga mengonsumsi lauk dan pauk setiap hari. Ny. T selalu menghadirkan menu yang berbeda setiap hari.*

- Menggunakan jamban sehat:  
**Ya/Tidak**

*Menggunakan jamban jenis leher angsa.*

- Memberantas jentik di rumah sekali seminggu:  
**Ya/Tidak**

*Ny. T menguras bak air setiap 2 hari sekali atau pada saat dasar bak air tampak kotor.*

- Makan buah dan sayur setiap hari:  
**Ya/Tidak**

*Ny. T mengonsumsi sayur setiap hari, jarang mengonsumsi buah.*

- Melakukan aktivitas fisik setiap hari:  
**Ya/Tidak**

*Melakukan aktivitas fisik ringan, seperti mencuci, menjemur, membersihkan rumah. Ny. T tidak melakukan latihan fisik karena merasa sudah tua dan mudah lelah.*

- Tidak merokok di dalam rumah:  
**Ya/Tidak**

*Tidak ada anggota keluarga yang merokok.*

<b>KEMAMPUAN KELUARGA MELAKUKAN TUGAS PEMELIHARAAN KESEHATAN ANGGOTA KELUARGA</b>	
1.	Adakah perhatian keluarga kepada anggotanya yang menderita sakit: <b>Ya/Tidak karena ...</b>
2.	Apakah keluarga mengetahui masalah kesehatan yang dialami anggota dalam keluarganya: <b>Ya/Tidak</b>
3.	Apakah keluarga mengetahui penyebab masalah kesehatan yang dialami anggota dalam keluarganya: <b>Ya/Tidak</b>
4.	Apakah keluarga mengetahui tanda dan gejala masalah kesehatan yang dialami anggota dalam keluarganya: <b>Ya/Tidak</b>
5.	Apakah keluarga mengetahui akibat masalah kesehatan yang dialami anggota keluarganya bila tidak diobati/dirawat: <b>Ya/Tidak</b>
6.	Pada siapa keluarga biasa menggali informasi tentang masalah kesehatan yang dialami oleh anggota keluarganya: <b>Keluarga, tetangga, tenaga kesehatan</b>
7.	Keyakinan keluarga tentang masalah kesehatan yang dialami anggota keluarganya: <b>Bila gejala tidak mengganggu, maka tidak perlu ditangani karena akan sembuh dengan sendirinya. Bila gejala sangat mengganggu, maka perlu berobat ke fasilitas pelayanan kesehatan.</b>
8.	Apakah keluarga melakukan upaya peningkatan kesehatan yang dialami anggota keluarganya secara aktif: <b>Tidak, keluarga belum melakukan upaya peningkatan kesehatan.</b>
9.	Apakah keluarga mengetahui kebutuhan pengobatan masalah kesehatan yang dialami anggota keluarganya: <b>Ya, saat ini Ny. T mengonsumsi obat antihipertensi dan vitamin.</b>
10.	Apakah keluarga dapat melakukan cara merawat anggota keluarga dengan masalah kesehatan yang dialaminya: <b>Ya, dengan cara mengonsumsi obat secara rutin. Tetapi, belum mengetahui sepenuhnya makanan yang perlu dikonsumsi dan dihindari bagi hipertensi.</b>
11.	Apakah keluarga dapat melakukan pencegahan masalah kesehatan yang dialami anggota keluarganya: <b>Tidak, Ny. T mengatakan kurang mengetahui cara mengendalikan hipertensi.</b>
12.	Apakah keluarga mampu memelihara atau memodifikasi lingkungan yang mendukung kesehatan anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan: <b>Tidak, Ny. T belum mampu memelihara atau memodifikasi lingkungan kesehatan untuk hipertensi. Tetapi Ny. T rajin membersihkan rumah untuk menjaga kebersihan dan kenyamanan.</b>
13.	Apakah keluarga mampu menggali dan memanfaatkan sumber di masyarakat untuk mengatasi masalah kesehatan anggota keluarganya: <b>Tidak, keluarga jarang menggali dan memanfaatkan sumber di masyarakat.</b>

<b>HASIL PEMBINAAN BERDASARKAN TINGKAT KEMANDIRIAN KELUARGA</b>	
Kunjungan Pertama (K-1) : KM-II Perawat : Rasnita	Kunjungan Keempat (K-4) : KM-II Perawat : Rasnita
Kunjungan Kedua (K-2) : KM-II Perawat : Rasnita	Kunjungan Kelima (K-5) : KM-III Perawat : Rasnita
Kunjungan Ketiga (K-3) : KM-II Perawat : Rasnita	Kunjungan Keenam (K-6) : KM-III Perawat : Rasnita

DATA PENGKAJIAN FISIK	
Pemeriksaan Fisik	Anggota Keluarga
	Ny. T
Rambut	Tidak ada rambut rontok
Mata	Tidak ada masalah
Hidung	Tidak ada masalah
Telinga	Tidak ada masalah
Mulut	Tidak ada masalah
Ekstremitas atas	Tidak ada masalah
Ekstremitas bawah	Tidak ada masalah
Tekanan darah	159/88 mmHg
Pernapasan	21 x/menit
Nadi	80 x/menit
Suhu	37 °C
Berat badan	61 kg
Tinggi badan	160 cm
IMT	23,4
Pencernaan	BAB 1-2 kali sehari
Perkemihan	Tidak ada masalah
Jam Tidur	Pukul 21.00 – 05.00
Kebersihan diri	Mandi 2 kali sehari, sikat gigi 3 kali sehari

### IDENTIFIKASI AGAMA

- a. Agama keluarga: Islam
- b. Adakah perbedaan anggota keluarga dalam keyakinan agama dan prakteknya: tidak ada
- c. Berapa anggota keluarga yang aktif menjalankan ibadah: 1 orang (diri sendiri)
- d. Apakah ibadah keagamaan dilakukan oleh keluarga: keluarga mengatakan melaksanakan sholat 5 waktu

### STATUS KELAS SOSIAL

Dalam keluarga, Ny. T bekerja sebagai ibu rumah tangga. Sumber penghasilan berasal dari anak-anaknya dengan penghasilan perbulan > Rp.2.000.000 yang cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Keluarga menggunakan motor sebagai alat transportasi.

