

PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**PELATIHAN *CAREGIVER* INFORMAL PADA
PERAWATAN JANGKA PANJANG LANSIA (PJP)
DI PUSKESMAS GEDONGTENGEN, YOGYAKARTA**

OLEH :

Yullya Permina, S.Kep., Ns., MAN

NIDN. 0518078104



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA
YAKKUM YOGYAKARTA**

2023

**HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN MASYARAKAT**

1. Judul : Pelatihan *Caregiver* Informal pada Perawatan Jangka Panjang Lansia (PJP)
2. Ketua Tim Pengusul
 - a. Nama : Yullya Permina, S. Kep., Ns., MAN
 - b. NIK/NIDN : 0518078104
 - c. Jabatan/Golongan : Dosen
 - d. Program Studi : Keperawatan
 - e. Perguruan Tinggi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
 - f. Alamat Kantor/Telp : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
(0274) 517065
3. Lokasi Kegiatan/Mitra
 - a. Wilayah Mitra : Puskesmas Gedongtengen
 - b. Kabupaten/Kota : Yogyakarta
 - c. Propinsi : Daerah Istimewa Yogyakarta
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 2 KM
4. Luaran yang dihasilkan : Kader dan Masyarakat mampu melakukan perawatan lansia
5. Jangka waktu Pelaksanaan : 5 Agustus 2023

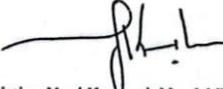
Mengetahui,
Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Dosen Pengusul

 Nurlia Hafidmulya, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS
NIDN. 0518078104

 Yullya Permina, S. Kep., Ns., MAN
NIDN. 0518078104

Menyetujui,
Ketua Unit Pengabdian kepada Masyarakat


Christina Yeni Kustanti, Ns., M.Pall.C., Ph.D
NIDN 0529017803

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas kasih dan karunianya sehingga kami bisa menyelesaikan proposal “Pelatihan Caregiver Informal pada Perawatan Jangka Panjang Lansia (PJP)”. Hasil pengabdian ini penulis susun dan mendapatkan dukungan dari beberapa pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada yang penulis hormati:

1. Dr. Tri Kusumo Bawono, S.E selaku kepala Puskesmas Gedongtengen
2. Ibu. Nurlia I, S.Kep, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph. D.NS selaku Plt. Ketua Unit Pengabdian kepada Masyarakat dan Penelitian sekaligus Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta;
3. Ibu. Ethic Palupi, S. Kep., Ns., M.SN, selaku Plt Ketua Unit Pengabdian kepada Masyarakat dan Penelitian STIKES Bethesda Yakkum
4. Kader lansia dan Masyarakat Gedongtengen
5. Semua pihak yang tidak dapat pennyusun sebutkan satu-persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan proposal pengabdian masyarakat ini masih banyak kekurangan, sehingga penyusun berharap kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan proposal ini. Penulis berharap semoga proposal ini dapat berguna untuk selanjutnya.

Yogyakarta, Agustus 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Hal
Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Daftar Isi	iii
BAB I Pendahuluan	1
A Latar Belakang	1
B Tujuan	2
BAB II Landasan Teori	3
A Personal Hygiene	3
B Tindakan Personal Hygiene	4
BAB III Metode dan Pelaksanaan Kegiatan	15
A Bentuk Kegiatan	13
B Sasaran	14
C Evaluasi	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan menjadi Narasumber
Lampiran 2	Surat Tugas menjadi Narasumber
Lampiran 3	Surat Ucapan terimakasih
Lampiran 4	Daftar Hadir
Lampiran 5	Satuan Acara Penyuluhan
Lampiran 6	Foto Kegiatan
Lampiran 7	Materi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendamping Lansia atau yang sering dikenal dengan nama *Caregiver* adalah individu yang memberikan perawatan dan berperan sebagai support sistem bagi individu lain (klien/pasien lansia) dalam kehidupannya selain keluarga sebagai support primer (Senja & Prasetyo, 2019). Sebagai seorang caregiver, maka ia perlu memiliki ilmu pengetahuan dan mengikuti pelatihan dalam memberikan perawatan yang tepat sehingga mampu membantu meningkatkan kesehatan lansia secara optimal. Caregiver memiliki tugas yang berbeda dengan perawat. Dalam memberikan asuhan keperawatan, caregiver tidak serta merta dapat melakukan tindakan medis seperti melakukan pemasangan infus, pemasangan selang kateter, pemasangan selang NGT dan prosedur invasive lainnya yang memang seharusnya dilakukan tenaga medis.

