

Lampiran 1 : Satuan acara penyuluhan Pola diet penderita Hepatitis B, Hipertensi dan Anemia

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Judul	: Pola diet Hepatitis B, Hipertensi dan Anemia
Pokok bahasan	: Pola diet
Sub pokok bahasan	: pola makan
Sasaran	: Penderita Hepatitis B, Hipertensi dan Anemia
Hari / tanggal	: Selasa 7 Mei 2024, Senin 13 Mei 2024 dan Senin 20 Mei 2024
Waktu	: 10,00 11,00 dan 11.00 WIB
Tempat	: Puskesmas Cibungbulang

1. Tujuan umum

Setelah melakukan penyuluhan selama 10 menit diharapkan Ny Y usia dapat mengerti dan memahami tentang Pola diet pada Penderita Hepatitis B, Hipertensi dan Anemia sehingga paham tentang Pola makan dan dapat menerapkan dan memahami tentang pola diet Penderita Hepatitis B, Hipertensi dan Anemia :

1. Makanan Hepatitis B
2. Makanan hipertensi
3. Makanan Anemia dengan penyakit penyerta Hepatitis B dan hipertensi

Makanan hepatitis.

a. Sayuran hijau

hijau, seperti bayam, kangkung, dan brokoli, kaya akan nutrisi dan antioksidan. Penelitian telah menunjukkan bahwa konsumsi sayuran hijau dapat membantu mengurangi peradangan pada hati dan meningkatkan fungsi hati pada penderita hepatitis bahwa diet

tinggi sayuran hijau dikaitkan dengan penurunan risiko perkembangan fibrosis hati pada penderita hepatitis B.

b. Buah –buahan

Buah-buahan mengandung banyak vitamin, mineral, dan serat yang penting bagi kesehatan hati. Kandungan antioksidan dalam buah-buahan dapat membantu melindungi sel-sel hati dari kerusakan oksidatif. Menurut penelitian yang dipublikasikan dalam *Journal of Gastroenterology and Hepatology* (2018), konsumsi buah-buahan segar yang kaya serat dapat berkontribusi pada penurunan tingkat enzim hati pada penderita

c. Protein nabati

Bagi penderita hepatitis, protein nabati seperti kacang-kacangan, biji-bijian, dan tahu dapat menjadi alternatif yang baik untuk protein hewani. menyatakan bahwa diet dengan konsumsi tinggi protein nabati dapat membantu mengurangi tingkat enzim hati pada penderita hepatitis B.

d. Hindari makanan kaleng

Hindari makanan kaleng karena mengandung garam serta lemak jenuh yang membuat fungsi kerja hati semakin berat.

e. Kurangi garam

Kurangi garam, karena hati sedang tidak sehat karena terkena avirus maka dari itu hati tidak bisa mencerna garam, yang akan menimbulkan tekanan darah tinggi.

f. Alkohol

Minuman yang tidak baik akan merusak jaringan parut pada hati yang akan memperburuk bisa menjadi sirosis pada hati.

g. Lemak jenuh

Kurangi konsumsi lemak jenuh seperti mentega, olahan daging yang berlemak lebih karena konsumsi lemak dapat memperberat organ hati, jika terlalu dipaksa maka hati akan lebih rusak, dan bisa meningkatkan kolesterol.

h. Hindari seafood mentah

Karen amakanan laut banyak mengandung bakteri konsumsi secara matang karena masih banyak bakteri di takutkan akan memperburuk kondisi hati.

i. Hindari zat besi

Kurangi konsumsi makanan yang mengandung zat besi, jika sedang mengkonsumsi suplemen zat besi untuk di berhentikan terlebih dahulu agar tidak memperberat cidera pada hati.

j. Makanan manis

Kurangi makana manis, kue, es cream, soda dan coklat jika ingin mengkonsumsi manis bisa mengkonsumsi buah. Karen manis buatan akan memperberat fungsi hati.