### REKREASI KELUARGA

Keluarga Ny. T jarang melakukan rekreasi keluarga di luar rumah. Keluarga lebih sering menghabiskan waktu di ruang keluarga dengan menonton TV.

## TAHAP PERKEMBANGAN KELUARGA DAN SEJARAH KELUARGA

- a. Tahap perkembangan keluarga saat ini  
Keluarga Ny. T berada pada tahap perkembangan keluarga dengan usia lanjut.
- b. Tahap perkembangan keluarga yang belum terpenuhi dan kesenjangan tahap  
Tugas perkembangan telah terpenuhi seluruhnya.

## TIPE KELUARGA

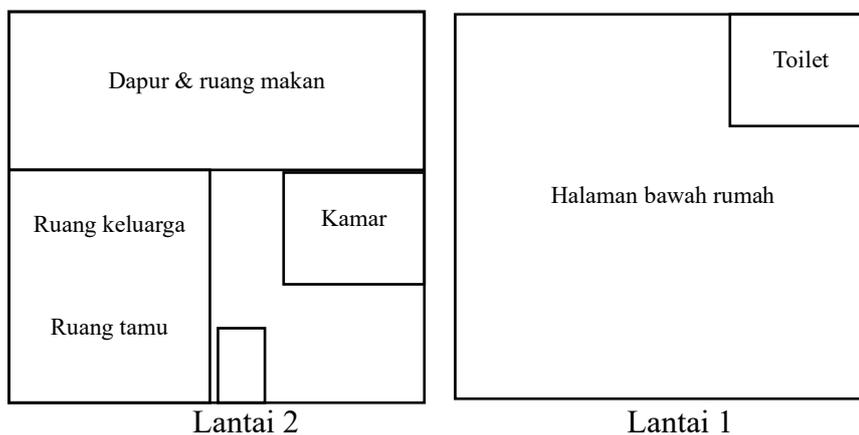
Keluarga Ny. T tergolong tipe keluarga Extenden Family. Tn.I tinggal bersama istrinya Ny. T, ibunya Ny. R saudaranya Ny. T keponakannya yaitu An. B.

## DATA LINGKUNGAN

- a. Karakteristik Rumah

Ny. T memiliki rumah panggung kayu. Rumah memiliki 1 ruang tamu, 1 kamar tidur, 1 toilet, 1 dapur. Kondisi rumah bersih dan rapi. Ventilasi baik karena jendela selalu dibuka saat pagi hari hingga sore. Seluruh ruangan memiliki pencahayaan yang baik. Terdapat nyamuk di dalam rumah. Keluarga menggunakan kelambu saat tidur dan menyalakan kipas angin di siang hari untuk menghindari gigitan nyamuk.

- b. Denah rumah



- c. Karakteristik tetangga dan komunitas

Keluarga Ny. T tinggal di daerah Jl. Sahabat Kera - Kera. Tetangga sering berkomunikasi satu sama lain dan sebagian besar tetangga berprofesi sebagai buruh harian dan petani. Seluruh penduduk di lingkungan tersebut memiliki sumber air dari sumur gali, sumur bor dan membeli air di Unhas. Untuk pembuangan sampah dilakukan dengan cara dikumpulkan dan diangkut petugas kebersihan.

d. Mobilitas geografis keluarga

Keluarga Ny. T sudah tinggal di daerah tersebut sejak lahir, sekitar 63 tahun.

e. Perkumpulan keluarga dan interaksi masyarakat

Keluarga Ny. T memiliki interaksi yang baik dengan warga di sekitarnya.

f. Sistem pendukung keluarga

Ny. T mengatakan pemberi bantuan yang utama adalah keluarganya. Jika keluarga tidak mampu membantu maka Ny. T akan meminta dukungan dan bantuan dari tetangga.

## **STRUKTUR KELUARGA**

a. Pola komunikasi

Bila dalam keluarga terdapat suatu masalah, maka anggota keluarga membicarakannya secara terbuka untuk menyelesaikan masalah yang ada. Anggota keluarga yang dilibatkan dalam proses pemecahan masalah, yaitu anak yang tinggal di samping rumahnya.

b. Struktur peran

Ny. T berperan sebagai kepala keluarga.

c. Struktur kekuatan keluarga

Pembuat keputusan adalah Ny. T sebagai kepala keluarga namun tetap mendengar saran dari anak-anaknya yang lain.

d. Struktur nilai dan norma keluarga

Keluarga Ny. T mendisiplinkan diri dan anak-anaknya untuk menjadi orang yang berperilaku baik, sopan kepada orang yang lebih tua, dan menolong orang yang membutuhkan.

## **FUNGSI KELUARGA**

a. Fungsi afektif

Keluarga Ny. T saling mendukung satu sama lain dan semua permasalahan diselesaikan secara bersama.

b. Fungsi sosialisasi

Interaksi yang terjadi dalam keluarga Ny. T ini terjalin dengan baik. Masing- masing anggota keluarga dapat berinteraksi dengan sopan pada anggota keluarga lainnya.

c. Fungsi perawatan kesehatan, keyakinan, nilai, dan perilaku keluarga

Ny. T mengetahui dan menyadari bahwa dirinya sedang sakit dan mengetahui tindakan yang harus diambil untuk mengatasi masalah tersebut. Sebagai contoh jika merasa kepala sangat sakit dan badan terasa lelah, Ny. T meminta anaknya untuk mengantarkannya ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

### **KOPING KELUARGA**

a. Stressor

Ny. T mengatakan tidak ada stressor terberat.

b. Apakah keluarga mampu bertindak objektif dan realistis terhadap stresor

Ny. T mampu bertindak berdasarkan penilaian objektif dan realistis terhadap situasi yang mengandung stres. Sebagai contoh dalam permasalahan ekonomi, Ny. T menyesuaikan kebutuhan sehari-hari dengan keuangan.

c. Reaksi terhadap stressor

Keluarga Ny. T menanggapi situasi yang penuh dengan stress dengan kesabaran dan selalu berdoa agar selalu ada jalan keluar dari setiap masalah yang dihadapi.

