

## LAMPIRAN

**Lampiran 1. Lembar persetujuan (*informed consent*)**

**LEMBAR PERSETUJUAN  
(*INFORMED CONSENT*)**

Saya yang bertanda di bawah ini :

Nama :

No Hp :

Dengan ini saya telah memahami penjelasan segala sesuatu mengenai penelitian yang berjudul “ **Implementasi edukasi berbasis konseling dalam meningkatkan kepatuhan diit rendah natrium pada pasien gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisa**” dan saya bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi :

- a. data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah
- b. apabila saya menginginkan, saya boleh memutuskan untuk tidak berpartisipasi lagi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun.

Tanggal :

Tanda Tangan Mahasiswa

Yang Menyetujui

Akhmad Ulul Azmi  
22130043

Yang mengetahui saksi

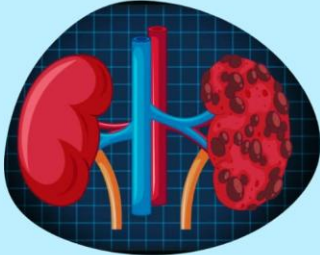
## Lampiran 2. Media Leaflet

### DIET RENDAH NATRIUM

Diit rendah natrium adalah pola makan yang membatasi asupan garam untuk membantu menjaga tekanan darah dan kesehatan ginjal.



### FUNGSI GINJAL DALAM TUBUH



- Menyaring kotoran dari darah
- Mengeluarkan urin
- Menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit
- Mengatur tekanan darah
- Mengontrol kadar asam dan basa (pH) tubuh
- Membantu produksi sel darah merah melalui hormon eritropoietin
- Mengaktifkan vitamin D untuk kesehatan tulang



**D III KEPERAWATAN HARBER**



### EDUKASI DIET RENDAH NATRIUM

### Makanan dan minuman tinggi natrium

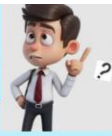
- Makanan instan (mi instan, makanan kaleng)
- Makanan cepat saji (burger, kentang goreng)
- Camilan asin (keripik, biskuit asin)
- Daging olahan (sosis, nugget, kornet)
- Keju dan saus (mayones, kecap, saus tomat)
- Minuman isotonik dan soda tertentu




### cara mengontrol asupan natrium

- Batasi konsumsi garam saat memasak dan makan
- Hindari makanan instan dan olahan
- Baca label nutrisi, pilih produk rendah natrium
- Gunakan bumbu alami seperti bawang, rempah, dan jeruk nipis
- Kurangi makanan cepat saji dan camilan asin
- Konsultasikan dengan ahli gizi sesuai kondisi kesehatan

### APAKAH PASIEN HD PERLU MEMBATASI GARAM ?



Ya, pasien hemodialisis perlu membatasi garam (natrium) karena:

- Garam berlebih menyebabkan penumpukan cairan di tubuh
- meningkatkan tekanan darah
- Membebani kerja jantung dan ginjal
- Menyebabkan pembengkakan (edema) dan sesak napas

### Lampiran 3. Foto Dokumentasi



## Lampiran 4 : kuisisioner

## Kuesioner Pengetahuan Diet Rendah Natrium ( SEBELUM EDUKASI )

## Karakteristik demografi

- a. Nama ( inisial ) : Tn W
- b. Jenis kelamin : Laki-Laki
- c. Umur :54
- d. Pekerjaan :Wiraswasta
- e. Pendidikan terakhir :SLTP

## Kuisisioner pengetahuan

Petunjuk: Pilih satu jawaban yang paling benar.

|   | Pertanyaan                                          | Pilihan Jawaban                                                                                     | Skor                            |
|---|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 1 | Apa fungsi utama ginjal dalam tubuh?                | a. Menyimpan lemak<br>b. Menyaring darah<br>c. Mencerna makanan                                     | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 2 | Apa yang dimaksud dengan diet rendah natrium?       | a. Diet tinggi garam<br>b. Membatasi garam<br>c. Diet tinggi protein                                | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 3 | Mengapa pasien hemodialisis perlu membatasi garam?  | a. Meningkatkan nafsu makan<br>b. Mencegah penumpukan cairan dan hipertensi<br>c. Menurunkan energi | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 4 | Makanan berikut yang tinggi natrium adalah:         | a. Sayur rebus<br>b. Mie instan<br>c. Buah segar                                                    | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 5 | Apakah penyedap rasa (MSG) tinggi natrium?          | a. Ya<br>b. Tidak<br>c. Hanya sedikit                                                               | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 6 | Risiko kelebihan natrium pada pasien GJK adalah:    | a. Hipotensi<br>b. Edema & hipertensi<br>c. Anemia                                                  | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 7 | Minuman tinggi natrium yang harus dihindari adalah: | a. Air putih<br>b. Minuman berenergi<br>c. Jus buah                                                 | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 8 | Cara mengontrol asupan natrium adalah:              | a. Makan fast food<br>b. Membaca label kemasan<br>c. Menambah garam                                 | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |

|    |                                                       |                                                                       |                                 |
|----|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 9  | Seberapa sering pasien HD boleh makan makanan kaleng? | a. Setiap hari<br>b. Sesekali<br>c. Tidak dibatasi                    | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 10 | Siapa yang membantu merencanakan diet rendah natrium? | a. Petugas kebersihan<br>b. Perawat & ahli gizi<br>c. Keluarga pasien | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |

**Skoring****: 7****Kategori Pengetahuan****: Sedang**

Skoring

Kategori pengetahuan

Jawaban benar : 1 poin

Rendah : 0-4 poin

Jawaban salah : 0 poin

Sedang : 5 - 7

Total skor maksimal : 10 poin

8 – 10 : Tinggi

### Kuesioner Kepatuhan Diit Rendah Natrium ( SEBELUM EDUKASI )

Petunjuk:

Beri tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan perilaku Anda selama 1 minggu terakhir terhadap masing-masing pernyataan di bawah ini:

| No. | Pernyataan                                                                              | Selalu (4) | Sering (3) | Kadang-kadang (2) | Tidak Pernah (1) |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|-------------------|------------------|
| 1   | Saya menghindari makanan asin seperti kerupuk, ikan asin, makanan instan dan sebagainya |            |            | ✓                 |                  |
| 2   | Saya membaca label kandungan natrium pada makanan kemasan.                              |            |            | ✓                 |                  |
| 3   | Saya menghindari penggunaan garam tambahan dalam makanan.                               |            | ✓          |                   |                  |
| 4   | Saya mengikuti anjuran diit dari perawat.                                               |            | ✓          |                   |                  |
| 5   | Saya mengonsumsi makanan yang dimasak sendiri untuk mengontrol kadar natrium.           |            |            | ✓                 |                  |
| 6   | Saya berkonsultasi dengan ahli gizi atau perawat mengenai menu makanan saya.            |            |            | ✓                 |                  |
| 7   | Saya merasa termotivasi untuk menjalani diit rendah natrium demi kesehatan saya.        |            |            | ✓                 |                  |

|   |                                                                                  |  |  |   |  |
|---|----------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|--|
| 8 | Saya membawa bekal makanan sendiri saat bepergian, agar sesuai dengan diet saya. |  |  | ✓ |  |
|---|----------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|--|

**Skoring : 18**

**Kategori kepatuhan : kepatuhan sedang**

Skoring :

Skor minimum : 8

Skor maksimum : 32

Kategori kepatuhan

Kepatuhan tinggi : 26 - 32

Kepatuhan sedang : 18 - 25

Kepatuhan rendah : 8 - 17

## Kuesioner Pengetahuan Diet Rendah Natrium ( SESUDAH EDUKASI )

Petunjuk: Pilih satu jawaban yang paling benar.

|   | Pertanyaan                                          | Pilihan Jawaban                                                                                     | Skor                            |
|---|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 1 | Apa fungsi utama ginjal dalam tubuh?                | a. Menyimpan lemak<br>b. Menyaring darah<br>c. Mencerna makanan                                     | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 2 | Apa yang dimaksud dengan diet rendah natrium?       | a. Diet tinggi garam<br>b. Membatasi garam<br>c. Diet tinggi protein                                | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 3 | Mengapa pasien hemodialisis perlu membatasi garam?  | a. Meningkatkan nafsu makan<br>b. Mencegah penumpukan cairan dan hipertensi<br>c. Menurunkan energi | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
|   | Makanan berikut yang tinggi natrium adalah:         | a. Sayur rebus<br>b. Mie instan<br>c. Buah segar                                                    | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 5 | Apakah penyedap rasa (MSG) tinggi natrium?          | a. Ya<br>b. Tidak<br>c. Hanya sedikit                                                               | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 6 | Risiko kelebihan natrium pada pasien GJK adalah:    | a. Hipotensi<br>b. Edema & hipertensi<br>c. Anemia                                                  | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 7 | Minuman tinggi natrium yang harus dihindari adalah: | a. Air putih<br>b. Minuman berenergi<br>c. Jus buah                                                 | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 8 | Cara mengontrol asupan natrium adalah:              | a. Makan fast food<br>b. Membaca label                                                              | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |

|    |                                                       |                                                                       |                                 |
|----|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
|    |                                                       | kemasan<br>c. Menambah garam                                          |                                 |
| 9  | Seberapa sering pasien HD boleh makan makanan kaleng? | a. Setiap hari<br>b. Sesekali<br>c. Tidak dibatasi                    | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |
| 10 | Siapa yang membantu merencanakan diet rendah natrium? | a. Petugas kebersihan<br>b. Perawat & ahli gizi<br>c. Keluarga pasien | 1 untuk benar,<br>0 untuk salah |

**Skoring****: 10****Kategori Pengetahuan****: Tinggi**

Skoring

Kategori pengetahuan

Jawaban benar : 1 poin

Rendah : 0-4 poin

Jawaban salah : 0 poin

Sedang : 5 - 7

Total skor maksimal : 10 poin      8 – 10 : Tinggi

**Kuesioner Kepatuhan Diit Rendah Natrium ( SESUDAH EDUKASI )**

Petunjuk:

Beri tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan perilaku Anda selama 1 minggu terakhir terhadap masing-masing pernyataan di bawah ini:

| No. | Pernyataan                                                                              | Selalu (4) | Sering (3) | Kadang-kadang (2) | Tidak Pernah (1) |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|-------------------|------------------|
| 1   | Saya menghindari makanan asin seperti kerupuk, ikan asin, makanan instan dan sebagainya | ✓          |            |                   |                  |
| 2   | Saya membaca label kandungan natrium pada makanan kemasan.                              |            | ✓          |                   |                  |
| 3   | Saya menghindari penggunaan garam tambahan dalam makanan.                               | ✓          |            |                   |                  |
| 4   | Saya mengikuti anjuran diit dari perawat.                                               |            | ✓          |                   |                  |
| 5   | Saya mengonsumsi makanan yang dimasak sendiri untuk mengontrol kadar natrium.           |            | ✓          |                   |                  |
| 6   | Saya berkonsultasi dengan ahli gizi atau perawat mengenai menu makanan saya.            |            | ✓          |                   |                  |
| 7   | Saya merasa termotivasi untuk menjalani diit rendah natrium demi kesehatan saya.        | ✓          |            |                   |                  |
| 8   | Saya membawa bekal makanan sendiri saat bepergian, agar sesuai dengan diit saya.        |            | ✓          |                   |                  |

**Skoring**

**Kategori kepatuhan**

**: 27**

**: kepatuhan Tinggi**

Skoring :

Skor minimum : 8

Skor maksimum : 32

Kategori kepatuhan

Kepatuhan tinggi : 26 - 32

Kepatuhan sedang : 18 - 25

Kepatuhan rendah : 8 - 17

## Lampiran 5. Satuan Acara Penyuluhan

### SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

|                |                                                                         |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Pokok bahasan  | DIIT Rendah Natrium Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik                     |
| Sasaran        | Pasien Gagal Ginjal Yang Sedang Menjalani Hemodialisa                   |
| Hari / Tanggal | Rabu 07 Mei 2025                                                        |
| Tempat         | Ruang rawat lavender bawah RSUD Kardinah Tegal                          |
| Nama Mahasiswa | Akhmad ulul Azmi (Mahasiswa Program Pendidikan Diploma III Keperawatan) |
| Waktu          | 10.00 WIB                                                               |

---

#### A. Identifikasi Masalah

Diet natrium pada pasien gagal ginjal kronik (GGK) merupakan strategi penting dalam pengelolaan penyakit untuk mengontrol tekanan darah, mengurangi retensi cairan, dan memperlambat progresi kerusakan ginjal. Penelitian oleh (Campbell et al., 2014) menunjukkan bahwa pembatasan asupan natrium dapat menurunkan tekanan darah dan proteinuria pada pasien GGK, sehingga berkontribusi dalam memperlambat penurunan fungsi ginjal

#### B. Tujuan

##### 1. Tujuan instruksional umum

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, diharapkan Pasien dapat memahami dan menambah wawasan mengenai Diit rendah natrium.