No	Kegiatan	Penyuluhan	Peserta	Waktu
1.	Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> - Salam - Pengenalan - Tujuan 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjawab salam - Mendengarkan 	1menit
2.	Kerja	<ul style="list-style-type: none"> - Penyampaian materi diet Penderita Hepatitis B - Memberikan kesempatan untuk bertanya - Menjawab pertanyaan - Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan - Jawab tanya pertanyaan - Memberikan masukan 	5 menit menit
3.	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Menyimpulkan - Salam penutup 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan - Menjawab salam 	4 menit

Evaluasi

k. Bentuk evaluasi = lisan

l. Jenis evaluasi = sumatif

2. Pola diet pada penderita Hipertensi

- a. Kurangi konsumsi gula
- b. Batasi konsumsi garam atasi garam <1 sendok teh per hari kurangi garam saat memasak. Batasi makanan olahan dan cepat saji
- c. Batasi makanan berlemak dan di goreng serta makanan cepat saji yang tinggi akan lemak tak jenuh
- d. konsumsi buah dan sayuran hujau setidaknya 400-500 gram/ hari
- e. Konsumsi obat antihipertensi yang sudah di resepkan oleh dokter dan minum secara teratur, karena hipertensi tidak akan sembuh hanya bisa di kontrol dengan minum obat agar tekanan darah tinggi dapat di pantau.

No	Kegiatan	Penyuluhan	Peserta	Waktu
1.	Pembukaan	- Salam - Pengenalan - Tujuan	- Menjawab salam - Mendengarkan	1 menit
2.	Kerja	- Penyampaian materi diet Penderita Hipertensi - Memberikan kesempatan untuk bertanya - Menjawab pertanyaan - Evaluasi	- Mendengarkan - Jawab tanya pertanyaan - Memberikan masukan	5 menit menit
3.	Penutup	- Menyimpulkan	- Mendengarkan	4 menit

		- Salam penutup	- Menjawab salam	
--	--	-----------------	------------------	--

Evaluasi

- f. Bentuk evaluasi = lisan
- g. Jenis evaluasi = sumatif

3. Pola diet pada Anemia pada penderita Hepatitis

Makanan yang di konsumsi sedikit berbeda karena pada penderita hepatitis B di batasi konsumsi zat besi, protein dan juga suplemen zat besi, maka dari itu bisa di dukung oleh makanan yang di perbolehkan ari makanan yang mendukung menaikkan Hemoglobin dari makanan yang di perbolehkan oleh penderita Hemoglobin

a. Sayuran hijau

Konsumsi sayuran hijau di anjurkan pada penderita Hepatitis B dan baik juga untuk penderita anemia untuk menaikkan hemoglobin asal benar cara mengkonsumsinya tidak di barengi oleh konsumsi kafein yang terkandung pada teh, kopi dan susu.

b. Konsumsi protein

Pada protein disini yang di anjurkan ialah protein nabati yang banyak di peroleh pada kacang-kacangan pada penderita anemia kacang-kacangan menjadi sumber menaikkan kadar Hemoglobin.

No	Kegiatan	Penyuluhan	Peserta	Waktu
1.	Pembukaan	- Salam - Pengenalan - Tujuan	- Menjawab salam - Mendengarkan	1 menit
2.	Kerja	- Penyampaian materi diet Penderita Anemia	- Mendengarkan	5 menit

		<p>pada penderita Hepatitis B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Memberikan kesempatan untuk bertanya - Menjawab pertanyaan - Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> - Jawab tanya pertanyaan - Memberikan masukan 	
3.	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Menyimpulkan - Salam penutup 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan - Menjawab salam 	4 menit

Evaluasi

c. Bentuk evaluasi = lisan

d. Jenis evaluasi = sumatif

MEDIA



Lampiran 2 : Satuan acara penyuluhan KB Kondom

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Judul	: Kondom
Pokok bahasan	: Keluarga Berencana
Sub pokok bahasan	: Alat kontrasepsi Kondom
Sasaran	: Wanita usia subur dan Post partum
Hari / tanggal	: jumat 24 mei 2024
Waktu	: Pukul 20.00 Wib
Tempat	: Rumah pasien

