

BIODATA PENELITI



A. Data Pribadi

Nama : Dina Ayu Hapsari, S. Kep
Tempat, tgl lahir : Balikpapan, 7 Maret 1980
Alamat Asal : Perumahan Bengkuring Tepian, Jl. Bayam I
Blok E.455 Sempaja Samarinda
Alamat di Samarinda : Perumahan Bengkuring Tepian, Jl. Bayam I
Blok E.455 Sempaja Samarinda

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan Formal

- Tamat SD : Tahun 1992 di SD Kartika III Balikpapan
- Tamat SMP : Tahun 1995 di SMP Negeri 3 Balikpapan
- Tamat SLTA : Tahun 1998 di SMA Negeri 3 Samarinda
- Tamat Diploma III : Tahun 2001 di Akademi Keperawatan
Pemprov Kaltim di Samarinda
- Tamat S1 : Tahun 2017 di STIKES Wiyata Husada
Samarinda di Samarinda

LAMPIRAN 2

STASE ELEKTIF : KEGAWAT DARURATAN PERKEMIHAN	PIJAT REFLEKSI KAKI		
	SOP	Nomor Dokumen	DOPS 1
		Nomor Revisi	
		Tanggal Terbit	26 Juli 2020
Halaman		1 dari 7	
OLEH : DINA AYU HAPSARI, S.KEP 1911102412102	PROGRAM PROFESI NERS FAKULTAS KESEHATAN DAN FARMASI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR		

Tujuan umum

Mahasiswa mampu melakukan Pijat Refleksi kaki dengan benar

Tujuan khusus

Setelah mengikuti praktikum ini mahasiswa mampu:

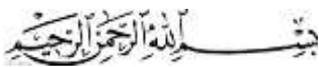
1. Menjelaskan tujuan Pijat Refleksi Kaki
2. Menjelaskan tahapan prosedur Pijat Refleksi Kaki
3. Menerapkan Pijat Refleksi Kaki secara benar.

Pengertian

Pijat Refleksi Kaki adalah kegiatan memijat dengan melakukan penekanan pada titik-titik saraf. Titik-titik saraf tersebut berada pada kaki, kebanyakan titik-titik saraf tersebut berada di telapak kaki.

Tujuan Pijat Refleksi Kaki

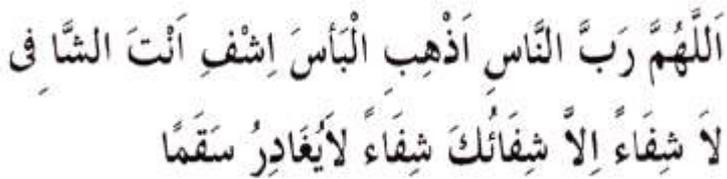
1. Melancarkan peredaran darah
2. Menurunkan tekanan darah tinggi
3. Mencegah berbagai macam penyakit
4. Dapat meningkatkan daya tahan tubuh
5. Membantu mengatasi stress dan kelelahan
6. Menyembuhkan rasa capek dan pegal

NO	ASPEK YANG DINILAI	Ya	Tdk	Ket.
Pengkajian				
1	Kaji kesiapan klien dan perawat			
2	Kaji Kebutuhan klien akan tindakan yang akan dilakukan			
Fase pre interaksi				
3	Diagnosa keperawatan yang sesuai: <ul style="list-style-type: none"> • Nyeri Akut • Nyeri Kronis • Gangguan Rasa Nyaman • Gangguan Istirahat Tidur 			
Fase Orientasi				
4	Mencuci tangan			
5	Mempersiapkan alat <ul style="list-style-type: none"> • Minyak telon / handbody lotion / baby oil • Sarung Tangan Bersih • Masker • Waslap / handuk bersih • Air Hangat bersih dalam baskom 			
6	Memberi salam dan panggil nama klien			
7	Memperkenalkan diri			
8	Melakukan kontrak			
9	Menjelaskan Tujuan dan Prosedur pelaksanaan			
10	Menanyakan kesediaan klien untuk dilakukan tindakan			
11	Mendekatkan alat-alat			
Fase Kerja				
12	Membaca basmalah 			