##### 2. Tujuan Khusus:

- Mengetahui tingkat pengetahuan dan kepatuhan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani HD mengenai diit rendah natrium sebelum diberikan edukasi.
- Meningkatkan pemahaman pasien tentang pentingnya membatasi asupan natrium dalam upaya mengendalikan tekanan darah dan mencegah retensi cairan.

- Meningkatkan kemampuan pasien dalam mengenali makanan tinggi natrium yang perlu dihindari selama menjalani HD.
- Menilai perubahan perilaku makan pasien setelah diberikan edukasi mengenai diet rendah natrium.
- Mengidentifikasi hambatan yang dialami pasien dalam menerapkan diet rendah natrium dalam kehidupan sehari-hari.
- Mengetahui efektivitas metode edukasi (misalnya melalui konseling atau media edukatif) terhadap peningkatan kepatuhan pasien dalam menjalani diet rendah natrium

#### 4.1.3 Metode

- a. Konseling

#### 4.1.4 Media

- a. leaflet

#### 4.1.5 Kegiatan Penyuluhan

| No | Tahapan dan Waktu             | Kegiatan Pendidikan                                                                                                                                                                                                                                           | PJ/Pelaksana                                                                                                                                                                                                                         |
|----|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 2 menit sebelum acara dimulai | Persiapan Kegiatan                                                                                                                                                                                                                                            | Menyiapkan media dan lain-lain untuk melaksanakan SAP.                                                                                                                                                                               |
| 2  | Pendahuluan 5 Menit           | Pembukaan: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menyampaikan tujuan dan maksud penyuluhan</li> <li>3. Menjelaskan kontrak waktu dan mekanisme</li> <li>4. Menyebutkan materi penyuluhan</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjawab salam</li> <li>2. Mendengarkan tujuan dan maksud dari penyuluhan</li> <li>3. Mendengarkan kontrak waktu</li> <li>4. Mendengarkan materi penyuluhan yang akan diberikan</li> </ol> |

| No | Tahapan dan Waktu             | Kegiatan Pendidikan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | PJ/Pelaksana                                                                                                                                |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3  | Pelaksanaan kegiatan 10 menit | <p>Sesi 1</p> <p>Pelaksanaan:</p> <p>1. Tahap Awal:</p> <p>Membangun Relasi: Menjalin komunikasi yang nyaman dan percaya antara konselor dan klien.</p> <p>Pendahuluan: Konselor dan klien saling mengenali dan menjelaskan tujuan konseling.</p> <p>Menentukan Masalah: Klien mengidentifikasi dan menjelaskan masalah yang dihadapi.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasien mengatakan belum mengetahui mengenai tingkat pengetahuan dan kepatuhan</li> <li>- Pasien menjelaskan mengenai cara dia dalam membatasi asupan natrium</li> <li>- Pasien menceritakan mengenai penyakit yang di deritanya</li> <li>- Pasien menceritakan mengenai makanan yang</li> </ul> | <p>4. Menjelaskan Pentingnya diit rendah natrium</p> <p>5. Mendengarkan materi penyuluhan yang disampaikan dan mengikuti arahan penyaji</p> |

| No | Tahapan dan Waktu | Kegiatan Pendidikan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | PJ/Pelaksana |
|----|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|    |                   | <p>sering dikonsumsi</p> <p>Menentukan Tujuan: Klien dan konselor bersama-sama menetapkan tujuan yang ingin dicapai melalui konseling.</p> <p>2. Tahap Inti (Tahap Kerja):</p> <p>Eksplorasi Masalah:</p> <p>Konselor dan klien membahas masalah secara mendalam, termasuk akar penyebab dan dampaknya.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apa yang Anda ketahui tentang diet rendah natrium?</li> <li>- Mengapa penderita gagal ginjal perlu membatasi asupan natrium?</li> <li>- Apa akibatnya jika Anda mengonsumsi terlalu banyak garam (natrium)?</li> <li>- Makanan atau minuman apa saja yang menurut Anda tinggi kandungan natriumnya?</li> <li>- Apakah Anda tahu</li> </ul> |              |