2. Tujuan umum

Setelah melakukan penyuluhan selama 10 menit diharapkan Ny Y usia dapat mengerti dan memahami tentang Kondom sehingga paham tentang alat kontrasepsi Kondom memahami tentang Kontrasepsi Kondom terhadap Penularan Penyakit menular seksual (IMS):

- a. Pengertian Kondom
- b. Jenis-jenis Kondom
- c. Kondom pria
- d. Cara penggunaan
- e. Kondom perempuan
- f. Cara penggunaan
- g. Keuntungan dan kerugian
- h. Efektivitas penggunaan dalam pencegahan Penyakit menular seksual (IMS)

3. Pengertian Kondom

Kondom adalah alat kontrasepsi atau alat untuk mencegah kehamilan atau penyakit kelamin pada saat bersenggama, kondom biasanya dibuat dari bahan karet lateks, berbentuk tabung tidak tembus cairan dimana salah satu ujungnya tertutup rapat dan dilengkapi kantung untuk menampung sperma. Kondom dipakai pada alat kelamin pria pada keadaan ereksi sebelum bersenggama atau hubungan seksual.

Kondom adalah pilihan terbaik nomor dua untuk melindungi diri dari penularan IMS, HIV dan risiko terjadinya kehamilan. Pilihan nomor satu adalah dengan tidak berganti-ganti pasangan seksual dan setia pada satu pasangan saja. Untuk memaksimalkan penggunaan kondom dan mengurangi risiko penularan IMS dan HIV serta risiko kehamilan, dianjurkan memilih dan menggunakan kondom dengan benar dan konsisten

No	Kegiatan	Penyuluhan	Peserta	Waktu
1.	Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> - Salam - Pengenalan - Tujuan 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjawab salam - Mendengarkan 	1 menit
2.	Kerja	<ul style="list-style-type: none"> - Penyampaian materi Kondom - Memberikan kesempatan untuk bertanya - Menjawab pertanyaan - Evaluasi 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan - Jawab tanya pertanyaan - Memberikan masukan 	5 menit menit
3.	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Menyimpulkan - Salam penutup 	<ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan - Menjawab salam 	4 menit

Evaluai

- a. Bentuk evaluasi = lisan
- b. Jenis evaluasi = sumatif

6. Jenis-jenis Kondom

Seiring dengan makin banyaknya jenis kondom pada saat ini dipasaran, membuat para pengguna harus lebih paham dan teliti sebelum memilih kondom yang cocok. Selain itu, cara penggunaan yang benar juga perlu dipahami dengan benar dalam upaya mencegah penularan IMS dan HIV

7. Kondom laki-laki

Kondom laki-laki melindungi pengguna dan pasangannya dari infeksi dengan melindungi *gland penile* dan *shaft*, yang merupakan bagian utama dari keluar masuknya IMS patogen. Kondom mencegah kontak langsung dengan semen, lesi genital, discharge penis-vaginal-anal. Perlindungan yang diberikan kondom akan berkurang efektivitasnya bila infeksi menular tersebut melibatkan area yang tidak tertutup oleh kondom.

Cara penggunaan kondom laki-laki :

1. Selalu menggunakan kondom yang baru dan gunakan sebelum tanggal kadaluarsa.
2. Buka kemasan kondom dengan hati-hati.
3. Pasang kondom setelah penis ereksi.
4. Pegang ujung kondom diantara 2 jari (menjepit ujungnya) agar ada tempat untuk mengumpulkan sperma dan hilangkan udara dari ujung kondom untuk menghindari kondom robek ketika digunakan.
5. Pasang kondom dari ujung penis, kemudian ditarik hingga ke pangkal penis dan ujungnya tetap dijepit.
6. Setelah ejakulasi dan sebelum penis menjadi lembek, tarik keluar penis dengan hati-hati dan pegang bibir kondom agar sperma tidak tumpah.
7. Setelah pemakaian, kondom dibungkus dan tidak boleh dibuang ke dalam toilet.



