

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : Urolithiasis (Batu Saluran Kemih)

Sub Pokok Bahasan : Pengenalan pada Urolithiasis

Sasaran : Klien dan keluarga

Hari/Tanggal : jumat, 07 januari 2018

Waktu : 20 Menit

Tempat : Ruang perawatan Lantai VI Bedah RSPAD Gatot Soebroto

A. Tujuan Penyuluhan Umum

Setelah diberi penyuluhan kesehatan selama 20 menit pada klien dan keluarga khususnya pada klien memiliki urolithiasis, diharapkan klien dan keluarga dapat memahami dan mencegah timbulnya kembali urolithiasis (batu saluran kemih), serta mampu merawat anggota keluarga dengan penyakit tersebut.

B. Tujuan Penyuluhan Khusus

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang urolithiasis diharapkan klien dan keluarga mampu :

1. Menjelaskan pengertian urolithiasis
2. Menyebutkan penyebab urolithiasis
3. Menyebutkan tanda & gejala urolithiasis
4. Menjelaskan pencegahan urolithiasis

C. Materi Penyuluhan

1. Pengertian urolithiasis
2. Penyebab urolithiasis
3. Tanda & gejala urolithiasis
4. Pencegahan urolithiasis

D. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

NO	Kegiatan Penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1	Pendahuluan a. Mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri c. Menyampaikan tujuan d. Menyampaikan kontrak waktu	Ceramah	Lisan	5 menit
2	Kegiatan inti Menjelaskan pengertian urolithiasis a. Menjelaskan penyebab urolithiasis b. Menjelaskan tanda & gejala urolithiasis	Ceramah	Leflet	10 menit

	c. Menjelaskan pencegahan urolithiasis			
3	Penutup a. Memberikan kesempatan bertanya b. Menyampaikan kesimpulan materi c. Memberi evaluasi secara lisan d. Mengucapkan salam	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Lisan	5 menit

E. Evaluasi

Prosedur : Langsung

Jenis pertanyaan : Tanya jawab

Jumlah pertanyaan : 7 pertanyaan

Waktu : 5 menit

E. Sumber

Bradero, Mary et al. (2009). *Klien dengan Urolithiasis*. Jakarta. EGC

Suharyanto dan Madjidi, 2009. *Klien dengan Urolithiasis*. Jakarta. EGC

Wijaya DKK 2013. *Faktor ekstrinsik Batu saluran kemih*. Universitas Sumatera

Utara

URAIAN MATERI

UROLITHIASIS

1. Pengertian

Urolithiasis adalah terbentuknya batu (kalkulus) dimana saja pada sistem penyalur urine, tetapi batu pada umumnya terbentuk di ginjal. Batuk mungkin terbentuk tanpa menimbulkan gejala atau kerusakan ginjal yang bermakna, hal ini terutama pada batu besar yang tersangkut pada pelvis ginjal. Makna klinis batu terletak pada kapasitasnya menghambat aliran urine atau menimbulkan trauma yang menyebabkan ulserasi dan perdarahan, pada kedua kasus ini terjadi peningkatan predisposisi infeksi bakteri (Wijaya dkk 2013).

2. Penyebab

Menurut Wijaya dkk, 2013

1. Faktor endogen : seperti faktor *genetic-familial* pada hipersistiuria, hiperkalsiuria primer dan hiperoksaluria primer.
2. Faktor eksogen : seperti faktor lingkungan, pekerjaan, makanan, infeksi, dan kejenuhan mineral dalam air minum.

Menurut Basuki 2009

1. Faktor intrinsik : Herediter (keturunan), umur (paling sering 30-50 tahun).
Jenis kelamin (lebih banyak laki-laki).
2. Faktor ekstrinsik : Geografi, iklim dan temperatur, asupan air, diet, pekerjaan.