| No | Tahapan dan Waktu | Kegiatan Pendidikan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | PJ/Pelaksana |
|----|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|    |                   | <p>berapa batas konsumsi natrium yang dianjurkan per hari untuk pasien gagal ginjal?</p> <p>Menjelajahi Solusi:</p> <p>Berbagai kemungkinan solusi dan alternatif tindakan dibahas dan dieksplorasi.</p> <p>Pengembangan Strategi:</p> <p>Klien dan konselor bersama-sama merancang strategi untuk mengatasi masalah dan mencapai tujuan.</p> <p>Praktik:</p> <p>Klien berlatih menerapkan strategi yang telah disepakati.</p> <p>3. Tahap Akhir:</p> <p>Pemantapan Perubahan:</p> <p>Klien dan konselor mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai.</p> <p>Penguatan: Konselor memberikan dukungan dan penguatan pada klien atas pencapaiannya.</p> <p>Penutup: Sesi konseling</p> |              |

| No | Tahapan dan Waktu | Kegiatan Pendidikan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | PJ/Pelaksana |
|----|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
|    |                   | <p>diakhiri dengan rencana tindak lanjut dan janji untuk sesi berikutnya (jika diperlukan).</p> <p>Edukasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengetahui diet rendah natrium</li> <li>- Mengetahui makanan dan minuman yang mengandung tinggi natrium</li> <li>- Mengetahui cara mengontrol asupan natrium</li> <li>- Mengetahui komplikasi akibat kelebihan natrium</li> </ul> <p>Sesi 2</p> <p>Persiapan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyusun materi edukasi tentang diet rendah natrium</li> <li>- Mempersiapkan media edukasi : leaflet</li> <li>- Menyusun kuisioner penilaian tingkat pengetahuan dan kepatuhan</li> </ul> <p>Pelaksanaan Edukasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjelaskan fungsi</li> </ul> |              |

| No | Tahapan dan Waktu | Kegiatan Pendidikan                                                                                                                                                         | PJ/Pelaksana                                                         |
|----|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
|    |                   | ginjal dalam tubuh<br>- Menjelaskan diit rendah natrium<br>- menjelaskan materi mengenai makanan dan minuman tinggi natrium<br>- menjelaskan cara mengontrol asupan natrium |                                                                      |
| 4  | Penutup 15 menit  | Evaluasi :<br>1. Memberi kesempatan untuk bertanya<br>2. Menanyakan kembali materi yang telah disampaikan<br>3. Salam penutup                                               | 1. Peserta penyuluhan menjawab pertanyaan yang diajukan oleh penyaji |

Evaluasi

Menanyakan kembali indikator-indikator yang telah dijelaskan

### *Lampiran Materi*

#### A. Diit Rendah Natrium

##### a. Pembatasan Natrium (Garam)

Tujuan: Mengontrol tekanan darah dan mencegah retensi cairan.

Anjuran:

**2.2** Hindari makanan tinggi natrium: mie instan, makanan kaleng, makanan cepat saji, kerupuk, snack asin, kecap, saus, penyedap rasa.

**2.3** Batasi penggunaan garam saat memasak ( $< 1$  sendok teh per hari).

**2.4** Periksa label makanan (hindari makanan dengan natrium  $>140$  mg/serving).

##### b. Pembatasan Cairan

Tujuan: Mencegah penumpukan cairan di tubuh yang dapat menyebabkan edema dan sesak napas.

Anjuran:

**2.5** Total cairan per hari = jumlah urine + 500 ml (jika pasien masih berkemih).

**2.6** Termasuk semua bentuk cairan: air putih, teh, sup, es krim, buah tinggi air seperti semangka.

##### c. Pembatasan Kalium

Tujuan: Mencegah hiperkalemia (kalium tinggi) yang bisa menyebabkan gangguan jantung.

Anjuran:

**2.7** Hindari/membatasi: pisang, jeruk, alpukat, tomat, kentang, singkong, coklat.

**2.8** Rendam sayur dalam air hangat dan buang air rebusannya (leaching method).

##### d. Pembatasan Fosfor

Tujuan: Mencegah gatal, nyeri tulang, dan gangguan keseimbangan mineral.

