

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 370/ILMU
KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN

**LAPORAN HASIL PENGABDIAN KEPADA
MASYARAKAT**



Edukasi Diet DASH untuk Penderita Hipertensi

TIM PENGUSUL

KETUA	: Ns. APRIZA, S. Kep, M.Kep	NIDN : 1007047902
ANGGOTA	: Ns. Muhammad Muzakir Fahmi, S.Kep, M.KM Nurul Afifah Yusril Ulfah Zahirah	NIDN : 10170229401 NIM : 2114201095 NIM : 2114201146

**PROGRAM STUDI NERS
FAKULTAS ILMU
KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU
TAMBUSAI TAHUN AJARAN 2022/2023**

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Sampul	i
Halaman pengesahan	ii
Identitas dan Uraian umum	iii
Daftar isi	iv
Daftar tabel.....	v
Ringkasan.....	vi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Analisis Situasi	1
B. Permasalahan mitra.....	2
 BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN	 3
2.1 Solusi Permasalahan.....	3
2.2 Jenis luaran.....	4
2.3 Solusi dan luaran.....	5
 BAB III METODE PELAKSANAAN	 6
3.1 Metode penddekatan kegiatan	6
3.2 Teknik pelaksanaan kegiatan.....	6
3.3 Penyuluhan manfaat terapi bekam.....	7
 BAB IV KELAYAKAN KEPAKARAN.....	 8
BAB V BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN	
A. Justifikasi biaya.....	9
B. Jadwal pengabdian.....	10
BAB VI PROSES PELAKSANAAN KEGIATAN	11
BAB VII PENUTUP.....	12
 DAFTAR PUSTAKA	 13
LAMPIRAN : SOP TERAPI BEKAM	20

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Di RT 06/ RW 08 terdapat Posyandu Lansia yang memiliki tujuan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan lansia di masyarakat sehingga terbentuk pelayanan kesehatan sesuai kebutuhan lansia. Pelayanan di posyandu lansia meliputi pemeriksaan kesehatan fisik dan mental emosional yang di pantau untuk mengetahui lebih awal penyakit yang di derita lansia. kegiatan posyandu lansia ini dilakukan 2 kali dalam seminggu setiap hari kamis dan minggu. Kegiatan posyandu lansia ini dilaksanakan oleh tenaga kesehatan dari Puskesmas Bangkinang Kota.

Hasil perbincangan tim pengabdian dengan Kader posyandu lansia menyampaikan bahwa diantara para lansia ada yang menderita hipertensi. Sebagian besar penderita mengkonsumsi obat dari dokter dan sebagian ada yang tidak mengkonsumsi obat. Beberapa alasan tidak mau mengkonsumsi obat yang dikemukakan oleh anggota yang menderita hipertensi yaitu adanya rasa takut jika mengkonsumsi obat secara rutin bisa menyebabkan kerusakan pada ginjal.

Foto kegiatan para lansia



Gambar 1.1 Kegiatan lansia

Hasil wawancara dengan para lansia di posyandu, mereka mengatakan tidak mengetahui adanya diet khusus untuk penderita hipertensi.

Menanggapi pernyataan tersebut, tim pengabdian menjelaskan tentang Diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) yang merupakan diet khusus untuk penderita hipertensi. Diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) adalah program diet yang menekankan pada pengurangan asupan garam dengan meningkatkan konsumsi buah-buahan, sayur-sayuran, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak. Tujuannya adalah untuk menurunkan tekanan darah tinggi dan risiko penyakit jantung. Tekanan darah tinggi disebut juga dengan penyakit pembunuh secara senyap (Solfaine, 2021). Seseorang dinyatakan sebagai penderita hipertensi jika memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg (Nagaraj desai, 2021). Gejala tekanan darah tinggi adalah sakit kepala/leher berat, pusing, jantung berdebar, malaise, mata kabur, tinitus (tinnitus), dan mimisan (Yadecha et al., 2020).

Tim pengabdian Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai melakukan transfer ilmu tentang manfaat Diet DASH bagi para lansia di posyandu RT 06/ RW 08 sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat.

