

Lampiran 1

Format Pengkajian

FORMAT ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA

PENGKAJIAN TAHAP I

B. Data Umum Keluarga

1. Nama kepala keluarga :
2. Umur :
3. Agama :
4. Alamat :
5. Komposisi keluarga :

No	Nama	Umur	JK	Hub. Dengan KK	Pekerjaan	Pendidikan	Status kesehatan

Genogram keluarga

Keterangan:

☐ = laki-laki

☐ = perempuan

☐ X = meninggal

☐ ↗, K = Klien/sakit

----- = Tinggal serumah

1. Tipe keluarga
2. Suku bangsa
3. Agama
4. Status sosial ekonomi dan keluarga
5. Aktivitas-aktivitas rekreasi keluarga

B. Riwayat dan tahap perkembangan keluarga

6. Tahap perkembangan keluarga saat ini
 7. Tugas perkembangan keluarga yang belum terpenuhi
 8. Riwayat kesehatan keluarga inti
 - a. Riwayat Penyakit Keturunan
 - b. Riwayat Kesehatan masing-masing keluarga saat ini
 - c. Perhatian terhadap pencegahan penyakit
 9. Riwayat Kesehatan Sebelumnya

A. Pengkajian lingkungan

10. Karakteristik rumah
 - Gambar denah rumah
11. Karakteristik Tetangga dan Komunitas
12. Mobilitas Geografis Keluarga
13. Perkumpulan Keluarga dan Interaksi dengan masyarakat
14. Sistem Pendukung Keluarga

B. Struktur Keluarga

- 20. Pola komunikasi Keluarga
- 21. Struktur Kekuatan Keluarga
- 22. Nilai atau norma keluarga
- 23. Struktur Peran Masing-masing Anggota Keluarga

- a. Peran formal
- b. Peran Informal

C. Fungsi Keluarga

- a. Fungsi Afektif
- b. Fungsi Sosialisasi
- c. Fungsi Perawatan Kesehatan

F. Stress dan Koping Keluarga

C. Pemeriksaan fisik

D. Harapan keluarga terhadap petugas kesehatan

I. PENGKAJIAN TAHAP II

1. Mengenal Masalah Kesehatan
2. Mengambil Keputusan Mengenai Tindakan Kesehatan
3. Kemampuan Merawat Anggota Keluarga yang Sakit
4. Kemampuan Keluarga Memelihara/Memodifikasi Lingkungan Rumah yang Sehat
5. Kemampuan Menggunakan Fasilitas Pelayanan Kesehatan

II. PERENCANAAN ASKEP KELUARGA

A. Analisa data

No.	Data pokok	Etiologi	Masalah
1	-		

B. Scoring masalah keperawatan

Masalah Keperawatan Ketidakstabilan Glukosa Darah

No	Kriteria	Perhitungan	Bobot	Justifikasi
1				
2.				
3.				
4.				

C. Prioritas diagnosa keperawatan

D. Perencanaan askep keluarga

Dx Keperawatan	Tujuan	Intervensi
		-

E. Implementasi

Dx Keperawatan	Hari/Tanggal/Jam	Implementasi	Evaluasi
			-

F. Catatan Perkembangan

Dx Keperawatan	Hari/Tanggal/Jam	Hasil	Paraf
			-

Lampiran 2

Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam kegiatan Asuhan Keperawatan pada Tn. U Pasien Konstipasi melalui Inovasi Konsumsi *Carica papaya L.* untuk Menurunkan Konstipasi di Desa Cidolog.

Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur pelaksanaan, serta hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan ini. Saya memahami bahwa:

1. Keikutsertaan saya bersifat sukarela dan tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun.
2. Saya berhak menolak atau menghentikan keikutsertaan kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.
3. Data dan informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan pendidikan, ilmiah, serta penyusunan karya tulis.
4. Pelaksanaan kegiatan ini tidak akan merugikan saya baik secara fisik maupun psikologis.

Dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun, saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam kegiatan tersebut.

