SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : Ambulansi Dini

Sub Pokok Bahasan : Alat Bantu Jalan

Sasaran : Klien dan Keluarga dengan masalah Fraktur Ekstremitas

Hari/Tanggal : Menyesuaikan Kondisi Klien dan Keluarga

Waktu : 30 menit

Tempat : Ruang Bedah Lantai 5 RSPAD Gatot Soebroto

Penyuluh : Yasinta Asan, S.Kep

A. Tujuan Umum

Setelah dilakukan penyuluhan tentang alat bantu jalan selama 30 menit diharapkan pengetahuan klien dan keluarga dengan masalah fraktur ekstremitas tentang alat bantu jalan meningkat.

B. Tujuan Khusus

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai alat bantu jalan selama 30 menit, diharapkan peserta penyuluhan kesehatan mampu :

1. Menjelaskan kembali pengertian Alat bantu jalan
2. Menyebutkan kembali macam-macam alat bantu jalan
3. Menyebutkan kembali cara menggunakan alat bantu jalan

C. Materi Penyuluhan (terlampir) :

1. Pengertian Alat bantu jalan
2. Macam-macam alat bantu jalan
3. Cara menggunakan alat bantu jalan

D. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

NO	Kegiatan penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1	**Pendahuluan** a. Memberi salam b. Menyampaikan perkenalan c. Menyampaikan tujuan d. Kontrak waktu e. Mengajukan pertanyaan apersepsi	Ceramah	Lisan	5 menit
2	**Kegiatan inti** a. Menjelaskan alat bantu jalan b. Menyebutkan macam-macam alat bantu jalan c. Menyebutkan cara menggunakan alat bantu jalan.	▪ Ceramah ▪ Diskusi	▪ Lisan	20 menit
3	**Penutup** a. Memberikan kesempatan bertanya b. Menjawab pertanyaan peserta c. Mengajukan pertanyaan d. Menyampaikan kesimpulan e. Menyampaikan salam penutup	▪ Ceramah ▪ Diskusi	▪ Lisan	5 menit

E. Evaluasi

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

F. Sumber

Brunner & Suddarth. 2008. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC.

Kozier, Barbara et.al. 2010 Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis Kozier & ERB, Edisi 5. Jakarta : EGC.

Suratun et.al. 2008. Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal. Jakarta : EGC.

MATERI PENYULUHAN

A. Pengertian Ambulasi Dini

Alat bantu jalan merupakan sebuah alat yang dipergunakan untuk memudahkan klien dalam berjalan agar terhindar dari resiko cidera dan juga menurunkan ketergantungan pada orang lain.

Alat bantu jalan pasien adalah alat bantu jalan yang digunakan pada penderita/pasien yang mengalami penurunan kekuatan otot dan patah tulang pada anggota gerak bawah serta gangguan keseimbangan.

B. Macam-macam Alat Bantu Jalan

1. Kruk Axila
2. Tongkat
3. Walker Kruk
4. Kursi roda

C. Cara Penggunaan Alat Bantu Jalan

1. Kruk

   Kruk yaitu tongkat/ alat bantu untuk berjalan, biasanya digunakan secara ber-pasangan yang diciptakan untuk mengatur keseimbangan pada saat akan berjalan.

   Tujuan

   Meningkatkan kekuatan otot, pergerakan sendi dan kemampuan mobilisasi

   Menurunkan resiko komplikasi dari mobilisasi

   Menurunkan ketergantungan pasien dan orang lain

   Meningkatkan rasa percaya diri klien

Indikasi :

Pasien dengan fraktur ekstremitas bawah.

Pasien dengan postop amputasi ekstremitas bawah.

Pasien dengan kelemahan kaki / post stroke.

Cara menggunakan :

CARA NAIK

Lakukan posisi tiga titik

Bebankan berat badan pada kruk

Julurkan tungkai yang tidak sakit antara kruk dan anak tangga

Pindahkan beban berat badan dari kruk ketungkai yang tidak sakit

Luruskan kedua kruk dengan kaki yang tidak sakit diatas anak tangga

CARA TURUN

Bebankan berat badan pada kaki yang tidak sakit

Letakkan kruk pada anak tangga dan mulai memindahkan berat badan pada kruk, gerakkan kaki yang sakit kedepan.

Luruskan kaki yang tidak sakit pada anak tangga dengan kruk

Ajarkan klien tentang cara duduk di kursi dancara beranjakdari kursi.

CARA DUDUK

Klien diposisi tengah depan kursi dengan aspek posterior kaki menyentuh kursi

Klien memegang kedua kruk dengan tangan berlawanan dengan tungkai yang sakit.