B. Permasalahan Mitra

Melalui diskusi dengan para lansia maka permasalahan prioritas yang akan ditangani adalah rendahnya pengetahuan lansia tentang diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) untuk menstabilkan tekanan darah.

BAB II

SOLUSI DAN TARGET LUARAN

2.1 Solusi Permasalahan

Berdasarkan masalah yang sedang dialami mitra maka direncanakan solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut dan target luarannya sebagai berikut:

No	Bidang	Prioritas Permasalahan	Solusi	Luaran
1	Kesehatan	Minimnya ilmu para lansia tentang diet DASH untuk menstabilkan tekanan darah bagi penderita hipertensi.	Memberikan transfer ilmu tentang diet DASH dalam menstabilkan tekanan darah.	Presentasi Kesehatan menggunakan powerpoint tentang penyuluhan diet DASH
2	Penyuluhan	Minimnya ilmu para lansia untuk menstabilkan tekanan darah bagi penderita hipertensi.	Memberikan penyuluhan tentang manfaat diet DASH	Terjadi peningkatan pengetahuan para lansia tentang diet DASH

2.2 Jenis luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
Luaran Wajib		
1	Publikasi Ilmiah di Jurnal nasional terakreditasi / nasional ber ISSN/prosiding dari seminar nasioanl	<i>submit</i>
2	Publikasi pada media masa (Cetak/elektronik)	Ada
3	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, atau sumber daya desa lainnya sesuai dengan jenis kegiatan yang diusulkan	Ada
4	Peningkatan kualitas tata kelola pembangunan masyarakat desa (kelengkapan kualitas organisasi formal dan non formal/kelompok masyarakat di desa	Ada
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, social, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Ada
6	Peningkatan penerapan Iptek di desa	Ada
Luaran Tambahan		
1	Hak Kekayaan Intelektual (Paten, paten sederhana, hak cipta, merek dagang, rahasia dagang, desain produk industry, perlindungan varietas tanaman, perlindungan desain Topografi Sirkuit Terpadu)	Tidak Ada
2	Jasa; rekayasa sosial, metode atau system, produk/barang	Tidak Ada
3	Inovasi baru TTG	Tidak Ada

2.3 SOLUSI DAN TARGET LUARAN

Tabel Rencana Target Capaian Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
Luaran Wajib		
1	Publikasi Ilmiah di Jurnal nasional terakreditasi/ Nasional ber ISSN/prosiding dariseminar nasioanl	<i>Draf</i>
2	Publikasi pada media masa (Cetak/elektronik)	Ada
3	Peningkatandaya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, atau sumber daya desa lainnya sesuai dengan jenis kegiatan yang Diusulkan	Ada
4	Peningkatan kualitas tata kelola pembangunan masyarakat desa (kelengkapan kualitas organisasi formal dan non formal/ kelompok masyarakat didesa	Ada
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (senibudaya, social, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Ada
6	Peningkatan penerapan Iptekdidesa	Ada
7	Peningkatan diversifikasi produk	tidak ada
Luaran Tambahan		
1	Hak Kekayaan Intelektual (Paten, paten sedrhana, hak cipta, merek dagang, rahasia dagang, desain produk industry, perlindungan varietas tanaman, perlindungan desain Topografi Sirkuit Terpadu)	Draf
2	Jasa; rekayasa sosial, metode atau system,	produ k/bara

3. ng
Inovasi TTG

tdk

Tdk

BAB III

METODE PELAKSANAAN

3.1 Metode pendekatan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan PKM Penyuluhan Manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi di RT 06/RW 08 Bangkinang melalui beberapa pendekatan, antara lain :

1. *Community development* model yaitu bentuk aplikasi pendekatan dengan mengikutsertakan masyarakat secara langsung sebagai subjek dan objek dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
2. *Participatory Rural Appraisal* model (PRA) yaitu Sebuah model pendekatan yang berfokus pada pelibatan seluruh masyarakat mulai dari perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian kegiatan (Supriatna, 2014)
3. Model adalah pendekatan sosialisasi, penyuluhan dan pelatihan sebagai sarana untuk menginformasikan ilmu pengetahuan kepada masyarakat

