

Lampiran

Lembar Konsultasi



STIKES PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jl. Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
Website : www.stikespantirapih.ac.id / e-Mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id (mailto:stikespr@stikespantirapih.ac.id) / Telepon : 0274 518977 (tel 0274 518977)

REKAP PERCAKAPAN BIMBINGAN

Judul Proposal : Asuhan Keperawatan pada Ny. W Dengan Congestive Heart Failure di Ruang Rawat Inap Elisabeth Gruyters Rumah Sakit Panti Rahayu

Sesi / Bahasan : ke-1 / persiapan melakukan ujian praktik komprehensif, melakukan diskusi kasus yang telah dibagi, pembahasan tata cara asuhan pasien dan tata cara ujian, dan persiapan laporan pendahuluan

Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih **Pembimbing** : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Pembimbing

Jumat, 6 Juni 2025, 08:20:32

Lengkapi untuk dapat memenuhi pedoman

Sesi / Bahasan : ke-2 / diskusi mengenai asuhan keperawatan yang telah dikelola, penegakan diagnosa keperawatan

Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih **Pembimbing** : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Jumat, 6 Juni 2025, 08:21:42

Perbaiki ASKEP sesuai hasil diskusi saat bimbingan

Sesi / Bahasan : ke-3 / konsultasi pembuatan laporan tugas akhir

Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih **Pembimbing** : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Sabtu, 7 Juni 2025, 05:10:41

Gambar berikan nomor gambar dan judul gambar ==> lihat caranya bagaimana di buku pedoman

Sabtu, 7 Juni 2025, 05:16:05

Perbaiki satu persatu pesan di text ==> berikan tanda bedawarna pada text yang diperbaiki

BACA BUKU PEDOMAN BAGAIMANA MENUJIKAN TABEL: GAMBAR: MENULIS SITASI; dll

Sesi / Bahasan : ke-4 / Konsultasi BAB 1 dan 2 bagian revisi sudah ditandai warna kuning

Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih **Pembimbing** : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Sabtu, 7 Juni 2025, 19:46:37

Perhatikan tata tulis ==> ini tidak konsisten.

pedoman diterapkan di semua bab semua halaman

Sesi / Bahasan : ke-5 / perbaikan konsultasi bab 1 dan 2 sudah diberikan tanda kuning

Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih **Pembimbing** : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Minggu, 8 Juni 2025, 22:09:55

BAB 2 ==> banyak referensi / sumber tidak dicantumkan

perhalikan tata tulis

perbaiki sesuai masukan di text

buang review bila sudah di perbaiki ==> tandai perbaikannya

supaya tidak bingung dengan review terbaru

Sesi / Bahasan : ke-6 /

Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih **Pembimbing** : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Selasa, 10 Juni 2025, 09:25:07
Perbaiki tata tulis sesuai pedoman
BAB 2 tambahkan referensi di setiap sub bab

lanjut bab 2

Sesi / Bahasan : ke-7 /
Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih Pembimbing : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Rabu, 11 Juni 2025, 05:23:57

Kembangkan pembahasan krn sebagian besar masih hanya mengetik dari bab 3

Sesi / Bahasan : ke-8 /
Mahasiswa : 202211019 - Luluk Redyaningsih Pembimbing : 201850002 - BERNADETTA EKA NOVIATI, S.Kep.,Ns.,M.M.

Rabu, 11 Juni 2025, 05:25:20

BAB 5 oke

Rabu, 11 Juni 2025, 05:26:21

Kompilasikan semua
lengkapi intisari
lakukan cek plagiarisme
lengkapi syarat ujian

SAP dan leaflet/media Pendkes



AKTIVITAS FISIK YANG DIANJURKAN PADA PENDERITA GAGAL JANTUNG (CHF)

Rekomendasi yang diberikan terhadap anak dan remaja berusia 5-17 tahun adalah melakukan aktivitas fisik sedang selama 60 menit setiap hari, aktivitas fisik lebih dari 60 menit setiap hari akan memberikan manfaat kesehatan, aktivitas dapat dilakukan dalam bentuk aerobik untuk memperkuat otot, tulang, dengan frekuensi 3 kali dalam seminggu

Rekomendasi yang disampaikan oleh WHO terhadap kelompok dewasa berusia 18-64 tahun harus melakukan setidaknya 150 menit aktivitas fisik aerobik intensitas sedang setiap minggu, atau lakukan setidaknya 75 menit aktivitas fisik aerobik intensitas tinggi sepanjang minggu, atau kombinasi yang setara dari aktivitas intensitas sedang dan kuat.