13	Memasang tirai/penutup			
14	Perawat mengenakan masker dan sarung tangan bersih			
15	Gulung celana atau penutup kaki hingga setengah betis, perawat duduk di depan pasien			
16	Perhatikan kondisi kaki kedua kaki klien (kebersihan, ada luka atau tidak, ada tanda tanda gangguan peredaran darah atau tidak)			
17	<p>Bubuhkan minyak telon / handbody lotion / baby oil di punggung kaki secukupnya, kemudian lakukan pemijatan dengan urutan-urutan sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Gerakan pertama, disebut dengan eflurage yaitu memijat dari pergelangan kaki ,dari puncak mata kaki ditarik sampai keujung jari-jari. Gerakan dapat dilakukan sekitar 3-4 kali. b. Gerakan kedua, geserkan ujung-ujung jari mengelilingi tulang siku kaki (mata kaki), gerakan ini akan sekaligus melembutkan kulit dan jaringan. c. Gerakan Ketiga, geserkan jari-jari kebawah di sisi-sisi kaki dari puncak siku kaki (mata kaki) ke arah jari, satu tangan pada masing-masing sisi ini akan terasa seperti air mengalir pada kaki. d. Gerakan keempat, pegang kaki, gunakan telapak dan jari-jari tangan satu lagi untuk memijat berputar-putar dibagian punggung kaki yang terletak antara jari kelingking dan mata kaki. Pegang kaki, lakukan pemijatan pada daerah tumit dengan gerakan melingkar. Gerakan ini dapat dilakukan sebanyak 3-4 kali. e. Gerakan kelima, pegang kaki dengan kedua tangan dimana jempol tangan saling bertemu di punggung kaki dan jari-jari lain menggenggam kaki. Tariklah jempol dari tengah kearah samping. Ulangi gerakan ini secara menyeluruh sampai ke jari kaki.Gerakan ini dilakukan sebanyak 3-4 kali. f. Gerakan keenam, pegang kaki dengan kedua tangan dimana jempol tangan saling bertemu ditelapak kaki dan jari-jari lain menggenggam kaki. Tarik jempol dari tengah kearah samping. 			

	<p>Ulangi gerakan ini secara menyeluruh sampai ke jari kaki. Gerakan ini dapat dilakukan sebanyak 3-4 kali.</p> <p>g. Gerakan ketujuh, pegang tumit dengan telapak tangan, tangan yang satu lagi diletakan dijari-jari kaki dengan menggunakan empat jari tangan kemudian jempol tangan diletakan di samping jempol kaki. Putarlah kaki searah jarum jam. Lakukan beberapa putaran, kemudian ulangi dengan arah sebaliknya. Gerakan ini dapat dilakukan sebanyak 3-4 kali..</p> <p>h. Gerakan kedelapan, pegang kaki dengan cara yang sama seperti posisi rotasi siku kaki. Regangkan kaki kearah bawah sedemikian rupa sehingga jari-jari kaki menunjukkan kearah bawah, sejauh mungkin selama masih terasa nyaman. Selanjutnya, dorong kaki kembali kearah tungkai sehingga jari-jari kaki menunjuk kearah atas, sejauh mungkin selama masih terasa nyaman.</p> <p>i. Gerakan kesembilan, peganglah kuat-kuat satu kaki dengan satu tangan, pijatlah telapaknya dengan tangan lainnya. Tangan yang memijat berada dalam posisi mengepal, gunakan bagian depan (bagian bawah dari jari-jari, bukan bagian tulang yang menonjol) dari kepalan tangan untuk memijat seluruh telapak kaki, dengan gerakan seakan-akan meremas/mengaduk adonan roti.</p> <p>j. Gerakan kesepuluh, pegang kaki di antara kedua tangan, gerakan tangan-tangan dengan keras keatas dan bawah pada sisi-sisi kaki, dari tumit ke jari-jari kaki sebaliknya. Dalam posisi yang sama, sekarang gulungkan kaki diantara tangan-tangan sehingga berguling dari sisi ke sisi.</p> <p>k. Gerakan kesebelas, setelah melakukan gerakan diatas, kerjakan bagian belakang dari tulang siku kaki dengan sisi-sisi tangan, dengan telapak menghadap keatas. Berikan rangsangan dan pengenduran pada sisi-sisi tumit. Ini juga merupakan gerakan yang cepat. Jangan menabrak bagian mata kaki.</p>			
--	---	--	--	--

	<p>l. Gerakan kedua belas, pegang/dukung kaki dengan kuat dengan satu tangan yang memegang kaki pada bagian tumit dalam posisi standar. Tangan lain digunakan untuk menggenggam jari-jari dengan kuat, tetapi tidak menekannya terlalu keras. Putarlah jari-jari kaki, tindakan ini akan melonggarkan jari-jari kaki dan meningkatkan kelenturan sekaligus mengendurkan otot-otot leher jari kaki</p> <p>m. Setelah itu regangkan kaki, yaitu dengan memegang daerah pergelangan kaki dan memberikan sedikit dorongan keluar pada telapak kaki bagian atas. Gerakan ini dapat dilakukan 3-4 kali.</p> <p>n. Gerakan terakhir yaitu memberi usapan lembut dengan sedikit diberikan penekanan dari pergelangan kaki hingga semua ujung kaki. Gerakan ini dilakukan 3-4 kali, dan ditutup dengan mengusap satu kali dengan lembut dari atas pergelangan kaki hingga ujung kaki tanpa diberikan penekanan.</p> <p>o. Masing-masing gerakan dilakukan pada kaki sebelahnya.</p> <p>Waktu pijat refleksi dapat dilakukan selama 30-40 menit. Tetapi bagi penderita penyakit kronis, lanjut usia waktunya lebih pendek. Setiap titik refleksi hanya dipijat 5-9 menit dalam sekali pemijatan</p>			
18	<p>Hal yang perlu diingat :</p> <p>a. Kebanyakan orang memerlukan perawatan 4-8 minggu untuk memperoleh hasil yang memuaskan. Tetapi bagi pasien penyakit kronis dipijat tiga kali dalam seminggu atau dua hari sekali, jangan memijat setiap hari.</p> <p>b. Usahakan komunikasikan pasien dengan pemijatan terjalin dengan baik, jangan membicarakan segala sesuatu yang dapat memberatkan mental pasien khususnya mengenai pasien</p>			
19	<p>Bila kegiatan memijat kaki sudah selesai, lap kedua kaki dengan menggunakan waslap yang telah drendam dalam baskom air hangat, peras waslap agar tidak terlalu basah.</p>			