3.2 Teknis Pelaksanaan Kegiatan

PKM Penyuluhan Manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi di RT 06/RW 08 Bangkinang sebagai berikut:

1. Persiapan
Pada tahap persiapan ini dilakukan untuk mengetahui kegiatan para lansia di posyandu RT 06 / RW 08, mendapatkan pernyataan kesediaan untuk bekerjasama dalam meningkatkan pelayanan kesehatan anggota.
2. Pelaksanaan kegiatan
Pelaksanaan kegiatan disepakati dengan mitra dan merujuk kepada waktu pelaksanaan yang telah ditentukan.
3. Evaluasi dan monitoring
Evaluasi dan monitoring kegiatan dilakukan secara langsung setelah penyuluhan dilakukan. Pelaksanaan evaluasi dilakukan setelah kegiatan dilaksanakan untuk melihat pencapaian keberhasilan.

3.3 Penyuluhan tentang Diet DASH untuk Hipertensi

Alat dan perlengkapan:

- ☐ 1 buah infokus
- ☐ 1 buah laptop
- ☐ 1 buah mikropon
- ☐ 1 buah meja

Cara kerja:

1. Mensosialisasikan kepada mitra dan anggotanya tentang jadwal acara penyuluhan
2. Mempersiapkan tempat kegiatan yang akan dilakukan
3. Mempersiapkan alat-alat yang diperlukan, memasang infokus
4. Mempersiapkan slide untuk presentasi tentang manfaat diet DASH dalam menstabilkan tekanan darah, menjelaskan tentang langkah-langkah diet DASH
5. Mempersiapkan powerpoint manfaat diet DASH diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) untuk penderita hipertensi

BAB IV

KELAYAKAN KEPAKANARAN

Dalam menunjang kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim pengabdian adalah dosen yang kompeten dibidangnya. Diuraikan dalam tabel berikut ini:

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Program Studi
1.	Ns. Apriza, M.Kep	Ketua Pengabdian	Ketua pengabdian adalah dosen Keperawatan medical bedah dan mengampu mata kuliah KMB. Ketua jawab dalam memberikan penyuluhan manfaat diet DASH (<i>Dietary Approaches to Stop Hypertension</i>) untuk penderita hipertensi	Ners
3	NURUL AFIFAH YUSRIL MALINDO	Anggota 1	Anggota 1 adalah mahasiswa keperawatan yang bertugas untuk mengatur jadwal dilakukan pengabdian dan mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan untuk pengabdian.	Mahasiswa Keperawatan
4	ULFAH ZAHIRA	Anggota 2	Anggota 3 adalah mahasiswa keperawatan yang bertugas untuk pendokumentasian kegiatan pengabdian serta membantu anggota 2 dalam mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan untuk pengabdian	Mahasiswa Keperawatan

BAB V BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN

A. JUSTIFIKASI BIAYA

No	Uraian	Satuan	Volume	Besaran	Volume x Besaran
1.	Honorarium				
	a. Honorarium Koordinator Pengabdian/Perekayasa	OB	1	Rp. 420.000	420.000
	b. Pembantu Pengabdian/Perekayasa	OJ	6	Rp. 25.000	150.000
	c. Honorarium Petugas Survei/ lapangan	OR	15	Rp. 8000	120.000
Subtotal Honorarium					690.000
2	Bahan Pengabdian				
	a. ATK				
	1) Infokus	buah	1	5.000.000	5.000.000
Subtotal Bahan Pengabdian					5.000.000
3.	Pengumpulan Data				
	a. Transport	Ok	12	25.000	300.000
	b. Biaya Konsumsi	Ok	12	25.000	250.000
Subtotal biaya pengumpulan data					550.000
4.	Pelaporan, Luaran Pengabdian				
	a. Luaran Pengabdian	OK			
	1) Jurnal Nasional Tidak Terakreditasi		Con	500.000	500.000
	2) Jurnal Nasional Terakreditasi Sinta 4				

Subtotal biaya Laporan dan Luaran Pengabdian					500.000
Total					6.740.000

Keterangan:

1. OB = Orang/Bulan
2. OK = Orang/Kegiatan
3. Ok = Orang/kali
4. OR = Orang/Responden
5. Con (Conditional) = Disesuaikan dengan biaya yang ditetapkan oleh penerbit

B. JADWAL PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian akan dilaksanakan selama 3 bulan yang pelaksanaannya dimulai pada bulan Oktober 2022 sampai dengan bulan Januari 2023

No	Kegiatan	Th 2022/2023			
		Mei	Juni	Juli	Agustus
1	Pengambilan Data				
2	Pembuatan Proposal				
3	Pengurusan izin pengabdian				
4	Penyuluhan diet DASH				
8	Pembuatan Laporan Hasil pengabdian				
9	Submit paper ke jurnal nasional dan upload video ke youtube Apriza Apriza				

BAB VI

PROSES PELAKSANAAN KEGIATAN

A. Kegiatan

Dalam laporan kemajuan ini dijelaskan bahwa, kegiatan PKM penyuluhan manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi diawali dengan pengurusan izin pengabdian. Hingga tanggal 15 Juni 2023 telah dilakukan beberapa rangkaian kegiatan dengan kader diantaranya:

1. Memasukkan surat izin pengabdian.
2. Melakukan penyuluhan manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi di RT 06/RW 08 Bangkinang pada tanggal 15 Juni 2023. Kegiatan PKM diikuti oleh 20 orang lansia, kegiatan yang dilakukan yaitu:
 - a. Sebelum melakukan penyuluhan manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*), tim pengabdi melakukan tindakan pengecekan tekanan darah terlebih dahulu. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui jumlah lansia yang memiliki rentang tekanan darah tinggi.
 - b. Menampilkan powerpoint tentang manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) untuk hipertensi.
 - c. Melakukan penyuluhan kesehatan tentang diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi.

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kegiatan PKM penyuluhan manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi dapat dilakukan dengan baik dengan hasil sebagai berikut:

1. Terjadi peningkatan pengetahuan para lansia tentang manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi.
2. Ibu ibu mampu menjelaskan ulang manfaat diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi.

B. Saran

1. Diharapkan penderita hipertensi untuk melakukan diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) sebagai solusi dalam menstabilkan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriza, Marlina Andriani, Carles, Tatik Trisnowati, & Zainab Mohd Shafie. (2022). An Overview of Systematic Review on Cupping Therapy: Case Study of Hypertension. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, 13(4), 1190–1198. <https://doi.org/10.47750/pnr.2022.13.04.168>
- Nagaraj desai, G. U. (2021). Risk Factors and Comorbidities in Young Indian Patients with Hypertension : REAL YOUNG (Hypertension) Study. *Dovepress*.
- Solfaine, R. dkk. (2021). Roles of Averrhoa bilimbi Extract in Increasing Serum Nitric Oxide Concentration and Vascular Dilatation of Ethanol-Induced Hypertensive Rats. *Prev. Nutr. Food Sci.* 2021;26(2):186-191. <https://doi.org/https://doi.org/10.3746/pnf.2021.26.2.186>
- Yadecha, B., Tekle, F., Fetensa, G., Habte, A., & Zeleke, B. (2020). Prevalence of hypertension and its associated factors among gimbi town residents, ethiopia: A community-based cross-sectional study. *Integrated Blood Pressure Control*, 13, 171–179. <https://doi.org/10.2147/IBPC.S277582>

Lampiran 1

Biodata Diri, Riwayat Penelitian, PkM dan Publikasi

A. KETUA PENGUSUL

1	Nama	:	APRIZA S.Kep, Ners, M.Kep
2	Jenis Kelamin	:	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	:	Lektor
4	NIP	:	096.542.024
5	NIDN	:	1007047902
6	Tempat dan Tanggal Lahir	:	Batu belah, 07 April 1979
7	Email	:	suksespending@gmail.com
8	No Telepon/ Hp	:	085211804568
9	Alamat Kantor	:	Jl. Tuanku Tambusai. No 23 Bangkinang
10	NoTelpon/ Fax	:	(0762) 21677/ (0762) 21677
11	Lulusan yang telah dihasilkan	:	70 Mahasiswa
12	Mata Kuliah yang diampu	:	Keperawatan Maternitas