Rekomendasi aktivitas fisik terhadap orang dewasa dapat dilakukan dalam bentuk rekreasi, transportasi, pekerjaan, bermain, dan latihan seperti berjalan atau bersepeda, pekerjaan rumah tangga, permainan, olahraga, latihan terencana dalam konteks kegiatan sehari-hari, keluarga, dan masyarakat

AKTIVITAS FISIK YANG DIANJURKAN PADA PENDERITA GAGAL JANTUNG (CHF)

Rekomendasi terhadap orang dewasa berusia 65 tahun ke atas harus melakukan setidaknya 150 menit aktivitas fisik intensitas sedang setiap minggu, atau lakukan setidaknya 75 menit aktivitas fisik intensitas tinggi sepanjang minggu, atau kombinasi yang setara dari aktivitas intensitas sedang dan kuat. Aktivitas aerobik harus dilakukan dalam durasi minimal 10 menit. Aktivitas dapat ditingkatkan hingga 300 menit per minggu.



AKTIVITAS FISIK YANG DIANJURKAN PADA PENDERITA GAGAL JANTUNG (CHF)

Aktivitas fisik dapat dibedakan dalam kategori istirahat, sangat ringan, ringan, sedang, dan berat.

Kategori Aktivitas	Kegiatan
Istirahat	Tidur, berbaring, atau bersandar
Sangat ringan	Duduk dan berdiri, melukis, menyetir mobil, pekerja laboratorium, mengetik, menyapu, menyetrika, memasak, bermain kartu, bermain alat musik
Istirahat	Tidur, berbaring, atau bersandar
Ringan	Berjalan dengan kecepatan 2,5 – 3 mph, bekerja di bengkel, pekerjaan yang berhubungan dengan listrik, tukang kayu, pekerjaan yang berhubungan dengan restoran, membersihkan rumah, mengasuh anak, golf, memancing, tenis meja
Sedang	Berjalan dengan kecepatan 3,5 – 4 mph, mencabut rumput, menangs dengan keras, bersepeda, ski, tenis, ski, menari
Berat	Berjalan mendaki, menebang pohon, menggali tanah, basket, panjat tebing, sepak bola



Prof. Adjunct Dr. Marriati S. E. M. K., & Notoatmodjo, P. D. S. (2022). Lifestyle of Determinant: Penderita Penyakit Jantung Koroner. PT. Rajagrafindo Persada - Rajawali Pers. <https://books.google.co.id/books?id=yG2BEAAQBAJ>
 Wahyuningsih, E. S., Nugraha, H. P., Handayani, E., & Insani, S. J. (2023). ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN DENGAN GANGGUAN SISTEM KARDIOVASKULAR BERDASARKAN 3S. Marfy Media Literasi Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=xkxjEAAQBAJ>



Martina, S.Kep., Ns.



STIKes PANTI RAPIH YOGYAKARTA
Jln. Tantular No. 401, Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman
Telp (0274) 518977
Jln. Kaliurang KM 14 Po.Box 40 PKM Yogyakarta 55584 Telp (0274) 896124

SATUAN ACARA PEMBELAJARAN (SAP)

PEMENUHAN GIZI SEIMBANG PADA PENDERITA GAGAL JANTUNG (CHF)

Hari, tanggal, waktu : Rabu 4 juni 2025

Tempat : Bangsal EG3A RS Panti Rahayu

Topik : Pemenuhan gizi seimbang pada penderita gagal jantung (CHF)