20	Lakukan sampai kaki bersih			
Fase Terminasi				
21	Membaca hamdalah			
22	Merapikan klien dan merapikan alat			
23	Mengevaluasi respon klien			
24	Memberi reinforcement positif			
25	Membuat kontrak pertemuan selanjutnya			
26	Mengakhiri pertemuan dengan baik: bersama klien membaca doa <div style="text-align: center;">  <p>اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أذهبِ البأسَ إشفِ أنتَ الشَّافي لا شفاءَ إلا شفاؤك شفاءً لا يُغادرُ سقمًا</p> </div> <p>Artinya (Ya Allah. Tuhan segala manusia, hilangkan segala klienannya, angkat penyakitnya, sembuhkan lah ia, engkau maha penyembuh, tiada yang menyembuhkan selain engkau, sembuhkanlah dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan sakit lagi) dan berpamitan dengan mengucapkan salam pada pasien.</p>			
27	Perawat mencuci tangan			
Evaluasi				
28	Evaluasi penilaian terhadap Pijat Refleksi Kaki			
29	Evaluasi respon klien			
Dokumentasi				
30	Catat dan dokumentasikan pada status/catatan perkembangan klien. Catat hasil kegiatan di dalam catatan keperawatan : <ul style="list-style-type: none"> - Nama Px - Umur - Jenis kelamin, dll - Keluhan utama - Tindakan yang dilakukan - Tanggal kegiatan dan waktu pelaksanaan - Lama tindakan - Reaksi selama, setelah terapi pemberian tindakan - Respon pasien. - Nama perawat 			

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dina Ayu Hapsari, S. Kep

NIM : 1911102412102

Judul KIAN : Analisis Pemberian Intervensi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Level *Fatigue* / Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialysis : *Literature Review*

Dengab surat pernyataan ini saya menyatakan bahwa saya menggunakan metode penelitian literature review. Demikian permohonan yang saya sampaikan, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

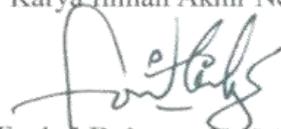
Samarinda, 7 Agustus 2020

Pemohon



Dina Ayu Hapsari, S.Kep
NIM. 1911102412102

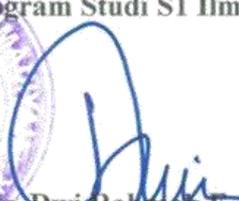
Pembimbing
Karya Ilmiah Akhir Ners



Ns. Faried Rahman H, S.Kep., M.Kes.
NIDN. 1112068002

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan




Ns. Dwi Rahmah F, M.Kep
NIDN. 1119097601

LAMPIRAN 3

LEMBAR KONSULTASI

Judul KIAN : Analisis Pemberian Intervensi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Level *Fatigue* / Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Dengan Hemodialysis : *Literature Review*

Pembimbing : Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep., M.Kes.

NO.	TANGGAL	KONSULTASI	HASIL KONSULTASI	PARAF
1.	07 Juli 2020	- pre conference - Konsul jurnal • 5 jurnal internasional	Revisi jurnal	
2.	11 Juli 2020	- 5 jurnal nasional - KONSUL JURNAL INTERNASIONAL - KONSUL JUDUL	- REVISI JURNAL - REVISI JUDUL	
3.	14 Juli 2020	- KONSUL JUDUL - KONSUL JURNAL	- REVISI JUDUL - ACC	
4.	17 Juli 2020	- KONSUL JUDUL - KONSUL SOP/DOPS	- ACC JUDUL - REVISI SOP	
5.	20 Juli 2020	- KONSUL BAB 1,2,3 - KONSUL SOP 1,2	- REVISI - ACC SOP 1,2	
6.	27 Juli 2020	- KONSUL BAB 1,2,3 - KONSUL SOP 3 - KONSUL BAB 4,5	- PERBAIKAN PENULISAN - ACC - REVISI	
7.	30 Juli 2020	- KONSUL BAB 1,2,3 - KONSUL BAB 4,5 - KONSUL SOP 4	- ACC - REVISI - ACC	
8.	03 Agustus 2020	- KONSUL BAB 4,5 - LONGCASE	ACC PERSIAPAN UNTUK UJIAN KIAN	