B. Riwayat Pendidikan

	S-I	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Riau	Universitas Andalas Padang	-
Bidang Ilmu	Keperawatan	Keperawatan	-
Tahun Masuk – Lulus	2005-2006	2010-2012	-

C. Publikasi di Jurnal Internasional dan Nasional Terakreditasi Peringkat 1 dan 2

No	Judul Artikel	Peran (First author, Correspondi author, atau co-author)	Nama Jurnal, Tahun Volume, Nomor, P-ISSN	URL artikel (jika ada)
1	Pengaruh Biblioterapi Dengan Buku Cerita Bergambar Terhadap Tingkat Kecemasan Efek Hospitalisasi pada Anak Prasekolah	First author	Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini DOI: 10.31004/obsesi.v1i2.21 Sinta 2	https://obsesi.or.id/index.php/obsesi
2	Roles of Averrhoa bilimbi Extract in Increasing Serum Nitric Oxide Concentration and Vascular Dilatation of Ethanol-Induced Hypertensive Rats	co-author	Prev. Nutr. Food Sci. 2021;26(2):186-191 https://doi.org/10.3746/pnf.2021.26.2.186 ISSN 2287-8602 Scopus Q2	https://www.pnfs.or.kr/journal/list.html?pn=search&all_k=apriza
3	Anti-Inflammatory Effect of Coleus amboinicus Leaves Extract on Uric Acid-Induced Nephrotoxicity Rats	co-author	Advances in Animal and Veterinary Sciences Scopus Q3	https://www.researchgate.net/publication/354069132_Anti-Inflammatory_Effect_of_Coleus_amboinicus_Leaves_Extract_on_Uric_Acid-Induced_Nephrotoxicity_Rats
4	Penurunan Kecemasan pada Ibu Hamil Risiko Tinggi melalui Citronella Oil Theraphy	First author	Aulad : Journal on Early Childhood Sinta 3	https://aulad.org/index.php/aulad/article/view/115

D. Prosiding seminar/konverensi internasional terindeks

No	Judul Artikel	Peran (First author, Corresponding author,	Nama Jurnal, Tahun terbit, Volume, Nomor, P-ISSN/E-	URL artikel (jika ada)
1	Iptek bagi Masyarakat kelompok petani nanas dalam pengelolaan dan pengembangan usaha di desa Rimbo panjang kec tambang kab kampar	first author	Proceeding of community Development, 2017, volume 1, 67-75, 2615-2942	available online at:
2	Utilization Dadih as food preparations in lowering cholesterol	co-author	MMHS-2016, 2016, volume.350, issue 23, , 978-969-683-057-3	www.academicfora.com

E. Buku

No	Judul Buku	Tahun Penerbita	ISBN	Penerbit	URL (jika
1	Daftar tilik Pemeriksaan Fisik	2012			
2	Metodologi penelitian	2012			
3	Kebutuhan dasar manusia	2012			
4	Merdeka Menulis	2020	ISBN: 978-623-6512-70-8 (print) E-ISBN: 978-623-6512-71-5	Yayasan Kita Menulis	Web: kitamenulis.id
5	Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19	2020	ISBN: 978-623-94636-1-8 (print) E-ISBN: 978-623-94636-2-5	Yayasan Kita Menulis	Web: kitamenulis.id
6	Gizi dan Kesehatan	2020	ISBN: 978-623-6512-70-8	Yayasan Kita Menulis	Web: kitamenulis.id
7	Ilmu Obstetri dan Ginekologi Untuk Kebidanan	2020	ISBN: 978-623-6761-46-5	Yayasan Kita Menulis	Web: kitamenulis.id

8	Konsep Dasar Keperawatan Maternitas	2020	ISBN: 978-623-6761-81-6	Yayasan Kita Menulis	Web: kitamenulis.id
9	Asuhan keperawatan gawat darurat	2021	ISBN: 978-623-342-270-3	Yayasan Kita Menulis	Web: kitamenulis.id