Cidolog, 05 Mei 2026


Responden

Lampiran 3

SOP Pemberian *Carica Papaya L.*

Pengertian	:	Pemberian <i>Carica papaya L.</i> (pepaya) merupakan intervensi non-farmakologis berupa konsumsi buah tinggi serat dan enzim papain yang bertujuan membantu melancarkan sistem pencernaan dan mengatasi konstipasi.
Tujuan	:	1. Meningkatkan frekuensi buang air besar (BAB). 2. Melunakkan konsistensi feses. 3. Mengurangi ketidaknyamanan akibat konstipasi. 4. Mendukung terapi keperawatan secara alami dan aman.
Indikasi	:	1. Pasien dengan konstipasi (BAB < 3 kali/minggu). 2. Feses keras dan sulit dikeluarkan. 3. Pasien dengan asupan serat rendah. 4. Pasien tanpa gangguan pencernaan berat.
Kontraindikasi	:	1. Alergi terhadap pepaya. 2. Diare atau gangguan gastrointestinal akut. 3. Pasien dengan kondisi medis tertentu (misalnya obstruksi usus). 4. Pasien dengan diet khusus yang melarang konsumsi buah tertentu.
Alat dan Bahan	:	1. Buah <i>Carica papaya L.</i> matang ($\pm 100\text{--}200$ gram). 2. Pisau dan talenan. 3. Sendok atau garpu. 4. Piring atau mangkuk saji. 5. Air matang (opsional untuk mencuci).
Pelaksanaan	:	A. Tahap Persiapan 1. Cuci tangan sesuai prosedur. 2. Jelaskan tindakan kepada pasien.

		3. Siapkan alat dan bahan. 4. Pastikan pasien tidak memiliki kontraindikasi. B. Tahap Pembuatan <i>Carica Papaya L</i> 1. Cuci buah pepaya hingga bersih. 2. Kupas kulit pepaya. 3. Potong menjadi ukuran kecil ($\pm 2-3$ cm). 4. Sajikan dalam piring/mangkuk. 5. Pastikan kebersihan dan kualitas buah C. Tahap Penggunaan 1. Anjurkan pasien mengonsumsi pepaya $\pm 100-200$ gram/hari. 2. Konsumsi dapat dilakukan 1-2 kali sehari (pagi dan/atau sore). 3. Anjurkan minum air putih yang cukup. 4. Observasi respon pasien terhadap konsumsi. 5. Edukasi pasien untuk konsumsi rutin selama beberapa hari.
Evaluasi	:	1. Frekuensi BAB meningkat. 2. Konsistensi feses lebih lunak. 3. Pasien tidak mengeluh nyeri saat BAB. 4. Tidak terjadi efek samping (misalnya diare).
Dokumentasi	:	1. Catat waktu dan jumlah pemberian pepaya. 2. Catat respon pasien. 3. Dokumentasikan perubahan pola BAB. 4. Tulis dalam catatan asuhan keperawatan.
Sumber	:	Anggraini, D., & Candrawati, M. S. (2022). Pengaruh konsumsi buah pepaya (<i>Carica papaya</i>) terhadap kejadian konstipasi pada lansia. <i>Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro</i>, 5(1), 53–57.

	Kumar, D., Singh, A., & Kaur, G. (2015). <i>A review on medicinal properties of Carica papaya Linn. Asian Pacific Journal of Tropical Disease</i>, 5(1), 1–6. Rahmat, A., et al. (2021). <i>Nutraceutical value of Carica papaya: A review. Scientific African</i>, 13, e00933. Saeed, F., Arshad, M. U., Pasha, I., Naz, R., Batool, R., Khan, A. A., Nasir, M. A., & Shafique, B. (2014). <i>Nutritional and phyto-therapeutic potential of papaya (Carica papaya Linn.): An overview. International Journal of Food Properties</i>, 17(7), 1637–1653.
--	---

Lampiran 4

Lefleat

APA ITU KONSTIPASI?

Konstipasi (sembelit) adalah kondisi sulit buang air besar dengan frekuensi kurang dari 3 kali dalam seminggu, feses keras, dan perlu mengejan. Konstipasi sering terjadi pada lansia.