Jika kedua tungkai sakit kruk ditahan dan pegang pada tangan klien yang lebih kuat

Klien meraih tangan kursi dengan tangan yang lain dan merendahk an tubuh kekursi.

CARA BANGUN

Lakukan tiga langkah di atas dalam urutan sebaliknya.

Cuci tangan

Gambar. Kruk

2. Tongkat

Tongkat adalah alat yang ringan, dapat dipindahkan, setinggi pinggang dan terbuat dari kayu atau logam (Barbara et.al, 2009).

Tipe tongkat:

Tongkat standar yang berbentuk lurus, tongkat standar mempunyai panjang 91 cm..

Tongkat kaki tiga.

Tongkat kaki empat.

Persyaratan tongkat meliputi (Suratun, 2008):

Ujung tongkat yang mengenai lantai diberi karet setebal 3,75 cm untuk memberi stabilitas optimal pada klien.

Ukuran tongkat setinggi pangkal paha

Siku klien dapat defleksi (pembelokan) diatas tongkat

Tujuan mobilisasi :

Mempertahankan tonus otot

Meningkatkan peristaltik usus sehingga mencegah obstipasi.

Memperlancar peredaran darah.

Mempertahankan fungsi tubuh.

Mengembalikan pada aktivitas semula

Gambar. Tongkat

3. **Walker Kruk**

Walker ditujukan bagi klien yang membutuhkan lebih banyak bantuan dari yang bisa diberikan oleh tongkat. Tipe standar walker terbuat dari alumunium yang telah dihaluskan. Walker mempunyai empat kaki dengan ujung dilapisi karet dan pegangan tangan yang dilapisi plastik. Walker standar membutuhkan kekuatan parsial pada kedua tangan dan pergelanga tangan; ekstensor siku yang kuat, dan depresor bahu yang kuat pula. Selainitu klien juga harus mampu menahan setengah berat badan pada kedua tungkai.

Perawat mungkin harus menyesuaikan tinggi walker sehingga penyangga tangan berada dibawah pinggang klien dan siku klien agak fleksi. Walker yang terlalu rendah dapat menyebabkan klien membungkuk,

sementara yang terlalu tinggi dapat membuat klien tidak dapat meluruskan lengannya.

Cara penggunaan walker kruk:

Ketika klien membutuhkan bantuan maksimal.

Gerakkan walker kedepan kira-kira 15cm sementara berat badan bertumpu pada kedua tungkai.

Kemudian gerakkan kaki kanan hingga mendekakti walker sementara berat badan dibebankan pada tungkai kiri dan kedua tangan.

Selanjutnya, gerakkan kaki kiri hingga mendekati kaki kanan sementara berat badan bertumpu pada tungkai kanan dan kedua lengan.

Jika salah satu tungkai klien lemah.

Gerakkan tungkai yang lemah kedepan secara bersamaan sekitar 15 cm (6 inchi).

sementara berat badan bertumpu pada tungkai yang kuat.

Kemudian, gerakkan tungkai yang lebih kuat ke depan sementara beratbadan bertumpu pada tungkai lemah dan kedua lengan.

Gambar. Walker Kruk

4. Kursi Roda

Indikasi penggunaan kursi roda:

Paraplegia

Tidak dapat berjalan atau tirah baring

Pada pelaksanaan prosedur tindakan, misal klien akan foto rontgen

Pasca amputasi kedua kaki.

Hal-hal yang harus diperhatikan:

Tentukan ukuran tubuh klien

Tentukan kemampuan klien intuk mengikuti perintah.

Kekuatan otot dan pergerakan sendi klien,

Adanya paralisis.

Gambar. Kursi Roda

EVALUASI

PERTANYAAN

1. Sebutkan macam-macam alat bantu jalan?

2. Sebutkan cara penggunaan kruk ?

3. Sebutkan cara penggunaan walker kruk?

JAWABAN:

1. Macam-macam alat bantu jalan :

a. Kruk Axila

b. Tongkat

c. Walker Kruk

d. Kursi roda

2. Cara menggunakan kruk :

CARA NAIK

Lakukan posisi tiga titik

Bebankan berat badan pada kruk

Julurkan tungkai yang tidak sakit antara kruk dan anak tangga

Pindahkan beban berat badan dari kruk ketungkai yang tidak sakit

Luruskan kedua kruk dengan kaki yang tidak sakit diatas anak tangga

CARA TURUN

Bebankan berat badan pada kaki yang tidak sakit

Letakkan kruk pada anak tangga dan mulai memindahkan berat badan pada kruk, gerakkan kaki yang sakit kedepan.

Luruskan kaki yang tidak sakit pada anak tangga dengan kruk

Ajarkan klien tentang cara duduk di kursi dancara beranjakdari kursi.