### **HARAPAN KELUARGA**

Harapan keluarga Ny. T terkait kesehatan adalah semua anggota keluarga selalu dalam keadaan sehat. Keluarga Ny. T juga berharap tenaga kesehatan di sekitar tempat tinggalnya senantiasa membimbing dan membantu keluarganya untuk dapat hidup sehat dan mengatasi masalah kesehatan yang dialami keluarganya.

## ANALISA DATA

No.	Data Fokus	Masalah Keperawatan
1	<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ny. T mengatakan mengetahui dan menyadari bahwa saat ini ia sedang mengalami asam urat selama lebih dari 10 tahun.</li> <li>- Ny. T mengatakan belum mengetahui tentang diet asam urat yang baik dan kadang mengonsumsi makanan asin dan bersantan.</li> <li>- Ny. T mengatakan belum maksimal dalam memanfaatkan pelayanan kesehatan dan biasanya memeriksakan kesehatan ke puskesmas hanya pada saat mengalami keluhan sakit.</li> <li>- Ny. T mengatakan belum mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan sesuai anjuran karena merasa sudah tua dan mudah lelah, mampu melakukan perawatan sederhana sesuai yang dianjurkan dalam hal ini mengonsumsi obat secara rutin.</li> <li>- Ny. T mengatakan belum mampu melaksanakan tindakan pencegahan secara aktif karena belum mengetahui cara mengendalikan penyakit asam uratnya.</li> <li>- Ny. T mengatakan belum mampu melaksanakan tindakan promotif secara aktif karena merasa masih kurang dalam memperoleh informasi kesehatan.</li> <li>- Ny. T mengatakan jarang mengonsumsi buah-buahan.</li> <li>- Ny. T mengatakan kadang mengonsumsi ikan asin dan telur asin karena ia menyukainya dan biasanya juga mengonsumsi makanan yang mengandung santan.</li> <li>- Ny. T mengatakan biasanya merasa tegang di belakang leher dan pusing.</li> <li>- Ny. T mengatakan tidak pernah</li> </ul>	<p><b>Pemeliharaan kesehatan tidak efektif</b></p> <p>Kategori: Perilaku Subkategori: Penyuluhan dan Pembelajaran Kode: D.0117</p>

	<p>melakukan latihan fisik karena merasa sudah tua dan mudah lelah. Ny. T hanya bisa melakukan aktivitas fisik yang ringan seperti membersihkan rumah, mencuci pakaian, dan menjemur.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ny. T mengatakan belum mengetahui tentang perawatan asam urat terutama menu makanan yang perlu dikonsumsi dan dihindari.</li><li>- Ny. T mengatakan bahwa petugas puskesmas pernah memberikan edukasi kepadanya tentang penyakit asam urat, tetapi ia belum sepenuhnya mengerti terhadap informasi yang disampaikan petugas puskesmas tentang pembatasan konsumsi garam dan diet yang benar.</li></ul> <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nilai tekanan darah 159/88 mmHg</li></ul>	
--	--	--

### PLAN OF ACTION

Kegiatan	Minggu 1 12-18 Juni 2023							Minggu 2 19-25 Juni 2023							Minggu 3 26 Juni-2 Juli 2023						
	S	S	R	K	J	S	M	S	S	R	K	J	S	M	S	S	R	K	J	S	M
Pengkajian keluarga			♥																		
Menentukan target rencana perawatan			♥																		
Edukasi hipertensi					♥																
<i>Health coaching</i> diet hipertensi					♥																
Kontrol tekanan darah								♥					♥	♥						♥	
Monitoring diet hipertensi								♥					♥	♥						♥	

**Keterangan:**

 : libur

♥ : telah dilaksanakan

### RENCANA ASUHAN KEPERAWATAN

No.	Diagnosa Keperawatan	Luaran	Intervensi
1	<p><b>Pemeliharaan kesehatan tidak efektif (D.0117)</b>                      Kategori: Perilaku                      Subkategori: Penyuluhan dan Pembelajaran</p>	<p><b>TUK 1: Keluarga mampu mengenal masalah kesehatan</b>                      Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 30 menit, keluarga Ny. T mampu mengenal masalah kesehatan dengan kriteria hasil:  <b>Domain IV: Pengetahuan tentang kesehatan dan perilaku</b>  <b>Kelas S: Pengetahuan tentang kesehatan</b>  <b>Luaran: Pengetahuan: Proses Penyakit (1803)</b> yaitu pemahaman tentang proses penyakit tertentu dan komplikasinya meningkat dari skala 2 (pengetahuan terbatas) menjadi 4 (pengetahuan baik) dengan indikator:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian asam urat</li> <li>• Tanda dan gejala asam urat</li> <li>• Faktor risiko asam urat</li> <li>• Cara pengendalian asam urat</li> </ul>	<p>Keluarga Ny. T mampu mengenal masalah kesehatan  <b>Domain 3: Perilaku</b>  <b>Kelas S: Pendidikan Pasien</b>  <b>Intevensi: Pengajaran: Proses Penyakit (5602)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaji tingkat pengetahuan keluarga terkait dengan proses penyakit</li> <li>• Jelaskan tanda dan gejala yang umum tentang penyakit</li> <li>• Gali kesiapan keluarga untuk manajemen tanda dan gejala penyakit</li> <li>• Identifikasi faktor penyebab penyakit</li> <li>• Berikan informasi tentang keadaan penyakit</li> <li>• Identifikasi perubahan fisik akibat penyakit</li> <li>• Diskusikan perubahan gaya hidup lebih sehat untuk mencegah komplikasi</li> <li>• Diskusikan program pengobatan</li> <li>• Instruksikan keluarga untuk mengontrol tanda dan gejala penyakit</li> <li>• Anjurkan keluarga untuk melaporkan tanda dan gejala kepada tenaga kesehatan</li> </ul>