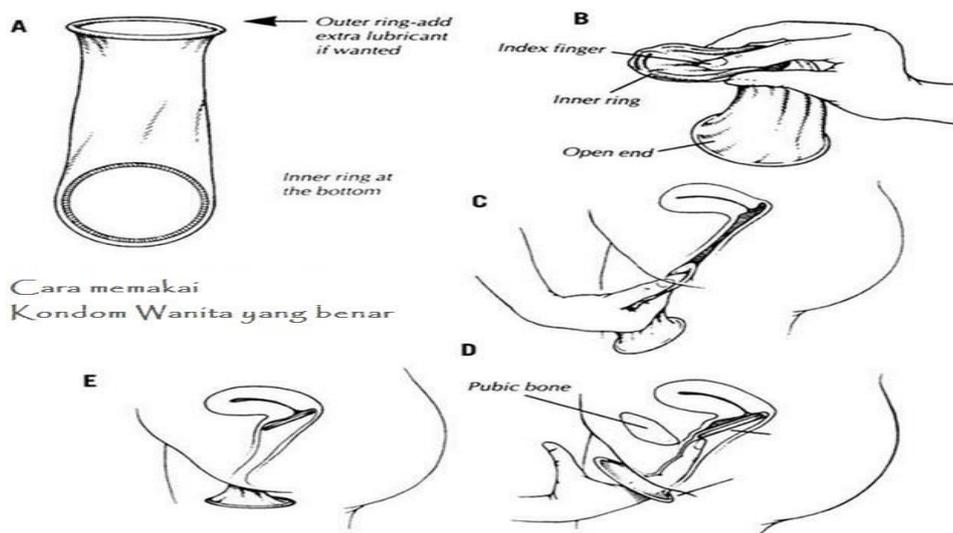
8. Kondom wanita

Kondom perempuan, sebagaimana kondom laki-laki, mempunyai fungsi proteksi ganda yaitu sebagai pelindung dari kehamilan yang tidak diinginkan dan menghindarkan penularan infeksi. Kondom perempuan berbentuk kantung, tabung silinder, yang tergantung longgar saat terpasang di vagina, dengan bahan yang tipis (poliuretan), transparan, panjang 17 cm, diameter 6-7 cm. Bersifat elastis dan fleksibel, sehingga mudah mengikuti kontur vagina. Terdapat dua cincin di kedua ujungnya, dibagian dalam berfungsi saat memasukkan ke dalam vagina, dan bagian ujung luar yang berfungsi menahan bagian luar. Terdapat lubrikan di sisi dalam dan luar kondom. Pada ujung bagian dalam terdapat busa/spons yang berfungsi menyerap sperma. Biasanya berwarna cerah seperti merah muda atau bening, ada beberapa jenis kondom perempuan yang mengandung spermatisida

Tingkat keefektifan penggunaan kondom perempuan mencapai 95% bila digunakan dengan benar, beberapa alasan kegagalan fungsi kondom wanita adalah robekan pada kondom, kondom tidak digunakan sebelum penis menyentuh vagina, gagal pmenggunakan kondom setiap kali berhubungan seksual, kegagalan produksi dari pabrik, tumpahnya air mani saat melepas kondom dari vagina

Cara penggunaan kondom

1. Buka bungkus kondom dengan hati-hati
2. Cincin yang tertutup berada di sebelah bawah dan ujung yang terbuka dipegang menggantung
3. Pegang cincin bagian dalam dengan ibu jari dan jari tengah dan kemudian masukkan cincin bagian dalam beserta kantongnya ke dalam vagina.
4. Letak kondom harus tetap lurus dan tidak boleh berputar di dalam vagina.
5. Cincin bagian luar tetap berada di luar vagina.
6. Untuk mengeluarkan kondom, putar cincin bagian luar dengan hati-hati dan kemudian tarik kondom keluar dan sperma tetap berada di dalam.
7. Setelah pemakaian, dianjurkan kondom tersebut jangan digunakan lagi