F. Perolehan KI

No	Judul KI	Tahun Peroleha	Jenis KI	Nomor	Status KI (terdaftar/grant)	URL (jika)
1	IbM Kelompok Petani Nanas Dalam Pengelolaan Dan Pengembangan Usaha di Desa Rimbo Panjang Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar	2018	Karya tulis	000128183	EC002018586 70, 12 Desember 2018	
2	Pemanfaatan Dadiah Sebagai Olahan Makanan untuk menurunkan Kolesterol	2018	Karya tulis		EC002018586 80, 12 Desember 2018	

G. Riwayat Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Peran, Tahun	Nama Skema	Judul	Dana Disetujui
1	Ketua Pengusul Tahun ke-1 dari 1 Tahun pelaksanaan: 2016	Program Kemitraan Masyarakat	IBM KELOMPOK PETANI NANAS DALAM PENGELOLAAN DAN PENGEMBANGAN USAHA DI DESA RIMBO PANJANG KECAMATAN TAMBANG KABUPATEN KAMPAR	42,000,000
2	Ketua Pengusul Tahun 2019	Mandiri PTS	PENGOLAHAN UBI UNGU DI DESA PULAU BANGKINANG SEBERANG	6.000.000
3	Ketua pengusul Tahun 2020	PKM dana Kampus	Pemberdayaan Kader Posyandu Melati dalam Massage therapy sebagai implementasi menurunkan kecemasan pada ibu hamil	3.375.000
4	Ketua pengusul Tahun 2020	Mandiri	Pemberdayaan Kader Posyandu Lansia Tunas Harapan Dalam Pemanfaatan Daun Kersen dan Kulit Buah Naga Sebagai Intervensi Menurunkan Kadar Asam Urat	3.360.000

H. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

(Bukan Skripsi, Tesis, maupun Disertasi)

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber*	Jml (Juta Rp)
1	2014	Pengaruh Minyak Jintan Hitam (Nigela Sativa) Terhadap Profil Lipid Serum Tikus Jantan Galur Wistar (Ratus Novergikus) Hiperkolesterolemia	DIKTI	14.500.000
2	2014	Pengaruh Physioterapi Dada Terhadap bersihan jalan Nafas Pasien Asma Yang mendapat Terapi Ekspektoran	DIPA STIKes	3.000.000
3	2015	Hubungan Kepuasan kerja dengan kinerja perawat pelaksana di Rumah Sakit Umum Daerah Bangkinang tahun 2015	Ainec Research award	5.000.000

4	2015	Pemanfaatan Dadiah Sebagai Olahan Makanan untuk menurunkan Kolesterol	Menristek Dikti	50.000.000
5	2020	Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil Risiko Tinggi melalui Citronella Oil Therapy	DIPA UP	6.297.500
6	2020	Pemberdayaan Kader Posyandu Melati dalam Massage therapy sebagai implementasi menurunkan kecemasan pada ibu hamil	DIPA UP	3.375.000

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan hibah pendanaan UP.