	<p><b>TUK 2: Keluarga mampu mengambil keputusan</b>  Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 30 menit, keluarga Ny. T mampu mengambil keputusan dengan kriteria hasil:</p> <p><b>Domain IV: Pengetahuan tentang kesehatan dan perilaku</b>  <b>Kelas Q: Perilaku kesehatan</b>  <b>Luaran: Perilaku patuh: Diet yang disarankan (1622)</b> yaitu tindakan pribadi untuk melakukan untuk mengikuti rekomendasi makanan dan intake cairan oleh seorang professional kesehatan untuk kondisi tertentu meningkat dari skala 2 (jarang menunjukkan) menjadi 4 (sering menunjukkan) dengan indikator:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menetapkan tujuan diet yang akan dicapai</li> <li>• Makan-makanan dan cairan sesuai dengan diet yang ditentukan</li> <li>• Rencana makan sesuai dengan diet yang ditentukan</li> <li>• Rencana strategi untuk situasi yang mempengaruhi asupan makanan dan cairan</li> </ul>	<p>Keluarga Ny. T mampu mengambil keputusan terhadap masalah kesehatan yang dialami.</p> <p><b>Domain 6: Sistem kesehatan</b>  <b>Kelas Y: Mediasi sistem kesehatan</b>  <b>Intervensi: Dukungan pengambilan keputusan (5250)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tentukan apakah ada perbedaan pandangan pasien dan penyedia perawatan kesehatan mengenai kondisi pasien</li> <li>• Bantu pasien untuk mengklarifikasi nilai dan harapan yang mungkin akan membantu dalam membuat pilihan yang penting dalam hidupnya</li> <li>• Informasikan pada pasien mengenai pandangan atau solusi alternatif dengan cara yang jelas dan mendukung</li> <li>• Bantu pasien mengidentifikasi keuntungan dan kerugian dari setiap alternatif pilihan</li> <li>• Fasilitasi percakapan pasien mengenai tujuan perawatan</li> <li>• Fasilitasi pengambilan keputusan yang bersifat kolaboratif</li> <li>• Hormati hak pasien menerima dan menolak informasi</li> </ul>
--	---	--

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berikan informasi sesuai permintaan pasien</li> <li>• Bantu pasien menjelaskan keputusan kepada orang lain</li> <li>• Jadilah penghubung antara pasien dengan keluarga</li> <li>• Jadilah penghubung antara pasien dan penyedia pelayanan kesehatan lain</li> </ul>
		<p><b>TUK 3: Keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit</b>  Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 30 menit, keluarga Ny. T mampu merawat anggota keluarga yang sakit dengan kriteria hasil:</p> <p><b>Domain VI: Kesehatan keluarga</b>  <b>Kelas X: Kesejahteraan keluarga</b>  <b>Luaran: Partisipasi keluarga dalam perawatan professional</b> yaitu kapasitas keluarga untuk terlibat dalam pemberian perawatan dan evaluasi perawatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan meningkat dari 2 (jarang menunjukkan) menjadi 4 (sering menunjukkan) dengan indikator:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berpartisipasi dalam perencanaan perawatan</li> <li>• Berpartisipasi dalam menyediakan perawatan</li> </ul>	<p>Keluarga Ny. T mampu merawat anggota keluarga yang sakit</p> <p><b>Domain 3: Perilaku</b>  <b>Kelas Y: Pendidikan Pasien</b>  <b>Intervensi: Pengajaran Prosedur/ Perawatan (5618)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informasikan pada keluarga mengenai kapan dan dimana tindakan akan dilakukan</li> <li>• Kaji pengalaman keluarga sebelumnya dan tingkat pengetahuan terkait tindakan</li> <li>• Jelaskan tujuan tindakan dilakukan</li> <li>• Jelaskan prosedur/penanganan</li> <li>• Kaji harapan keluarga mengenai tindakan yang dilakukan</li> <li>• Diskusikan pilihan-pilihan tindakan yang memungkinkan</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perawatan</li> <li>• Bekerja sama dalam menentukan perawatan</li> <li>• Berpartisipasi dalam tujuan bersama terkait dengan perawatan</li> <li>• Mengevaluasi efektivitas perawatan</li> </ul>	
<p><b>TUK 4: Keluarga mampu memodifikasi lingkungan</b>  Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 30 menit, keluarga Ny. T mampu memodifikasi lingkungan dengan kriteria hasil:</p> <p><b>Domain VI: Kesehatan keluarga</b>  <b>Kelas X: Kesejahteraan keluarga</b>  <b>Luaran: Iklim Sosial Keluarga (2601)</b> yaitu kapasitas keluarga untuk menyediakan lingkungan yang mendukung ditandai dengan hubungan dan tujuan anggota keluarga meningkat dari 2 (jarang menunjukkan) menjadi 4 (sering menunjukkan) dengan indikator:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menetapkan rutinitas keluarga</li> <li>• Mempertahankan rutinitas keluarga</li> <li>• Menjaga kebersihan rumah</li> <li>• Mendukung satu sama lain</li> <li>• Memecahkan masalah bersama-sama</li> </ul>	<p>Keluarga Ny. T mampu melakukan modifikasi lingkungan untuk meminimalisir masalah kesehatan yang dialami keluarga</p> <p><b>Domain 4 : Kemananan</b>  <b>Kelas V : Manajemen risiko</b>  <b>Intervention : Peningkatan Efikasi Diri (6482)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tentukan tujuan pasien dan keluarga mengelola lingkungan dan kenyamanan yang optimal</li> <li>• Hindari gangguan yang tidak perlu dan berikan waktu untuk istirahat</li> <li>• Ciptakan lingkungan yang tenang dan mendukung</li> <li>• Sediakan lingkungan yang aman dan bersih</li> <li>• Berikan pilihan sedapat mungkin untuk melakukan kegiatan dan kunjungan sosial</li> <li>• Pertimbangkan sumber-sumber ketidaknyamanan</li> </ul>