Anjuran:

**2.9** Hindari/membatasi: susu, keju, kacang-kacangan, hati, sarden, ikan teri, minuman bersoda gelap.

**2.10** Konsumsi fosfor binder jika diresepkan dokter.

e. Asupan Protein yang Cukup

asupan protein yang memenuhi kebutuhan tubuh untuk memperbaiki jaringan dan mengganti protein yang hilang selama proses dialisis, namun tidak berlebihan agar tidak membebani ginjal yang sudah rusak.

Yaitu 1,2-1,3 gram protein per kilogram berat badan per hari

Berat badan pasien terakhir setelah hd 50

Tujuan: Mengganti kehilangan protein saat HD, mencegah malnutrisi.

$1,2 \times 50 = 60$  gram protein per hari

Anjuran:

**2.11** Konsumsi protein hewani berkualitas tinggi: daging ayam tanpa kulit, ikan, telur, tahu/tempe (dalam jumlah terbatas).

**2.12** Hindari protein berlebih karena bisa membebani ginjal.

f. Kalori yang Cukup

jumlah energi dari makanan yang mencukupi kebutuhan tubuh untuk beraktivitas, menjaga berat badan ideal, dan mencegah malnutrisi, tanpa memberikan kelebihan energi yang bisa menyebabkan obesitas atau komplikasi metabolik.

Kebutuhan kalori pasien HD adalah 30 – 35 kkal per kilogram berat badan ideal per hari

Berat badan 50 kg :  $50 \text{ kg} \times 35 \text{ kkal} = 1.750$  kkal per hari

Tujuan: Menjaga berat badan dan energi tubuh.

Anjuran:

**2.13** Gunakan minyak sehat (minyak jagung, minyak zaitun) dan karbohidrat kompleks seperti nasi, roti gandum.

**2.14** Jangan terlalu banyak karbohidrat sederhana (gula, permen).

g. Vitamin dan Mineral

Anjuran:

**2.15** Konsumsi suplemen khusus ginjal jika diresepkan (misalnya vitamin B kompleks : B1 (tiamin) B2 ( riboflavin) B6 (piridoksin),B12 (kobalamin) niasin asam folat

## Lampiran 6. Form Bimbingan

**FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR**  
**PEMBIMBING 1**

Identitas Mahasiswa:

Nama : ALHAMD ULLAH AZMI

NIM : 22130043

Judul TA :

Identitas Pembimbing 1:

Nama :

NIDN :

| Hari/Tgl | Materi Konsultasi  | Paraf Pembimbing 1                                                                    |
|----------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|          | konsul Judul       |  |
|          | konsul BAB 1       |  |
|          | konsul BAB 1 dan 2 |  |

|     |                    |                                                                                     |
|-----|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|     | konsul BAB 1, 2, 3 | AH                                                                                  |
| 2/4 | Aa Proposeu        |  |

## FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR

## Pembimbing 2

Identitas Mahasiswa:

Nama : Akhmad Ulul Azmi

NIM : 22130043

Judul TA :

Identitas Pembimbing 2:

Nama : NS Candia anjoso, M. kep

NIDN : 0012018903

| Hari/Tgl           | Materi Konsultasi       | Paraf<br>Pembimbing 2                                                                 |
|--------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Jelasa<br>21/01/25 | Judul karya tugas akhir |  |
| Senin<br>21/04/25  | BAB I dan II            |  |
| Selasa<br>22/04/25 | BAB I, II, III          |  |
| Kamis<br>24/04/25  | BAB I, II, III          |  |

|             |                     |                                                                                      |
|-------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 14/05<br>25 | Konsul BAB IV dan V |   |
| 16/06<br>25 | Konsul BAB IV V.    |   |
| 27/06<br>25 | Konsul BAB IV V     |   |
| 25/06<br>25 | Konsul BAB IV V     |  |
|             |                     |                                                                                      |

|             |                                                                 |    |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|----|
| 19/05<br>25 | konsul BAB IV dan 5                                             | f  |
| 16/06<br>25 | konsul BAB IV 5<br>- SAP<br>- pengumpulan EVAL<br>- Lahir Pulau | /  |
| 22/06<br>25 | konsul BAB IV V                                                 | CF |
| 25/06<br>25 | konsul BAB IV V                                                 | CF |
|             |                                                                 |    |

## Lampiran 11: Form Revisi Naskah Tugas Akhir



LEMBAR REVISI UJIAN TUGAS AKHIR (TA)  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGALTAHUN  
AKADEMIK ...../.....