Bangkinang, Januari 2023

Pengusul



Ns. Apriza, S.Kep, M.Kep

Lampiran 2

Gambaran Iptek yang akan dilaksanakan pada mitra

Standar Operasional Prosedur terapi Bekam created by Apriza

	STANDARD OPERATING PROCEDURE CUPPING (Modification from PBI TEAM, 2018)
DEFINITION	Cupping is an event of suctioning the skin, slicing/puncturing, and removing the blood from the surface of the skin, and the blood is collected in the cup.
OBJECTIVE OF CUBE	1. Stimulates blood circulation and nutrient supply to beta cells in the pancreas. 2. Improved pain control/reduced pain 3. Control blood pressure 4. Increases blood circulation in the pancreas and affects controlling insulin levels. 5. Removes waste products of intestinal metabolism from the portal circulation in the liver. 6. Removing various kinds of acid (hexosamine) from muscle and fat tissue under the skin. 7. Stimulates blood circulation in muscles improves blood circulation and to remove toxins and waste from the body 8. Cupping also removes harmful substances from skin microcirculation and interstitial compartments that benefit the patient (Blood Detoxification) 9. An effective method for reducing low-density lipoprotein (LDL) in men and consequently have a preventive effect against atherosclerosis and cardiovascular disease (CVD) 10. Lower total cholesterol, the ratio of low-density lipoprotein LDL/high-density lipoprotein (HDL) 11. Muscle relaxation, specific changes in the structure of local tissue, and increased blood circulation 12. The immunomodulatory effect of cupping therapy can be associated with "Immune System Theory Activation" (AIST) 13. Cupping can stimulate endorphins so that it can reduce anxiety
EQUIPMENT	1. Cupping header; 2. Cupping Pump; 3. Lancing devices; 4. sterile lancet/needle; 5. Sterile instrument tub; 6. Crooked (nier famous); 7. Small stainless bowl; 8. Handscoon/Gloves; 9. Mask; 10. Skort/Apron/apron and headgear; 11. Client's clothes 12. Glasses; 13. Herbal oil; 14. Alcohol; 15. Chlorine; 16. sterile gauze; 17. Trash cans (plastic and safety boxes); 18. Razor or hair clipper (if necessary); 19. 3% H2O2 solution; 20. Sterilizer.
STEP PRE	1. Room Preparation

INTERACTION	a. Prepare a comfortable and clean cupping room, with adequate lighting/lighting, smooth and good air circulation, and equipped with a hand washing area (sink) and a toilet. b. Prepare at least 1 set of comfortable and clean cupping beds or chairs c. Set the room temperature as comfortable as possible, not too cold and not too hot d. Prepare aroma therapy for the room e. Prepare a drink of water in the room (can be mixed with honey) 2. Preparation of equipment and cupping materials a. Cupping Equipment 1) Cupping Cup 2) Cupping Pump 3) Lancing device 4) Anatomical clamps/tweezers 5) 4 sterile instrument tubs 6) Nierbeken 7) Tray 8) Sterilizer 9) safety box 10) Trash can 11) Handscoon/Glove 12) Mask 13) Skort/Apron/apron and headgear 14) Glasses 15) Razor or hair clipper (if necessary) 16) Client's clothes b. Cupping material 1) Herbal oil 2) Alcohol 3) Chlorine 4) sterile gauze 5) Tissue 6) H2O2 3% 3. Nurse preparation a. Washing hands b. Install personal protective equipment (PPE) c. Intend, perform ablution and pray 4. Client preparation a. Informed consent and signed the consent letter b. Ensure that the client's condition is in a condition indicated for cupping c. Give the client special clothes d. If there are cupping points in the head area, do the hair removal if necessary e. Ask the client to perform ablution
INTERACTION STAGE	1. Say hello and introduce yourself 2. Administering patient data 3. Explaining action procedures 4. Performing time contracts