		<p><b>TUK 5: Keluarga mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan</b> Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 30 menit, keluarga Ny. T mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan dengan kriteria hasil:</p> <p><b>Domain IV: Pengetahuan tentang kesehatan dan perilaku</b> <b>Kelas S: Pengetahuan tentang kesehatan</b> <b>Luaran: Pengetahuan: Sumber-Sumber Kesehatan (1806)</b> yaitu tingkat pemahaman yang disampaikan tentang sumber-sumber asuhan kesehatan yang relevan meningkat dari skala 2 (Pengetahuan terbatas) menjadi 4 (Pengetahuan baik)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sumber perawatan kesehatan terkemuka</li> <li>• Sumber-sumber perawatan darurat</li> <li>• Strategi untuk mengakses layanan kesehatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berikan sumber edukasi yang sesuai dan berguna bagi manajemen penyakit.</li> </ul> <p>Keluarga Ny. T mampu memanfaatkan pelayanan kesehatan untuk meminimalisir masalah kesehatan yang dialami keluarga</p> <p><b>Domain 1 : Keluarga</b> <b>Kelas Y : Mediasi Sistem Kesehatan</b> <b>Intervensi : Panduan Sistem Pelayanan Kesehatan (7400)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jelaskan sistem perawatan kesehatan, bagaimana sistem kerja dan apa yang dapat keluarga harapkan</li> <li>• Bantu klien untuk memilih perawatan kesehatan professional</li> <li>• Instruksikan kepada klien tipe pelayanan yang diharapkan dari setiap tipe penyedia perawatan kesehatan</li> <li>• Informasikan kepada klien tentang perbedaan tipe fasilitas pelayanan kesehatan</li> <li>• Informasikan kepada klien bagaimana cara mengakses pelayanan gawat darurat melalui telepon</li> <li>• Anjurkan klien berkonsultasi dengan tenaga kesehatan professional lain</li> </ul>
--	--	--	---

			<ul style="list-style-type: none"><li>• Informasikan kepada klien tentang biaya, waktu, alternatif, dan risiko yang muncul selama prosedur dan pemeriksaan</li><li>• Identifikasi dan fasilitasi kebutuhan transportasi untuk menjangkau fasilitas pelayanan kesehatan.</li></ul>
--	--	--	---

## IMPLEMENTASI DAN EVALUASI

Diagnosa Keperawatan: Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif		
Waktu	Implementasi	Evaluasi
K-1 Rabu, 14/6/2023	<p><b>BHSP dan Pengkajian (30 menit)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membina hubungan saling percaya dengan klien dan keluarganya  <b>Hasil:</b> Keluarga menerima mahasiswa secara terbuka.</li>   <li>• Menjelaskan tujuan pertemuan selama beberapa 2 pekan dan menjelaskan kepada keluarga bahwa akan ada 6 kali pertemuan selama kegiatan pendampingan keluarga berlangsung.  <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan bersedia untuk dijadikan keluarga binaan dan bersedia diberikan pendampingan terkait masalah kesehatan.</li>   <li>• Mengkaji kondisi lingkungan rumah keluarga  <b>Hasil:</b> rumah tampak bersih dan rapi</li>   <li>• <i>Ask-Tell-Ask</i>  <b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apakah ada anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan.  <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan bahwa dirinya mengalami hipertensi selama kurang lebih 10 tahun.  <b>Tell:</b> mahasiswa memberitahukan Ny. T bahwa nilai tekanan darah saat ini 159/88 mmHg.</li> </ul>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan bahwa dirinya mengalami hipertensi selama kurang lebih 10 tahun.</li> <li>• Ny. T mengatakan biasanya memeriksakan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan bila merasa kondisi tidak sehat.</li> <li>• Ny. T mengatakan saat ini rutin mengonsumsi obat antihipertensi dan vitamin dari dokter.</li> <li>• Ny. T mengatakan bahwa ia sering mengonsumsi ikan asin, telur asin, sayur santan. Ny. T mengungkapkan bahwa ia tidak mengetahui makanan apa yang perlu dihindari untuk menurunkan tekanan darah.</li> <li>• Ny. T mengatakan bahwa ia akan ke fasilitas pelayanan kesehatan hanya pada saat merasa kondisi tubuh tidak sehat. Ny. T jarang melakukan pemeriksaan rutin dengan alasan faktor usia yang tua dan merasa lelah.</li> <li>• Ny. T mengatakan bahwa hipertensi adalah tekanan darah tinggi.</li> <li>• Ny. T mengatakan tidak mengetahui nilai normal tekanan darah.</li> <li>• Ny. T mengatakan belum mengetahui sepenuhnya tentang tanda dan gejala hipertensi, faktor risiko, dan cara mengendalikan hipertensi.</li> </ul>