Nama Mahasiswa : Ahmad Ulul Azmi  
NIM : 22130043  
Jenis Tugas Akhir : KTI/ Tinj Riset Dosen / Publikasi\*  
Judul Tugas Akhir : .....  
Tanggal Sidang TA : 2-7-2025  
Ketua/ Penguji 1/ Penguji 2\*) : Ms. Ardi Henda Kurnandika, m. Kes

| NO. | REVISI                               | TANGGAL REVISI | TANDA TANGAN PENGUJI |
|-----|--------------------------------------|----------------|----------------------|
| -   | revisi Penulisan tata cara Penulisan | 21 Juli        |                      |
| -   | tanban aspek u/ karr/ Sesi ke II     |                |                      |
| -   | sesuaikan SOP konseling              |                |                      |

Tegal, 2-7-2025

Mahasiswa,

NIM. 22130043

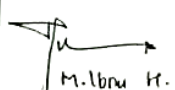
\*Coret salah satu

## Lampiran 11: Form Revisi Naskah Tugas Akhir

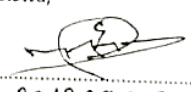


LEMBAR REVISI UJIAN TUGAS AKHIR (TA)  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL TAHUN  
AKADEMIK 2021/2022

Nama Mahasiswa : Akhmad Yul Akm  
NIM : 22130013  
Jenis Tugas Akhir : KTI/ Tim Riset Dosen / Publikasi\*  
Judul Tugas Akhir : Implementasi Edukasi dalam pencegahan hepatitis  
Tanggal Sidang TA : 2 Juli 25 66R.  
Ketua / Penguji 1/ Penguji 2\*) : Mr. M. Ikh ha m.kp

| NO. | REVISI                                                                       | TANGGAL REVISI | TANDA TANGAN PENGUJI                                                                                   |
|-----|------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Sesuaikan SAP dengan kondisi real penemuan yg diberikan dengan perencanaan ✓ | 10 Juli 25     | <br>M. Ikh ha m.kp |
| 2.  | Sesuaikan dokumentasi Askep yang dilakukan dengan rencana ✓                  | Acc. ✓         |                                                                                                        |
| 3.  | Tambahkan keterbatasan 4/ Pengukuran Kepatuhan. Subjektif ✓                  |                |                                                                                                        |
| 4.  | Tambahkan pembahasan terkait pengaruh edukasi                                |                |                                                                                                        |

Tegal, 2 Juli 25  
Mahasiswa,

()  
NIM. 22130013

\* Coret salah satu

## Lampiran 11: Form Revisi Naskah Tugas Akhir



**LEMBAR REVISI UJIAN TUGAS AKHIR (TA)  
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGALAHUN  
AKADEMIK 2024/2025**

Nama Mahasiswa : Akhmad Ulul Azmi  
 NIM : 22130043  
 Jenis Tugas Akhir : KTI/ ~~Tin Riset Dosen/ Publikasi~~  
 Judul Tugas Akhir : Implementasi Edukasi Berbasis Konseling dalam M  
 Tanggal Sidang TA : 2 Juli 2025 Katkar Kepatuhan!  
 Ketua/Penguji 1/Penguji 2\*) : Iroma Maulida, SKM, M. Epid

| NO. | REVISI                                                                                                                                                                                                     | TANGGAL REVISI | TANDA TANGAN PENGUJI |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|
| ①   | Pendataan di tambah alasan me-<br>milih diet natrium → pengamatan<br>peneliti bawa snack saat sedang<br>Hd, & alasan memilih konseling.                                                                    | 21 Juli        |                      |
| ②   | Hasil ① Implementasi belum<br>menunjukkan <sup>hasil</sup> pengurangan<br>pengetahuan.<br>① Implementasi di longkapi <sup>gambarkan</sup> yg<br>selama berapa kali (ter- dituliskan<br>catat hanya 1 kali) |                |                      |
| ③   | Lampirkan hasil <sup>kuisioner</sup> pengetahuan<br>yg sudah di isi responden.                                                                                                                             |                |                      |
| ④   | metode penelitian (sesuai catatan)<br>ketersediaan kuisioner                                                                                                                                               |                |                      |

Tegal, 21 Juli 2025

Mahasiswa,

(.....)  
 NIM. 22130043

\*Coret salah satu