

SATUAN ACARA PEMBELAJARAN
PERAWATAN DAN PENCEGAHAN ANGINA PECTORIS

Pokok Bahasan : Gangguan Sistem kardiovaskular
Sub PokokBahasan : *Angina Pectoris*
Pertemuan : 1x pertemuan
Waktu : 1x 15 menit
Tempat : di Ruang Instalasi Gawat Drurat RSPAD Gatot Soebroto
Sasaran : klien *angina pectoris*

A. Tujuan pembelajaran umum

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan diharapkan klien *angina pectoris* mampu memahami tentang perawatan dan pencegahan pada penderita *angina pectoris*.

B. Tujuan pembelajaran khusus

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan selama 1x35 menit ibu bayi dan balita mampu:

1. Menjelaskan *angina pectoris*
2. Menyebutkan tanda dan gejala *angina pectoris*
3. Menyebutkan penyebab *angina pectoris*
4. Menjelaskan pencegahan *angina pectoris*
5. Menjelaskan perawatan *angina pectoris*

C. Materi

1. Definisi angina pectoris
2. Tanda dan gejala angina pectoris
3. Penyebab angina pectoris
4. Cara pencegahan angina pectoris
5. Cara perawatan angina pectoris

D. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

No	Kegiatan penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1	Pendahuluan a. Memberi salam b. Memberi perkenalan c. Menyampaikan tujuan d. Kontrak waktu	Ceramah	Leaflet	5 menit
2	Kegiatan inti a. Menjelaskan <i>angina pectoris</i> b. Menyebutkan klasifikasi angina pectoris c. Menyebutkan tanda dan gejala angina pectoris d. Menjelaskan penyebab angina pectoris	- Ceramah - Diskusi	- Leafleat	15 menit

	<p>e. Menjelaskan pencegahan angina pectoris</p> <p>f. Menjelaskan perawatan angina pectoris</p>			
3	<p>Penutup</p> <p>a. Memberikan kesempatan bertanya</p> <p>b. Menjawab pertanyaan peserta</p> <p>c. Mengajukan pertanyaan</p> <p>d. Menyampaikan kesimpulan</p> <p>e. Menyampaikan salam penutup</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p>	<p>- Leaflet</p>	<p>10 menit</p>

E. Evaluasi

1. Prosedur : langsung
2. Bentuk pertanyaan : essay
3. Jumlah pertanyaan : 3 soal
4. Waktu : 5 menit

MATERI PENYULUHAN

1. Pengertian

Angina Pectoris adalah suatu sindrom klinik yang disebabkan oleh insufisiensi aliran darah koroner sehingga suplai O₂ tidak seimbangan dengan kebutuhan jaringan (Karson, 2012)

2. Tanda dan Gejala

Letaknya sering kali sakit sebelah kiri dan menjalar ke lengan kiri punggung, rahang, leher dan bahu.

Ø Kualitas sakit

- Seperti ditekan benda berat
- Terasa panas, kadang hanya perasaan tidak enak di daerah dada

Ø Hubungan dengan aktivitas

Sakit timbul pada saat melakukan aktifitas, dan hilang setelah beristirahat, pada yang menderita Angina berat timbul pada saat istirahat atau tidur malam.

Ø Lama serangan

Serangan berlangsung 1-5 menit

3. Penyebab

- a. Riwayat merokok (perokok aktif serta pasif)
- b. Arterioklerosis
- c. Spasme arteri coroner

- d. Anemia berat
- e. Obesitas
- f. Hipertensi
- g. Usia
- h. Emosi
- i. Stress
- j. Kerja terlalu berat

4. Perawatan Angina Pectoris

- a. Kurangi yang banyak mengandung garam dan lemak
- b. Hindari merokok
- c. Hindari penggunaan alcohol
- d. Menghindari stress
- e. Berolah raga yang teratur dan optimal
- f. Biasakan melakukan teknik nafas dalam
- g. Istirahat cukup
- h. Bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa

(Karson, 2012)

5. Pencegahan

- a. Menghindari makanan yang tinggi lemak seperti keju, daging kambing, sapi, susu, margarin dan alpukat.
- b. Menghindari merokok dan minum alcohol

- c. Menghindari stress
- d. Membiasakan olah raga yang teratur
- e. Istirahat yang cukup



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul



Daftar Pustaka

Kasron. (2012). Kelainan Dan Penyakit Jantung Pencegahan Serta Pengobatannya. Yogyakarta: Nuha Medika



Universitas
Esa Unggul



Universitas
Esa Unggul