	<p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apa keputusan yang diambil oleh keluarga.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan biasanya memeriksakan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan bila merasa kondisi tidak sehat.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya bagaimana cara melakukan perawatan hipertensi di rumah.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan saat ini rutin mengonsumsi obat antihipertensi dan vitamin dari dokter.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya bagaimana dengan pola diet nutrisinya selama ini.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan bahwa ia sering mengonsumsi ikan asin, telur asin, sayur santan. Ny. T mengungkapkan bahwa ia tidak mengetahui makanan apa yang perlu dihindari untuk menurunkan tekanan darah.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya bagaimana cara Ny. T memanfaatkan fasilitas kesehatan.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan bahwa ia akan ke fasilitas pelayanan kesehatan hanya pada saat merasa kondisi tubuh tidak sehat. Ny. T jarang melakukan pemeriksaan rutin dengan alasan faktor usia yang tua dan merasa lelah.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kepada Ny. T apa yang diketahui tentang hipertensi.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan bahwa hipertensi adalah tekanan darah tinggi.</p> <p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu sudah benar.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kepada Ny. T berapa nilai normal tekanan darah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan ingin mengetahui tentang penyakit hipertensi dan cara mengendalikannya.</li> <li>• Ny. T memilih untuk melakukan diet hipertensi dan kontrol tekanan darah karena Ny. T tidak mampu melakukan olahraga dengan alasan faktor usia dan nyeri otot. Saat ini Ny.T rutin mengonsumsi obat antihipertensi dan vitamin.</li> <li>• Ny. T setuju melakukan diet hipertensi setiap hari dan kontrol tekanan darah 1-2 kali seminggu</li> </ul> <p><b>Objektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Keluarga menerima mahasiswa secara terbuka</li> <li>• Rumah tampak bersih dan rapi</li> <li>• Nilai tekanan darah 159/88 mmHg.</li> </ul> <p><b>Analisis:</b> Pemeliharaan kesehatan tidak efektif belum teratasi</p> <p><b>Perencanaan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Edukasi hipertensi</li> <li>• Mengatur menu diet hipertensi</li> </ul>
--	--	--

	<p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan tidak mengetahui nilai normal tekanan darah.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya hal lainnya yang Ny. T ketahui tentang hipertensi.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan belum mengetahui sepenuhnya tentang tanda dan gejala hipertensi, faktor risiko, dan cara mengendalikan hipertensi.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apa yang Ny. T butuhkan saat ini.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan ingin mengetahui tentang penyakit hipertensi dan cara mengendalikannya.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kesediaan Ny. T melakukan rencana perawatan hipertensi di rumah.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T setuju untuk melakukan perawatan hipertensi di rumah.</p> <p><b>Tell:</b> mahasiswa memberikan pilihan rencana perawatan apa yang ingin dilakukan oleh Ny. T, yaitu mengatur pola diet hipertensi, melakukan aktivitas olahraga, minum obat, dan kontrol tekanan darah.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T memilih untuk melakukan diet hipertensi dan kontrol tekanan darah karena Ny. T tidak mampu melakukan olahraga dengan alasan faktor usia dan nyeri otot. Saat ini Ny. T rutin mengonsumsi obat antihipertensi dan vitamin.</p> <p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu keputusan yang bagus.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya bagaimana keputusan Ny. T dalam menentukan jadwal perawatan hipertensi di rumah.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T setuju melakukan diet hipertensi setiap hari dan kontrol tekanan darah 1-2 kali seminggu.</p>	
--	---	--

	<p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu keputusan yang tepat.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya seberapa yakin Ny. T bisa melakukan perawatan hipertensi di rumah.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan yakin dapat melakukan perawatan hipertensi dengan baik di rumah dengan skor keyakinan 7.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kepada Ny. T apakah masih ada hal yang ingin ditanyakan.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan sudah cukup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Action Plan</i> Ny. T dan mahasiswa sepakat untuk memilih diet hipertensi dan kontrol tekanan darah sebagai perawatan hipertensi di rumah. Diet hipertensi dilakukan setiap hari dan kontrol tekanan darah 1-2 kali seminggu.</li> </ul>	
K-2 Jumat, 16/6/2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi <b>Hasil:</b> Ny. T dan keluarga siap dan mampu menerima informasi</li> <li>• Menyediakan materi dan media edukasi. <b>Hasil:</b> materi yang diberikan yaitu tentang pengertian hipertensi, tanda dan gejala, faktor risiko, dan cara mengendalikan hipertensi.</li> <li>• <i>Ask-Tell-Ask</i> <b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kepada Ny. T apa yang diketahui tentang hipertensi. <b>Hasil:</b> Ny. T belum mengetahui sepenuhnya informasi tentang hipertensi</li> </ul>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T memilih rencana perawatan diet hipertensi dan kontrol tekanan darah</li> </ul> <p><b>Objektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T dan keluarga memperhatikan materi edukasi.</li> <li>• Ny. T aktif bertanya</li> <li>• Ny. T mampu menyampaikan 70% dari seluruh isi informasi yang telah diberikan, yaitu 14 dari 20 item topik.</li> </ul>

	<p><b>Tell:</b> mahasiswa menjelaskan pengertian hipertensi yang biasa disebut tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan tekanan darah sistolik <math>\geq 140</math> mmHg dan diastolik <math>\geq 90</math> mmHg.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apakah Ny. T mengerti dengan informasi yang diberikan, lalu meminta Ny. T untuk mengulang kembali informasi yang telah disampaikan menggunakan kalimat yang sederhana.</p> <p><b>Teach back:</b> Ny. T menyebutkan bahwa hipertensi adalah tekanan darah tinggi di atas 140 mmHg.</p> <p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu sudah benar, tetapi kurang lengkap.</p> <p><b>Hasil:</b> skor 1 dari 2 (tidak menyebutkan nilai diastol)</p> <p><b>Tell:</b> mahasiswa menjelaskan tentang tanda dan gejala hipertensi, yaitu sakit kepala/pusing, jantung berdebar-debar/nyeri dada, gelisah, penglihatan kabur, dan mudah lelah.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apakah Ny. T mengerti dengan informasi yang diberikan, lalu meminta Ny. T untuk mengulang kembali informasi yang telah disampaikan menggunakan kalimat yang sederhana.</p> <p><b>Teach back:</b> Ny. T menyebutkan tanda dan gejala hipertensi, yaitu sakit kepala/pusing, mudah lelah, dan nyeri dada.</p> <p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu sudah benar, tetapi kurang lengkap.</p> <p><b>Hasil:</b> skor 3 dari 5 (tidak menyebutkan gelisah dan penglihatan kabur)</p> <p><b>Tell:</b> mahasiswa menjelaskan tentang faktor risiko hipertensi, yaitu umur, riwayat keluarga, jenis kelamin, kegemukan, kurang aktivitas fisik, merokok, stres, dan konsumsi garam berlebih.</p>	<p><b>Analisis:</b> Pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi</p> <p><b>Perencanaan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontrol tekanan darah</li> <li>• Monitoring diet</li> </ul>
--	--	---