9. Keuntungan dan kerugian

Keuntungan menggunakan kondom adalah sangat efektif sebagai alat kontrasepsi bila digunakan secara benar, tidak mengganggu produksi air susu ibu (ASI) bagi ibu yang menyusui, memberi perlindungan terhadap penyakit-penyakit akibat hubungan seksual termasuk infeksi HIV, tidak memerlukan pemeriksaan medis atau pengawasan ketat, murah dan dapat dibeli secara umum (tidak memerlukan resep), metode sementara bila metode kontrasepsi lainnya harus Ditunda Kerugian penggunaan kondom adalah angka kegagalan relatif tinggi, perlu menghentikan sementara aktivitas dan spontanitas

hubungan seksual guna memasang kondom, perlu digunakan secara konsisten hati-hati dan terus-menerus pada setiap berhubungan seksual, beberapa orang dapat alergi terhadap bahan karet kondom sehingga menimbulkan iritasi

10. Efektivitas Dalam Pencegahan Penyakit Menular Seksual (IMS)

Kondom telah direkomendasikan secara luas untuk mencegah IMS dan HIV. Kondom terbukti efektif menurunkan tingkat infeksi baik pada pria maupun wanita. Walaupun tidak sepenuhnya, kondom efektif menurunkan penularan HIV, *herpes genitalis*, *genital warts*, *syphilis*, *gonorrhoeae*, *chlamydia* dan infeksi lainnya. Tingkat efektivitas kondom secara teoritis mencapai angka 98%, apabila digunakan dengan benar dan konsisten. Penggunaan kondom secara benar dan konsisten mampu menurunkan risiko IMS/HIV dan memberi proteksi yang maksimal. Konsisten berarti menggunakan kondom mulai dari awal sampai akhir setiap kali berhubungan seksual. Penggunaan kondom yang benar antara lain: menggunakan kondom baru setiap kali berhubungan hubungan seksual. Gunakan kondom sesegera mungkin saat ereksi dan sebelum kontak seksual. Pegang ujung kondom dan masukkan pada penis yang ereksi, biarkan ruang di ujung kondom, pastikan tidak ada udara yang terperangkap di ujung kondom, dan pastikan penggunaan lubricannya yang tepat. Cabut dari pasangan segera setelah ejakulasi, pegang kondom secara kuat agar tidak terlepas.

MEDIA



DAFTAR PUSTAKA

1. <https://www.halodoc.com/artikel/2-cara-menggunakan-kondom-untuk-pria-dan-wanita>

Lampiran 3 : persetujuan lahan

PERSETUJUAN PEMBIMBING LAHAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Didah Rosidah, SKM
 NIP : 196806181990032004
 Jabatan : Bidan Koordinator
 Institusi : PKM Cibungbulang

Menyatakan telah memberikan persetujuan kepada:

Nama Mahasiswa : Ash Anam
 NIM : P.17324221.049

Unuk memberikan asuhan kebidanan sebagai bagian dri penyusunan Laporan Tugas Akhir kepada pasien berikut:

Nama Pasien : YANAH YULIAH
 Alamat : Kp. Ciampun udik Rt. 01/02
 Diagnosa : Hipertensi B. Dem, Hipertensi, Anemia

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakn sebagaimana mesinya.

Bogor, 24 Mei2024


 (...Didah Rosidah, SKM...)

Lampiran 4 : persetujuan klien

PERSETUJUAN PASIEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

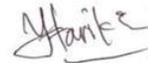
Nama : ENONG SUHENDI
Usia : 62 Tahun
Hubungan dengan pasien : Suami
Alamat : Kp. Ciaruteun Ubik RT.01/02

Setelah mendapatkan penjelasan, menyatakan setuju/bersedia untuk menerima asuhan kebidanan sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan sehubungan dengan permasalahan kesehatan ibu/anak yang dialami oleh anak/istri saya berikut ini :

Nama : YAYAH YULIAH
Usia : 43 tahun
Alamat : Kp. Ciaruteun Ubik RT.01/02
Diagnosa :
.....