CARA DUDUK

Klien diposisi tengah depan kursi dengan aspek posterior kaki menyentuh kursi

Klien memegang kedua kruk dengan tangan berlawanan dengan tungkai yang sakit. Jika kedua tungkai sakit kruk ditahan dan pegang pada tangan klien yang

lebih kuat.

Klien meraih tangan kursi dengan tangan yang lain dan merendahkan tubuh kekursi

CARA BANGUN

Lakukan tiga langkah di atas dalam urutan sebaliknya.

Cuci tangan

Cara menggunakan walker kruk

Gerakkan walker kedepan kira-kira 15cm sementara berat badan bertumpu pada kedua tungkai\

Kemudian gerakkan kaki kanan hingga mendekakti walker sementara berat badan dibebankan pada tungkai kiri dan kedua tangan.

Selanjutnya, gerakkan kaki kiri hingga mendekati kaki kanan sementara berat

badan bertumpu pada tungkai kanan dan kedua lengan.

PENGERTIAN

Alat bantu jalan pasien adalah alat bantu jalan yang digunakan pada penderita/pasien yang mengalami penurunan kekuatan otot dan patah tulang pada anggota gerak bawah serta gangguan keseimbangan.

MACAM-MACAM ALAT BANTU JALAN

1. Kruk Axila
2. Tongkat
3. Walker Kruk
4. Kursi roda

CARA PENGGUNAAN ALAT BANTU JALAN

1. Kruk

Kruk yaitu tongkat/ alat bantu untuk berjalan, biasanya digunakan secara ber-pasangan yang diciptakan untuk mengatur keseimbangan pada saat akan berjalan.

Indikasi :

Pasien dengan fraktur ekstremitas bawah.

Pasien dengan postop amputasi ekstremitas bawah.

Pasien dengan kelemahan kaki / post stroke.

CARA NAIK

Lakukan posisi tiga titik
Bebankan berat badan pada kruk
Julurkan tungkai yang tidak sakit antara kruk dan anak tangga
Pindahkan beban berat badan dari kruk ketungkai yang tidak sakit
Luruskan kedua kruk dengan kaki yang tidak sakit diatas anak tangga.

CARA TURUN

Bebankan berat badan pada kaki yang tidak sakit
Letakkan kruk pada anak tangga dan mulai memindahkan berat badan pada kruk, gerakkan kaki yang sakit kedepan.
Luruskan kaki yang tidak sakit pada anak tangga dengan kruk
Ajarkan klien tentang cara duduk di kursi dancara beranjakdari kursi.

CARA DUDUK

Klien diposisi tengah depan kursi dengan aspek posterior kaki menyentuh kursi
Klien memegang kedua kruk dengan tangan berlawanan dengan tungkai yang sakit. Jika kedua tungkai sakit kruk ditahan dan pegang pada tangan klien yang lebih kuat
Klien meraih tangan kursi dengan tangan yang lain dan merendahk an tubuh kekursi.

CARA BANGUN

Lakukan tiga langkah di atas dalam urutan sebaliknya.

Tongkat

Tongkat adalah alat yang ringan, dapat dipindahkan, setinggi pinggang dan terbuat dari kayu atau logam.

Tujuan Mobilisasi :

Mempertahankan tonus otot Meningkatkan peristaltik usus sehingga mencegah obstipasi. Memperlancar peredaran darah.Mempertahankan fungsi tubuh.Mengembalikan pada aktivitas semula

Walker Kruk

Walker ditujukan bagi klien yang membutuhkan lebih banyak bantuan dari yang bisa diberikan oleh tongkat

Cara Penggunaan Walker Kruk :

Ketika klien membutuhkan bantuan maksimal.Gerakkan walker kedepan kira-kira 15cm sementara berat badan bertumpu pada kedua tungkai.Kemudian gerakkan kaki kanan hingga mendekakti walker sementara berat badan dibebankan pada tungkai kiri dan kedua tangan.

Selanjutnya, gerakkan kaki kiri hingga mendekati kaki kanan sementara berat badan bertumpu pada tungkai kanan dan kedua lengan.

Jika salah satu tungkai klien lemah. Gerakkan tungkai yang lemah kedepan secara bersamaan sekitar 15 cm (6 inchi).
sementara berat badan bertumpu pada tungkai yang kuat.

Kemudian, gerakkan tungkai yang lebih kuat ke depan sementara beratbadan bertumpu pada tungkai lemah dan kedua lengan.

ALAT BANTU JALAN

Progam studi profesi Ners

Fakultas ilmu-ilmu kesehtan

Universitas esa unggul

2018