	<p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apakah Ny. T mengerti dengan informasi yang diberikan, lalu meminta Ny. T untuk mengulang kembali informasi yang telah disampaikan menggunakan kalimat yang sederhana.</p> <p><b>Teach back:</b> Ny. T menyebutkan faktor risiko hipertensi, yaitu umur, kegemukan, kurang aktivitas fisik, merokok, stres, dan konsumsi garam berlebih.</p> <p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu sudah benar, tetapi kurang lengkap.</p> <p><b>Hasil:</b> skor 6 dari 8 (tidak menyebutkan riwayat keluarga dan jenis kelamin)</p> <p><b>Tell:</b> mahasiswa menjelaskan tentang cara pengendalian hipertensi, yaitu dengan PATUH (P: periksa kesehatan secara rutin, A: atasi penyakit dengan pengobatan teratur, T: tetap diet dengan gizi seimbang, U: upayakan aktivitas fisik, H: hindari asap rokok, alkohol, dan zat berbahaya lainnya).</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya apakah Ny. T mengerti dengan informasi yang diberikan, lalu meminta Ny. T untuk mengulang kembali informasi yang telah disampaikan menggunakan kalimat yang sederhana.</p> <p><b>Teach back:</b> Ny. T menyebutkan cara pengendalian hipertensi, yaitu periksa kesehatan, rajin minum obat, jaga pola makan, dan olahraga.</p> <p><b>Reinforcement:</b> mahasiswa mengatakan bahwa itu sudah benar, tetapi kurang lengkap.</p> <p><b>Hasil:</b> skor 4 dari 5 (tidak menyebutkan hindari asap rokok, alkohol, dan zat berbahaya lainnya). Secara keseluruhan, Ny. T</p>	
--	---	--

	<p>mampu menjawab 14 dari 20 item topik edukasi dengan persentase 70%.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kepada Ny. T apakah ada hal yang ingin ditanyakan.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T menanyakan cara mengatur menu diet hipertensi.</p> <p><b>Tell:</b> mahasiswa menjelaskan makanan dan minuman yang perlu dibatasi dan dikonsumsi melalui diet DASH, yaitu mengonsumsi sayur, buah, biji-bijian utuh, produk susu rendah lemak, ikan, kacang-kacangan, dan minyak sayur. Membatasi konsumsi gula, garam, dan makanan yang tinggi lemak jenuh, seperti daging berlemak, produk susu penuh lemak, dan minyak tropis seperti kelapa, inti sawit, dan minyak sawit.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya kepada Ny. T apakah ada hal yang ingin ditanyakan.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan apakah boleh mengonsumsi sayur santan, ikan asin, dan telur asin.</p> <p><b>Tell:</b> mahasiswa menjelaskan bahwa makanan yang mengandung santan, ikan asin, dan telur asin boleh dikonsumsi, tetapi perlu dibatasi untuk mengurangi konsumsi garam dan lemak.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya makanan atau minuman apa yang disukai dan tidak disukai oleh Ny. T.</p> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan suka mengonsumsi teh setiap hari, jarang mengonsumsi buah, dan tidak terbiasa minum susu.</p> <p><b>Ask:</b> mahasiswa bertanya sayur dan buah apa yang disukai atau sering dikonsumsi oleh Ny. T.</p>	
--	---	--

**Hasil:** Ny. T mengatakan suka mengonsumsi buah jeruk dan pisang karena itu buah yang mudah didapat. Ny. T menyukai semua jenis sayuran.

**Ask:** mahasiswa bertanya makanan dan minuman apa yang ingin dimasukkan ke dalam jadwal menu harian.

**Hasil:** Ny. T mengatakan dapat mengonsumsi sayuran dan buah setiap hari. Membatasi konsumsi teh, telur asin, ikan asin, dan sayur santan.

- *Action plan:* mahasiswa menyusun rencana perawatan bersama Ny. T.

**Hasil:** Rencana perawatan yang dibuat adalah diet hipertensi dan kontrol tekanan darah. Mahasiswa dan Ny. T memilih dan mengatur menu makanan yang ingin dimasukkan ke dalam jadwal selama 1 minggu. Menu makanan yang dipilih adalah menu makanan diet DASH dengan mengutamakan banyak konsumsi sayur, buah-buahan dan membatasi konsumsi garam, gula, dan lemak. Mahasiswa mencatat makanan atau minuman yang disukai dan tidak disukai oleh Ny. T, lalu memilih makanan atau minuman yang bisa dikonsumsi ke dalam jadwal harian dan mingguan. Ny. T mengatakan suka mengonsumsi telur asin dan ikan asin, sehingga hal ini perlu dibatasi dan dipikirkan sumber protein lainnya. Selain itu, Ny. T suka mengonsumsi teh dan sayur-sayuran, tetapi tidak terbiasa minum susu, sehingga target konsumsi protein dari susu dieliminasi. Ny. T tidak memiliki riwayat alergi terhadap makanan, sehingga sangat memungkinkan untuk menentukan makanan ke dalam jadwal mingguan (Menu makanan terlampir).