3. Tanda & Gejala

- 1) Kolik, yaitu nyeri yang hilang timbul disertai perasaan mual dengan atau tanpa muntah. Nyeri alih yang khas ke regio inguinal. Perut kembung (ileus paralitik)
- 2) Hematuria
- 3) Pernah mengeluarkan batu kecil saat kencing
- 4) Batu nampak pada pemeriksaan pencitraan

4. Pencegahan Urolithiasis

1. Konsumsi air putih yang cukup
2. Kurangi oksalat (coklat, lada, bayam)
3. Kurangi konsumsi kafein (kopi, teh soda)
4. Kurangi konsumsi purin (otak-otak, jerowan, sarden)
5. Jangan menahan ketika ingin buang air kecil
6. Perbanyak olahraga
7. Hindari makan instan
8. Kurangi garam

KONSEP TERAPI MUSIK MUROTAL/RELIGI

1. Pengertian

Terapi musik adalah terapi yang universal dan bisa diterima oleh semua orang karena kita tidak membutuhkan kerja otak yang berat untuk menginterpretasi alunan musik. Terapi musik sangat mudah diterima organ pendengaran kita dan kemudian melalui saraf pendengaran disalurkan ke bagian otak yang memproses emosi (sistem limbik).

Terapi musik religi merupakan penggabungan antara musik dengan terapi spiritual. Pendekatan spiritual. Pendekatan spiritual dapat membantu mempercepat pemulihan atau penyembuhan klien. Penelitian Aditama (2013) tentang efek terapi baca Al-Quran.

Menurut Federasi Terapi Musik Dunia (WMFT), terapi musik adalah penggunaan musik atau elemen musik (suara, irama, melodi dan harmoni) oleh seorang terapis musik yang telah memenuhi kualifikasi, meningkatkan relasi interpersonal, belajar, meningkatkan mobilitas, mengungkapkan ekspresi, menata diri atau untuk mencapai berbagai tujuan terapi lainnya (Utomo, 2013).

2. Jenis-jenis terapi musik

Seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi juga semakin meningkatnya jenis-jenis musik seperti musik religi, rock, country, jazz, barok, klasik, dll. Sebagian musik ini dapat digunakan untuk merangsang kecerdasan walau demikian bukan berarti musik lain tidak berpengaruh sama sekali (Abdurrasyid 2013). Jenis musik yang sudah dapat meningkatkan kecerdasan adalah :

a. Musik klasik

Musik klasik disebut juga dengan dampak mozart yaitu teori yang menyatakan bahwa dengan memperdengarkan musik klasik kepada bayi ketika masih dalam kandungan, setelah lahir dan tumbuh besar, dan ketika bersekolah akan menjadi anak-anak yang cerdas. Secara umum, beberapa musik klasik dianggap memiliki dampak psikotik yang menimbulkan kesan rileks, santai, cenderung membuat detak nadi bersifat konstan, memberi dampak menenangkan dan menurunkan strezz (Fauzi 2007).

b. Musik Barok

Musik jenis ini dapat menimbulkan rasa tenang dan nyaman, membangkitkan suasana yang positif dalam bermain musik jenis ini cenderung mendorong untuk berani bereksplorasi dalam suasana yang menggembirakan.

c. Musik *nature sounds*

Musik ini bukan merupakan bagian dari musik klasik. Musik jenis ini justru merupakan temuan baru akibat modernisasi teknologi rekaman suara. Nature

sound music merupakan bentuk integratif musik klasik dengan suara-suara alam. (Abdurrasyid, 2013).

Terapi musik yang efektif menggunakan musik dengan komposisi yang tepat anatara berat, ritme dan harmony yang disesuaikan dengan tujuan dilakukannya terapi musik. Jadi memang terapi musik yang efektif tidak bisa menggunakan sembarang musik. Ada dua macam metode terapi music, yaitu :

1) Terapi Musik Aktif

Dalam terapi musik aktif pasien diajak bernyanyi, belajar main menggunakan alat musik, menirukan nada-nada, bahkan membuat lagu singkat. Dengan kata lain pasien bberinteraksi aktif dengan dunia musik. Untuk melakukan terapi musik aktif tentu saja dibutuhkan bimbingan seorang pakar terapi musik yang kompeten.

2) Terapi Musik Pasif

Ini adalah terapi musik yang murah, mudah dan efektif. Pasien tinggal mendengarkan dan menghayati suatu alunan musik tertentu yang disesuaikan dengan masalahnya. Hal terpenting dalam terapi musik pasif adalah pemilihan jenis musik harus tepat dengan kebutuhan pasien. Oleh karena itu, ada banyak sekali jenis CD terapi musik yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan pasien.