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bogor, Mei 2024



(..... YAYAH YULIAH)

Lampiran 5 : lembar konsultasi Pra sidang

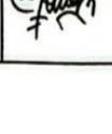
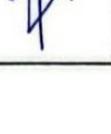
LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN LTA

Nama Mahasiswa : Asih ariyani

NIM : P1324221049

Judul LTA : Asuhan postpartum pada Ny. Y dengan Hepatitis,
Hipertensi dan Anemia

Dosen Pembimbing : Dedes fitria, M.keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Ttd Mahasiswa	Ttd Pembimbing
	6 mei 2024	Konsultasi Kasus	Ambil data lengkap		
2.	7 mei 2024	Konsultasi judul	Baca kembali diagnosa dan lengkapi data		
3.	11 mei 2024	Kunjungan ulang ke 3 dan kunjungan rumah	Kaji tentang riwayat penyakit keluarga, nutrisi, eliminasi, aktivitas sehari-hari dan sanitasi		
4.	15 mei 2024	Kunjungan rumah dan konsultasi bab 4 dan 3	Perbaiki SOAP, analisa dan penulisan		
5.	20 mei 2024	Konsultasi pemeriksaan laboratorium Ny. Y dan suami	Berikan Asuhan sesuai dengan keluhan.		
6.	28 mei 2024	Konsultasi bab 4 keseluruhan	Perbaiki penulisan dan lebih jelas penulisan penatalaksanaan		

7.	30 mei 2024	Lanjut kan bab 1	Lanjutkan bab 1 dan lihat pedoman		
8.	4 juni 2024	Revisi bab 1	Betulan penulisan		
9.	5 juni 2024	Lanjutkan bab 2	Liaht pedoman		
10.	7 juni 2024	Lanjutkan bab 5 dan 6	Lihat pedoman dan pelajari tentang diet pada pnderita hepatitis,Hipertensi dan Anemia lanjutkan abstrak		
11.	12 juni 2024	Konsultasi abstrak	Perbaiki abstrak dan penulisannya		
12.	14 juni 2024	Pengajuan keseluruhan LTA	ACC untuk lanjut pendaftaran sidang Lanjutkan membuat PPT		
13.	19 juni 2024	Konsultasi PPT	Masukan data penting dan tidak banyak tulisan		

Lampiran 6 : lembar konsultasi pasca sidang

**LEMBAR KEGIATAN KONSULTASI
PASCA UJIAN SIDANG LTA**

Nama Mahasiswa : Asih ariyani
 NIM : P1324221049
 Judul LTA : Asuhan Kebidanan Postpartum Ny. Y dengan Hepatitis B, Hipertensi dan Anemia Ringan. Di Puskesmas Cibungbulang Kab.Bogor
 Tanggal Ujian LTA : 25 Juni 2024
 Penguji LTA : 1. Ni wayan.S, M.Keb
 2. Hj. Ns. Enung HS, M.KM
 3. Dedes Fitria, S.ST., M.Keb

No	Hari, Tanggal	Kegiatan Bimbingan	Saran Rekomendasi	Mahasiswa	Ttd Penguji
	Kamis 27 Juni 2024	Bimbingan Pasca Sidang	• Perbaiki jumlah Angka kematian ibu	 Asih ariyani	 Ni nyoman.S, M.Keb.
	Jumat 28 juni 2024	Bimbingan pasca sidang	• ACC LTA	 Asih ariyani	 Ni nyoman.S, M.Keb
	Kamis 27 Juni 2024	Bimbingan Pasca Sidang	• Perbaiki penulisan halaman • Penulisan	 Asih ariyani	

			sesuai dengan pedoman • ACC LTA	 Asih ariyani	 Enung.HS, M.KM.
	Kamis 27 Juni 2024	Bimbingan Pasca Sidang	• Perbaiki penulisan abstrak • ACC LTA	 Asih ariyani	 Dedes Fitria, M.Keb.