<p>K-3 Senin, 19/6/2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memeriksa tekanan darah pasien <b>Hasil:</b> tekanan darah 140/75 mmHg pada kontrol pertama.</li> <li>• Mengidentifikasi keluhan yang dirasakan saat ini <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> <li>• Memonitoring diet asam urat <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet minggu selanjutnya. Tidak ada masalah pada menu diet.</li> <li>• Mengidentifikasi kemampuan keluarga dalam mengambil keputusan. (membenarkan jawaban ataupun menambahkan informasi yang masih kurang). <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan bahwa saat anggota keluarga sakit dan masih bisa ditangani secara mandiri, maka keluarga tidak perlu ke fasilitas pelayanan kesehatan. Tetapi, bila sakit tidak kunjung sembuh dalam 3 hari atau kondisi memburuk, maka keluarga segera membawa anggota keluarga yang sakit ke puskesmas.</li> </ul>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> <li>• Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet minggu selanjutnya.</li> </ul> <p><b>Objektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak ada menu yang ingin diubah/tidak ada masalah.</li> <li>• Tekanan darah 140/75 mmHg pada kontrol pertama.</li> </ul> <p><b>Analisis:</b> Pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi</p> <p><b>Perencanaan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontrol tekanan darah</li> <li>• Monitoring diet asam urat</li> </ul>
<p>K-4 Sabtu, 24/6/2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memeriksa tekanan darah pasien <b>Hasil:</b> tekanan darah 130/72 mmHg pada kontrol kedua</li> <li>• Mengidentifikasi keluhan yang dirasakan saat ini <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> <li>• Memonitoring diet asam urat <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet minggu selanjutnya. Tidak ada masalah pada menu diet.</li> </ul>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> <li>• Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet minggu selanjutnya.</li> </ul> <p><b>Objektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak ada menu yang ingin diubah/tidak ada masalah.</li> <li>• Tekanan darah 130/72 mmHg pada kontrol pertama.</li> </ul>

		<p><b>Analisis:</b> Pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi</p> <p><b>Perencanaan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontrol tekanan darah</li> <li>• Monitoring diet asam urat</li> </ul>
K-5 Senin, 26/6/2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memeriksa tekanan darah pasien <b>Hasil:</b> tekanan darah 130/84 mmHg pada kontrol ketiga.</li> <li>• Mengidentifikasi keluhan yang dirasakan saat ini <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> <li>• Memonitoring diet asam urat <b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet selanjutnya. Tidak ada masalah pada menu diet.</li> </ul>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> <li>• Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet selanjutnya.</li> </ul> <p><b>Objektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak ada menu yang ingin diubah/tidak ada masalah.</li> <li>• Tekanan darah 130/84 mmHg pada kontrol pertama.</li> </ul> <p><b>Analisis:</b> Pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi</p> <p><b>Perencanaan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontrol tekanan darah</li> <li>• Monitoring diet asam urat</li> </ul>
K-6 Sabtu 02/7/2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memeriksa tekanan darah pasien <b>Hasil:</b> tekanan darah 116/74 mmHg pada kontrol keempat.</li> <li>• Mengidentifikasi keluhan yang dirasakan saat ini</li> </ul>	<p><b>Subjektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</li> </ul>

	<p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan tidak ada keluhan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memonitoring diet asam urat</li> </ul> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet minggu selanjutnya. Tidak ada masalah pada menu diet.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memotivasi Ny. T untuk rajin kontrol tekanan darah meskipun sedang tidak mengalami gejala.</li> </ul> <p><b>Hasil:</b> Ny. T mengatakan akan mulai mengontrol tekanan darah secara rutin.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ny. T mengatakan saat ini menu makanan yang dijadwalkan dapat dikonsumsi semua. Ny. T memutuskan untuk menjadikan menu diet minggu disamakan untuk menu diet minggu selanjutnya.</li> <li>• Ny. T mengatakan akan mulai mengontrol tekanan darah secara rutin.</li> </ul> <p><b>Objektif:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak ada menu yang ingin diubah/tidak ada masalah.</li> <li>• Tekanan darah 116/74 mmHg pada kontrol pertama.</li> </ul> <p><b>Analisis:</b> Pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi</p> <p><b>Perencanaan:</b> Intervensi selesai</p>
--	--	---

## DOKUMENTASI



Nilai awal



Kontrol ke-1



Kontrol ke-2



Kontrol ke-3



Kontrol ke-4



Obat yang dikonsumsi

## JADWAL MENU DIET

Hari	Menu Makanan	Checklist
Senin	Sarapan (kue, air mineral), nasi, sayur bening (bayam, kacang panjang, labu), lauk (ikan asin), buah (pisang), air mineral.	
Selasa	Sarapan (kue, teh) nasi, sayur bening (labu siam, daun kelor), lauk (tempe goreng, tahu goreng), buah (pisang), air mineral.	
Rabu	Sarapan (kue, air mineral), nasi, sayur (sup), lauk (ikan goreng), buah (jeruk), air mineral.	
Kamis	Sarapan (kue, teh), sayur santan (tahu, tempe), buah (jeruk), air mineral.	
Jumat	Sarapan (kue, air mineral), nasi, sayur bening (labu siam, bayam), lauk (telur dadar/mata sapi), buah (pisang), air mineral.	
Sabtu	Sarapan (kue, teh), nasi, sayur bening (bayam, kacang panjang, labu), lauk (ayam goreng), buah (pisang), air mineral.	
Minggu	Sarapan (kue, air mineral), nasi, sayur tumis (kangkung), lauk (ikan asin/telur asin), buah (jeruk), air mineral.	