Sasaran : Ny.W

Tujuan:

a. Tujuan umum : Setelah di lakukan penyuluhan kesehatan pemenuhan gizi seimbang pada penderita gagal jantung (CHF) diharapkan pasien mampu memahami dan mengetahui tentang pemenuhan gizi seimbang pada penderita gagal jantung (CHF)

b. Tujuan khusus:

- Menjelaskan pengertian gagal jantung (CHF)
- Menjelaskan karakteristik yang berkaitan dengan pengaturan gizi pada penderita gagal jantung (CHF)
- Menjelaskan diet yang dianjurkan pada penderita gagal jantung (CHF)

Garis Besar Materi:

1. Pengertian gagal jantung (CHF)
2. Karakteristik yang berkaitan dengan pengaturan gizi
3. Diet yang dianjurkan

Metode : ceramah

Alat Bantu Peraga : leaflet

Rencana Evaluasi:

Evaluasi proses:

1. Pasien aktif pada penyuluhan dengan tanya jawab

Evaluasi hasil:

Adanya umpan balik dari pasien seperti dapat menjawab 80% pertanyaan yang diberikan dengan benar, yaitu:

1. Apa pengertian gagal jantung (CHF)?
2. Sebutkan dan jelaskan salah satu karakteristik yang berkaitan dengan pengaturan gizi CHF?
3. Apa diet yang dianjurkan pada penderita CHF

Sumber:

Ardiana, M., & Widjaja, N. A. (2022). *PANDUAN POLA DIET SEHAT UNTUK PASIEN DENGAN GANGGUAN KARDIOVASKULAR*. Airlangga University Press.

<https://books.google.co.id/books?id=OYuREAAAQBAJ>

Laksono Purwowiyoto, S., & Trifena, G. (2021). DIET DAN NUTRISI PASIEN GAGAL JANTUNG: TINJAUAN MINI BAGI PRAKTISI KLINIS Diet and nutrition in heart failure patients: mini review for clinical practice. *Arsip Gizi Dan Pangan*. 2021, 6(2), 111–121. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i2.7187>

Wahyuningtyas, E. S., Nugroho, H. P., Handayani, E., & Insani, S. J. (2023). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN DENGAN GANGGUAN SISTEM KARDIOVASKULAR BERDASARKAN 3S*. Mafy Media Literasi Indonesia.

<https://books.google.co.id/books?id=xKy-EAAAQBAJ>

Yogyakarta,

Penyuluh,

Lulus Redyaningah

Isi Materi

1. Pengertian gagal jantung (CHF)

Congestive Heart Failure (CHF) atau yang biasa dikenal dengan gagal jantung kongestif adalah ketidakmampuan jantung dalam memompa darah yang adekuat untuk memenuhi kebutuhan metabolisme jaringan akan oksigen dan nutrisi yang cukup sehingga menyebabkan curah jantung yang seharusnya adekuat mengalami penurunan. (Wahyuningtyas et al., 2023)

2. Karakteristik yang berkaitan dengan pengaturan gizi

Terapi nutrisi sangat penting untuk mencegah gagal jantung, terapi diet dan nutrisi pada pasien gagal jantung lebih terfokus pada pembatasan cairan dan garam. Terapi diet dan nutrisi pada pasien gagal jantung menurut (Laksono Purwowiyoto & Trifena, 2021) yaitu:

a. Diet Pembatasan Natrium

Perubahan perfusi renal pada pasien gagal jantung mengakibatkan meningkatnya aktivasi simpatetik dan stimulasi system renin angiotensin aldosteron (RAAS) yang dapat menyebabkan cairan dan natrium tetap dipertahankan sehingga terjadi peningkatan volume untuk menjaga cardiac output. Namun retensi cairan dan natrium yang menumpuk akan meningkatkan beban afterload dan preload yang semakin memperparah kondisi sehingga di sarankan untuk pembatasan natrium pada pasien gagal jantung. Pembatasan natrium pada gagal jantung dihubungkan dengan prognosis yang netral hingga buruk, sehingga disarankan pembatasan natrium dan cairan yang berbeda-beda, dan beberapa ada yang berdasar tingkat keparahan gejala gagal jantung.