3. Manfaat terapi musik

Musik dapat menyentuh individu baik fisik, psikososial dan spiritual (Campbell, 2007). Ada banyak sekali manfaat terapi musik, menurut para pakar terapi musik memiliki beberapa manfaat utama, yaitu :

1) Relaksasi, Mengistirahatkan Tubuh dan Pikiran

Manfaat yang pasti dirasakan setelah melakukan terapi musik adalah perasaan rileks, tubuh lebih bertenaga dan pikiran lebih fresh. Terapi musik memberikan kesempatan bagi tubuh dan pikiran untuk mengalami relaksasi yang sempurna. Dalam kondisi relaksasi (istirahat) yang sempurna itu, seluruh sel dalam tubuh akan mengalami reproduksi, penyembuhan alami berlangsung, produksi hormon tubuh diseimbangkan dan pikiran mengalami penyegaran.

2) Meningkatkan Kecerdasan

Sebuah efek terapi musik yang bisa meningkatkan intelegnsia seseorang disebut efek Mozart.

3) Meningkatkan Motivasi

Motivasi adalah hal yang hanya bisa dilahirkan dengan perasaan dan mood tertentu. Apabila ada motivasi, semangat pun akan muncul dan segala kegiatan bisa dilakukan. Begitu juga sebaliknya, jika motivasi terbelenggu, maka semangat pun menjadi luruh, lemas, tak ada tenaga untuk beraktivitas. Dari hasil penelitian, ternyata jenis musik tertentu bisa meningkatkan motivasi, semangat dan meningkatkan level energi seseorang.

4) Pengembangan Diri

Musik ternyata sangat berpengaruh terhadap pengembangan diri seseorang. Musik yang didengarkan seseorang juga bisa menentukan kualitas pribadi seseorang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang punya masalah perasaan, biasanya cenderung mendengarkan musik yang sesuai dengan perasaannya. Misalnya orang yang putus cinta, mendengarkan musik atau lagu bertema putus cinta atau sakit hati. Dan hasilnya adalah masalahnya menjadi musik yang memotivasi, dalam beberapa hari masalah perasaan bisa hilang dengan sendirinya atau berkurang sangat banyak. Seseorang bisa mempunyai kepribadian yang diinginkan dengan cara mendengarkan jenis musik yang tepat.

5) Meningkatkan Kemampuan Mengingat

Terapi musik bisa meningkatkan daya ingat dan mencegah kepikunan. Hal ini bisa terjadi karena bagian otak yang memproses musik terletak berdekatan dengan memori. Sehingga ketika seseorang melatih otak dengan terapi musik, maka secara otomatis memorinya juga ikut terlatih.

6) Mengurangi Rasa Sakit

Musik bekerja pada sistem saraf otonom yaitu bagian sistem saraf yang bertanggung jawab mengontrol tekanan darah, denyut jantung dan fungsi otak, yang mengontrol perasaan dan emosi. Menurut penelitian, kedua sistem tersebut bereaksi sensitif terhadap musik. Ketika kita merasa sakit, kita menjadi takut, frustrasi dan marah yang membuat kita menengangkan otot-otot tubuh, hasilnya rasa sakit menjadi semakin parah. Mendengarkan

musik secara teratur membantu tubuh rileks secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit.

7) Menyeimbangkan Tubuh

Menurut penelitian para ahli, stimulasi musik membantu menyeimbangkan organ keseimbangan yang terdapat di telinga dan otak

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan	: Urolithiasis (Batu Saluran Kemih)
Sub Pokok Bahasan	: Pengenalan pada Urolithiasis
Sasaran	: Klien dan keluarga
Hari/Tanggal	: jumat, 07 januari 2018
Waktu	: 20 Menit
Tempat	: Ruang perawatan Lantai VI Bedah RSPAD Gatot Soebroto

F. Tujuan Penyuluhan Umum

Setelah diberi penyuluhan kesehatan selama 20 menit pada klien dan keluarga khususnya pada klien memiliki urolithiasis, diharapkan klien dan keluarga dapat memahami dan mencegah timbulnya kembali urolithiasis (batu saluran kemih), serta mampu merawat anggota keluarga dengan penyakit tersebut.