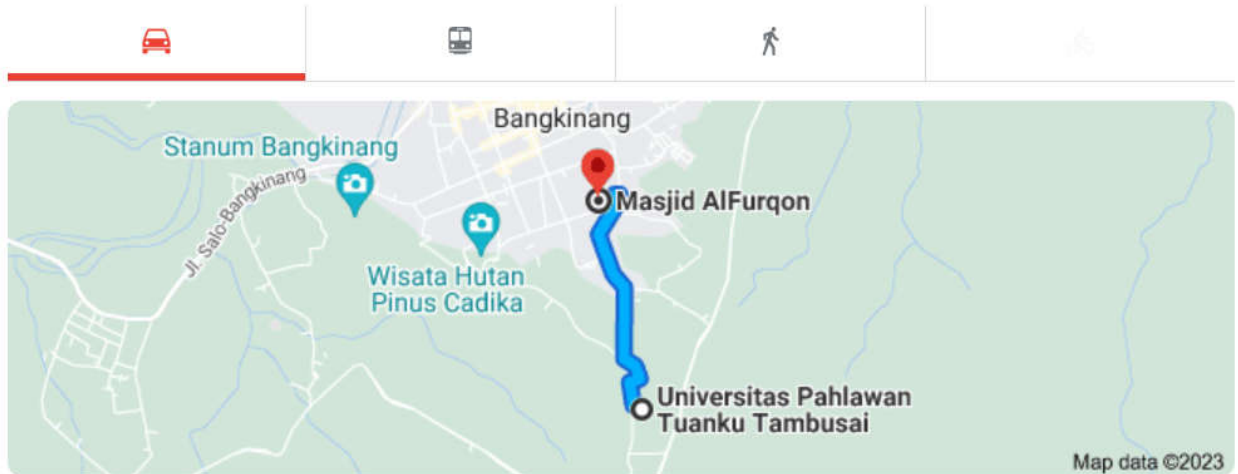
	5. Requesting patient consent 6. Maintaining patient privacy. 7. Washing hands 6 steps
WORK STAGE	a. Bringing the equipment closer to the client b. Conduct a head-to-toe assessment of the client using an assessment form that has been designed by the therapist c. Establish nursing diagnoses according to the client's condition d. Develop a nursing action plan according to the client's problem e. Perform nursing actions, especially cupping according to the patient's problem by following these steps: f. Start the cupping action by praying and reading bismillahirrahmanirrahim g. Adjusting a comfortable position according to the client's condition, may lie on his stomach or sit h. Prepare the lancing device with the condition of the needle is ready to use, that is, prepare a sterile needle, insert it into the position on the lancing device then open the head i. After the lancing device is firmly installed, attach the lancing headgear device and ready to use j. The lancet with the lancing device is placed in a sterile instrument tub k. Prepare a plastic bag for garbage collection Cupping before preparing anything else l. Prepare a plastic bag for garbage collection Cupping before preparing others and prepare a safety box m. Using PPE n. Preparing the skin for the cupping area 1) Close the door/use a sampiran 2) Undress the patient 3) Determine the area to be cupped according to patient complaints/client diagnoses 4) Prepare sterile gauze and moisten or dab enough olive oil, then apply to the skin to be cupped circularly from the inside out o. Cupping-Punchuring-Cupping Technique 1) Do cupping/cupping on the cupping point area that has been prepared (already smeared with olive oil) with a pull adapted to comfort and conditions as well as age patient 2) The cupping point area that has been cupped is left about 5 minute p. Injury technique 1) Quick open the cup after 5 minutes by pulling the top the end of the ventilator and placing the header on the nierbekenin in a tilted position and cannot put it in a prone position, lips on the bottom 2) Perform injury/puncturing in the area of the cupping point with using a lancing device 3) Then the cupping point area was cupped back for cupping blood loss q. Blood cleansing technique 1) The cupping point area that has been injured and copied is left for a while until a local dam occurs which causes static blood to

	come out of the skin and accommodated in the cup. Copying for a bleeding walk 3-5 minutes 2) Prepare sterile gauze and place it under the collect blood 3) Carefully open the cap again and clean the blood in the cupping area using sterile gauze. 4) Heads that have been used are put back in a cooler or bent 5) The blood-cleansing gauze is thrown into a plastic bag yellow. 6) Cleansing and wiping the blood off the skin use the left hand specifically and do not back and forth between right and left 7) Repeat blood suctioning if necessary according to conditions r. Finishing the cupping process 1) The cupping point area that has been completed is cupped in drops olive oil using sterile gauze, leveled throughout the cupping point area and should not be out of the cupping point. Leave it for a while 2) Cupping tools that have been used are sprayed with alcohol, then put it in the chlorine solution that has been prepared
TERMINATION STAGE	1. Tidy up tools 2. Evaluate the client's condition after cupping, using the assessment form instrument that has been determined 3. Provide positive reinforcement to clients 4. Give the client a drink of water and honey after cupping is done 5. Make a meeting contract if the next cupping is needed 6. Document the activities in the cupping instrument used 7. Educate clients to always apply a healthy lifestyle

Lampiran 3

Gambar Lokasi Mitra

- Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Jl. Tuanku Tambusai No.23, Bangkinang, Kec.
- Masjid AlFurqon, 82MJ+9HV, Jl. Kartini, Bangkinang, Kec. Bangkinang, Kabupaten Karr



6 mnt (2,8 km) lewat Jl. Datuk Seribu Garang dan Jl. Dr. A Rahman Saleh