b. Diet Pembatasan Kalori

Pembatasan kalori merupakan diet yang mengurangi pemasukan kalori sekitar 30-50% dari yang diperlukan untuk menjaga berat badan yang normal. Diet pembatasan kalori bisa melawan beberapa faktor risiko kardiovaskular seperti diabetes melitus, hipertensi, dan obesitas yang dapat mendorong proses disfungsi jantung. Diet ini memiliki efek yang lebih signifikan terhadap penurunan berat badan dan penurunan c-reactive protein (CRP) dibandingkan dengan melakukan olahraga. Namun diet kalori yang sangat rendah dapat merugikan bagi fungsi jantung karena mendukung deposisi trigliserida dalam kaardiomyosit yang menyebabkan disfungsi sistolik ventrikel kiri.

c. Mikronutrien

Defisiensi mikronutrien merupakan hal umum yang dialami oleh orang dewasa dengan gagal jantung, dimana >20% mengalami kekurangan vitamin A, kalsium, magnesium, selenium, iodin, dan sekitar 75% kekurangan vitamin D. Defisiensi zat besi merupakan komorbid defisiensi gizi yang paling jelas pada penyakit gagal jantung dan berhubungan dengan penurunan CRF dan kualitas hidup. Vitamin D sering dijumpai pada pasien gagal jantung karena berkurangnya level plasma renin activity (PRA) yang berkaitan dengan reseptor vitamin D dan mencegah transkripsi renin yang berlangsung pada penyakit kardiovaskular. Magnesium memiliki peran penting dalam elektrofisiologi dari sel jantung. Pasien dengan gagal jantung kronis sering mengalami hypomagnesemia yang sering meningkatkan mortalitas. Pemberian magnesium memberikan keuntungan untuk memperbaiki hemodinamik dan aritmia. Sehingga suplementasi mikronutrien pada pasien gagal jantung yang memiliki efek menguntungkan adalah koenzim Q10, vitamin C, magnesium, tiamin, vitamin D, dan besi intravena.

3. Diet yang dianjurkan

Diet DASH adalah pola diet, yang berfokus pada buah-buahan, sayur-sayuran, susu bebas lemak/rendah lemak, biji- bijian, kacang-kacangan, dan asupan kacang-kacangan. Lemak jenuh, kolesterol, daging merah dan olahan, manisan, natrium, gula tambahan, dan minuman berpemanis gula harus dibatasi karena termasuk dalam kelompok makanan yang tidak baik.(Ardiana & Widjaja, 2022)

TABEL Rekomendasi diet menurut Dietary Approaches to Stop Hypertension(DASH)

Nutrisi/produk diet	Rekomendasi
Minyak nabati	4-5 porsi/minggu
Sereal utuh	7-8 porsi/hari
Produk susu	2-3 porsi/hari, rendah atau tanpa lemak
Buah dan sayur	4-5 porsi/hari
Minyak dan lemak (sayuran)	2-3 porsi/hari
Daging merah an olahan,unggas	≤ 2 porsi/hari
Manisan	< 5 porsi/minggu



Luluk Rediyaningsih_202211019.docx

ORIGINALITY REPORT

25%	25%	5%	12%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikeshangtuah-sby.ac.id	4%
	Internet Source	
2	repository.poltekkes-kaltim.ac.id	2%
	Internet Source	
3	www.scribd.com	1%
	Internet Source	
4	eprints.stikes-notokusumo.ac.id	1%
	Internet Source	
5	repository.poltekkesbengkulu.ac.id	1%
	Internet Source	
6	eprints.kertacendekia.ac.id	1%
	Internet Source	
7	repo.stikesperintis.ac.id	1%
	Internet Source	
8	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan	1%
	Student Paper	
9	repository.poltekkeskupang.ac.id	1%
	Internet Source	
10	repository.umj.ac.id	1%
	Internet Source	
11	repository.stikstellamarismks.ac.id	1%
	Internet Source	