G. Tujuan Penyuluhan Khusus

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang urolithiasis diharapkan klien dan keluarga mampu :

5. Menjelaskan pengertian urolithiasis
6. Menyebutkan penyebab urolithiasis
7. Menyebutkan tanda & gejala urolithiasis
8. Menjelaskan pencegahan urolithiasis

H. Materi Penyuluhan

1. Pengertian urolithiasis
2. Penyebab urolithiasis
3. Tanda & gejala urolithiasis
4. Pencegahan urolithiasis

D. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

NO	Kegiatan Penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1	Pendahuluan e. Mengucapkan salam f. Memperkenalkan diri g. Menyampaikan tujuan h. Menyampaikan kontrak waktu	Ceramah	Lisan	5 menit
2	Kegiatan inti Menjelaskan pengertian urolithiasis d. Menjelaskan penyebab urolithiasis e. Menjelaskan tanda & gejala urolithiasis f. Menjelaskan pencegahan	Ceramah	Leflet	10 menit

	urolithiasis			
3	Penutup e. Memberikan kesempatan bertanya f. Menyampaikan kesimpulan materi g. Memberi evaluasi secara lisan h. Mengucapkan salam	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Lisan	5 menit

E. Evaluasi

Prosedur : Langsung

Jenis pertanyaan : Tanya jawab

Jumlah pertanyaan : 7 pertanyaan

Waktu : 5 menit

F. Sumber

Bradero, Mary et al. (2009). *Klien dengan Urolithiasis*. Jakarta. EGC

Suharyanto dan Madjidi, 2009. *Klien dengan Urolithiasis*. Jakarta. EGC

Wijaya DKK 2013. *Faktor ekstrinsik Batu saluran kemih*. Universitas Sumatera Utara

URAIAN MATERI

UROLITHIASIS

1. Pengertian

Urolithiasis adalah terbentuknya batu (kalkulus) dimana saja pada sistem penyalur urine, tetapi batu pada umumnya terbentuk di ginjal. Batuk mungkin terbentuk tanpa menimbulkan gejala atau kerusakan ginjal yang bermakna, hal ini terutama pada batu besar yang tersangkut pada pelvis ginjal. Makna klinis batu terletak pada kapasitasnya menghambat aliran urine atau menimbulkan trauma yang menyebabkan ulserasi dan perdarahan, pada kedua kasus ini terjadi peningkatan predisposisi infeksi bakteri (Wijaya dkk 2013).

2. Penyebab

Menurut Wijaya dkk, 2013

3. Faktor endogen : seperti faktor *genetic-familial* pada hipersistiuria, hiperkalsiuria primer dan hiperoksaluria primer.
4. Faktor eksogen : seperti faktor lingkungan, pekerjaan, makanan, infeksi, dan kejenuhan mineral dalam air minum.

Menurut Basuki 2009

3. Faktor intrinsik : Herediter (keturunan), umur (paling sering 30-50 tahun).
Jenis kelamin (lebih banyak laki-laki).
4. Faktor ekstrinsik : Geografi, iklim dan temperatur, asupan air, diet, pekerjaan

3. Tanda & Gejala

- 1) Kolik, yaitu nyeri yang hilang timbul disertai perasaan mual dengan atau tanpa muntah. Nyeri alih yang khas ke regio inguinal. Perut kembung (ileus paralitik)
- 2) Hematuria
- 3) Pernah mengeluarkan batu kecil saat kencing
- 4) Batu nampak pada pemeriksaan pencitraan

4. Pencegahan Urolithiasis

- 1) Konsumsi air putih yang cukup
- 2) Kurangi oksalat (coklat, lada, bayam)
- 3) Kurangi konsumsi kafein (kopi, teh soda)
- 4) Kurangi konsumsi purin (otak-otak, jerowan, sarden)
- 5) Jangan menahan ketika ingin buang air kecil
- 6) Perbanyak olahraga
- 7) Hindari makan instan
- 8) Kurangi garam