TANDA & GEJALA KONSTIPASI

 BAB < 3 kali/minggu
  Feses keras dan kering
  Mengejan saat BAB
  Perut terasa penuh/kembung
  Tidak nyaman di perut

PENYEBAB KONSTIPASI PADA LANSIA

 Kurang minum air putih
  Kurang konsumsi serat (buah & sayur)
  Kurang aktivitas fisik
  Efek samping obat-obatan
  Perubahan fungsi usus seiring bertambahnya usia

KOMPLIKASI KONSTIPASI

- Wasir (ambeien)
- Nyeri perut
- Feses menumpuk di usus besar
- Risiko tersedak feses (pada kasus berat)

 Lebih baik mencegah daripada mengobati. Jaga pola makan, minum, dan aktivitas setiap hari!

MANFAAT CARICA PAPAYA L.

- Mengandung serat tinggi yang membantu melancarkan BAB
- Mengandung enzim papain yang membantu pencernaan
- Kaya akan air, vitamin, dan mineral
- Aman, alami, dan baik untuk lansia



CARA MENGONSUMSI PEPAYA

- Konsumsi 1–2 potong pepaya matang (sekitar 100–150 gram) setiap hari
- Dapat dimakan langsung atau dibuat jus tanpa gula
- Ide waktu konsumsi: pagi hari atau setelah makan malam



PENCEGAHAN KONSTIPASI

 Minum air putih 6–8 gelas/hari
  Konsumsi makanan tinggi serat
  Aktivitas fisik rutin (jalan kaki) 15–30 menit/hari
  Biasakan BAB teratur, jangan menahan BAB

PENANGAHAN KONSTIPASI SECARA MANDIRI

- Perbanyak minum air putih.
- Perbanyak sayur, buah, dan makanan berserat.
- Konsumsi pepaya setiap hari.
- Lakukan aktivitas fisik secara teratur.
- Jika konstipasi tidak membaik dalam 3–5 hari atau disertai nyeri hebat, segera konsultasi ke tenaga kesehatan.



“ Usus sehat membuat tubuh segar, hidup lebih nyaman dan berkualitas. ”

CEGAH & ATASI KONSTIPASI PADA LANSIA

DENGAN KONSUMSI CARICA PAPAYA L.



“Perut Sehat, BAB Lancar, Hidup Nyaman”

Disusun oleh :
KHAYLLA NUR FADILLAH
 NIM. 1490125066

Lampiran 5

Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) PENYAKIT KONSTIPASI

I. Pengantar

Topik : Pencegahan dan Penanganan Konstipasi pada Lansia

Sasaran : Tn. U dan Keluarga

Hari/Tanggal : Senin, 11 Mei 2026

Waktu/Jam : 30 menit

Tempat : Rumah Tn. U

II. Tujuan umum

Setelah mengikuti penyuluhan, pasien dan keluarga mampu memahami dan menerapkan penanganan konstipasi secara mandiri melalui pola hidup sehat dan konsumsi *Carica papaya L.*

III. Tujuan Intruksional Khusus

Setelah diberikan penyuluhan, peserta mampu:

- a. Menjelaskan pengertian konstipasi
- b. Menyebutkan tanda dan gejala konstipasi
- c. Menjelaskan penyebab konstipasi pada lansia
- d. Menjelaskan pentingnya pola hidup sehat (cairan, serat, aktivitas)
- e. Menjelaskan manfaat konsumsi *Carica papaya L.*
- f. Menjelaskan cara penanganan konstipasi nonfarmakologis
- g. mempraktikkan pencegahan konstipasi secara mandiri

IV. Materi

- a. Pengertian konstipasi
- b. Tanda dan gejala konstipasi
- c. Penyebab konstipasi pada Tn. U (kurang cairan, kurang serat, kurang aktivitas)
- d. Pencegahan konstipasi

- e. Manfaat konsumsi *Carica papaya L.*
- f. Penanganan konstipasi nonfarmakologis
- g. Praktik pencegahan konstipasi

V. **Demonstrasi**

Kegiatan Penyuluh:

- a. Menjelaskan pentingnya konsumsi air minimal 6–8 gelas/hari
- b. Menunjukkan contoh makanan tinggi serat (buah, sayur, pepaya)
- c. Menjelaskan manfaat konsumsi pepaya (*Carica papaya L.*)
- d. Membimbing latihan aktivitas ringan (jalan kaki)
- e. Menjelaskan kebiasaan BAB yang benar (tidak menahan)
- f. Mengobservasi respon pasien
- g. Memberikan edukasi perawatan mandiri di rumah

Kegiatan Peserta:

- a. Memperhatikan penjelasan
- b. Menyebutkan makanan sehat
- c. mempraktikkan aktivitas ringan
- d. Mengikuti arahan
- e. Bertanya
- f. Mengungkapkan kondisi yang dirasakan

VI. **Metode**

- 1. Ceramah
- 2. Tanya jawab

VII. **Media**

- 1. Leaflet
- 2. Contoh buah (pepaya)

VIII. **Kegiatan Penyuluhan**

No.	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	5 menit	Pembukaan Pembukaan	- Menjawab salam

		- Salam - Perkenalan - Tujuan	- Mendengarkan
2.	20 menit	Pelaksanaan Pengertian konstipasi - Tanda gejala - Penyebab pada Tn. U - Pencegahan - Konsumsi pepaya - Praktik	- Mendengarkan - Memperhatikan
3.	5 menit	Evaluasi - Tanya jawab - Klarifikasi	- Bertanya - Menjawab
4.	5 menit	Terminasi - Kesimpulan - Salam	- Mendengarkan

IX. Peran Dan Tugas Tim Penyuluh

Khaylla Nur Fadillah

X. Evaluasi

A. Evaluasi Struktur

1. Media tersedia
2. Peserta hadir
3. Tempat kondusif

B. Evaluasi Proses

1. Peserta mengikuti kegiatan
2. Peserta aktif
3. Peserta memahami

C. Evaluasi Hasil

Peserta mampu:

1. Menjelaskan konstipasi
2. Menyebutkan gejala
3. Menjelaskan penyebab
4. Menjelaskan pencegahan
5. Menyebutkan manfaat pepaya
6. mempraktikkan perawatan mandiri

MATERI PENYULUHAN

a. Pengertian Konstipasi

Konstipasi adalah kondisi sulit buang air besar, dengan frekuensi kurang dari 3 kali/minggu dan feses keras.

b. Tanda dan Gejala Konstipasi

1. BAB 1x/minggu
2. Feses keras
3. Mengejan saat BAB
4. Perut terasa penuh
5. Abdomen distensi

c. Penyebab Konstipasi pada Kasus

1. Jarang minum air
2. Jarang makan buah dan sayur
3. Kurang aktivitas (lebih banyak duduk)

d. Pencegahan Konstipasi

1. Minum air 6–8 gelas/hari
2. Makan makanan tinggi serat
3. Aktivitas fisik (jalan kaki)
4. Tidak menahan BAB

e. Manfaat *Carica papaya L.*

1. Mengandung serat → melancarkan BAB

2. Mengandung air → melunakkan feses
 3. Mengandung enzim papain → membantu pencernaan
- f. Penanganan Konstipasi
1. Minum cukup
 2. Makan pepaya rutin
 3. Aktivitas ringan
 4. Biasakan BAB teratur
 5. Konsultasi jika tidak membaik
- g. Praktik Mandiri
1. Makan pepaya setiap hari
 2. Minum air setelah bangun tidur
 3. Jalan kaki 15–20 menit
 4. BAB di waktu yang sama

Lampiran 6

Dokumentasi Kegiatan Penelitian



Lampiran 7

Surat Keputusan Pembimbing



UNIVERSITAS GALUH FAKULTAS ILMU KESEHATAN

S1 KEPERAWATAN – S1 KEBIDANAN – PROFESI NERS – PROFESI BIDAN
Kampus : Jalan. R.E. Martadinata No. 150 Ciamis 46274 Nomor Kontak: 0821-1790-9060
website: fikes.unigal.ac.id / e-mail: fikes@unigal.ac.id

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GALUH
NOMOR : 66 /401/SK/AK/D/XI/2025
TENTANG
PENGANGKATAN PEMBIMBING KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS TAHUN AKADEMIK 2025/2026
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GALUH

DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GALUH

- MENIMBANG** : 1. Bahwa untuk kelancaran kegiatan Bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) perlu diangkat pembimbing Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).
2. Bahwa untuk legalitas pembimbing dalam melakukan kegiatan bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners perlu di terbitkan Surat Keputusan Dekan.
- MENGINGAT** : 1. Undang-undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
1. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Pendidikan Tinggi;
2. Permendikbud nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Perguruan Tinggi;
3. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 184/U/2001 tentang Pedoman Pengawasan, Pengendalian dan Pembinaan Program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana di Perguruan Tinggi;
4. Surat Keputusan Yayasan Pendidikan Galuh Ciamis Nomor 1 Tahun 2025 tentang Statuta Universitas Galuh;
5. Peraturan Rektor Universitas Galuh Nomor 1 Tahun 2025 tentang Pedoman Akademik Universitas Galuh Tahun 2025;
6. Surat Keputusan Rektor Universitas Galuh Nomor : 262/4123/SK/G/III/2023 Tanggal 26 Agustus 2023 tentang Pemberhentian dan Pengangkatan Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Masa Jabatan 2023-2027;
- MEMPERHATIKAN** : Surat Ajuan dari Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Nomor 86/1490/SP/AK/Ka.Prodi_Kep/XI/2025 perihal Permohonan SK Pembimbing KIAN.
- MEMUTUSKAN**
- MENETAPKAN PERTAMA** :
: Nama : **KHAYLLA NUR FADILLAH**
: Nomor Pokok : **1490125066**
: Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
- KEDUA** : Mengangkat Pembimbing KIAN mahasiswa seperti yang tertulis pada diktum pertama sebagai berikut:
: Pembimbing I : **Dini Nurbaeti Zen, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.**
: Pembimbing II : **Yoga Ginanjar, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.Kom.**
- KETIGA** : Tugas dan wewenang pembimbing KIAN:
a. Pembimbing KIAN ditugaskan untuk membimbing dan mengarahkan, dan memberikan masukan kepada mahasiswa dalam proses penulisan KIAN hingga selesai.
b. Dosen Pembimbing wajib memastikan bahwa KIAN yang disusun sesuai dengan standar akademik yang berlaku di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh
c. Pembimbingan KIAN dilaksanakan secara berkala sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
- KEEMPAT** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan hingga mahasiswa menyelesaikan KIAN dan dinyatakan lulus sidang KIAN, dan apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Surat Keputusan ini, akan dilakukan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan : Ciamis
Pada Tanggal : 6 November 2025
Dekan



Dr. HERNANDA, S.Kep., Ners., MM., M.Kep.
NIP. 11.3112770275

Lampiran 8

Lembar Konsultasi Bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Khaylla Nur Fadillah
Pembimbing I : Dini Nurbaeti Zen, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp. Kep. Kom.
Judul : Asuhan Keperawatan Pada Tn. U Pasien Konstipasi Melalui Inovasi Konsumsi *Carica Papaya L.* Untuk Menurunkan Konstipasi Di Desa Cidolog

No	Hari/Tanggal	Saran	Paraf
1.			
2.			
3.			
4.			

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Khaylla Nur Fadillah
Pembimbing II : Dini Nurbaeti Zen, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp. Kep. Kom.
Judul : Asuhan Keperawatan Pada Tn. U Pasien Konstipasi Melalui Inovasi Konsumsi *Carica Papaya L.* Untuk Menurunkan Konstipasi Di Desa Cidolog

No	Hari/Tanggal	Saran	Paraf
1.			
2.			
3.			
4.			

Lampiran 9

Daftar Riwayat Hidup



A. Identitas Diri

Nama Lengkap	: Khaylla Nur Fadillah
Tempat, Tanggal Lahir	: Ciamis, 26 April 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Jl Adam, RT. 011/RW.003 Kel. Tugu, Kec.Cimanggis, Kota Depok
E-mail	: fadillahkhaylla26@gmail.com
Institusi	: Universitas Galuh
Prodi	: S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

B. Riwayat Pendidikan

1. SDN Palsigunung
2. SMPN 15 Depok
3. MAN 3 Ciamis
4. S-1 Keperawatan Universitas Galuh 2021-2025