Caregiver bertugas menjadi pendamping lansia dengan memberikan pelayanan bermutu untuk membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari yang tidak bisa dilakukan secara mandiri. Perawatan lansia sangat kompleks, perlu mengetahui proses penuaan dan penyakit pada lansia sehingga paham terkait perubahan yang terjadi pada lansia memberikan bantuan yang tepat sesuai kebutuhan lansia.

Perubahan yang dialami oleh lansia, yaitu adanya kelemahan fisik maupun adanya gangguan kesehatan yang mengakibatkan lansia harus senantiasa istirahat total. Untuk itu kebutuhan terkait dengan personal hygiene dan pertolongan membantu dalam proses BAB, BAK dan mengganti diapers sangat di butuhkan oleh lansia tersebut. Untuk itu pelatihan bagi kader kesehatan ini di latih untuk bisa atau mampu memberikan contoh dan melakukan pelayanan kepada lansia yang bedrest, hal ini tidak hanya

diaplikasikan kepada lansia tetapi bisa di gunakan bagi warga masyarakat yang membutuhkan atau yang sedang mengalami bedrest total.

Puskesmas Gedongtengen berada di kota Yogyakarta melayani pelayanan gawat darurat, Kesehatan umum, Kesehatan gigi, Kesehatan Ibu dan Anak, laboratorium, farmasi dan konsultasi obat, pemeriksaan calon jamaah haji. Adapun untuk konsultasi melayani konsultasi berhenti merokok, psikologis, Kesehatan lingkungan, gizi dan laktasi. Puskesmas gedongtengen juga merupakan puskesmas santun lansia, ramah anak, ramah remaja dan ramah ODHA. Selain itu terdapat klinik infeksi menular sex, CVT, program terapi rumatan metal, pelayanan DOTS dan autopsi verbal. Dari pelayanan ini lah Puskesmas Gedongtengen mengadakan pelatihan perawatan jangka Panjang lansia, harapannya kader dan Masyarakat dapat melakukan di rumah sehingga Kesehatan lansia tetap terjaga dengan baik.

B. Tujuan

a. Tujuan umum

Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Perawatan Jangka Panjang Lansia (PJP) pada kader lansia dan masyarakat yang memiliki lansia

b. Tujuan khusus

- a. Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pelaksanaan membantu memandikan
- b. Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan membantu menggosok gigi, oral hygiene, menyiri rambut dan keramas
- c. Meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan membantu menolong Buang Air Besar (BAB) dan Buang Air kecil (BAK) serta mengganti diapers

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Personal hygiene

1. Pengertian

Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Personal hygiene mencakup perawatan kebersihan kulit kepala dan rambut, mata hidung, kuku kaki dan tangan, kulit dan area genital. Pemenuhan personal hygiene diperlukan untuk kenyamanan individu, keamanan dan kesehatan, (Giri dkk 2022).

Personal hygiene adalah salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhan guna mempertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya yang dinyatakan terganggu keperawatan dirinya jika tidak dapat melakukan perawatan diri (DepKes, 2000).

2. Tujuan

- a. Meningkatkan derajat kesehatan seseorang
- b. Memelihara kebersihan diri seseorang
- c. Memperbaiki personal hygiene yang kurang
- d. Pencegahan penyakit
- e. Meningkatkan percaya diri seseorang yang kurang
- f. Pencegahan penyakit
- g. Meningkatkan percaya diri seseorang
- h. Menciptakan keindahan.

3. Factor-faktor yang mempengaruhi Memandikan di Tempat Tidur

a. Citra tubuh

Citra tubuh merupakan konsep subyektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Personal hygiene yang baik akan mempengaruhi terhadap peningkatan citra tubuh individu.

b. Budaya

Kepercayaan kebudayaan dan nilai pribadi mempengaruhi personal hygiene. Orang dari latar belakang kebudayaan yang berbeda mengikuti praktik perawatan diri yang berbeda.

c. Pengetahuan

Pengetahuan dapat meningkatkan kesehatan. Seseorang juga harus termotivasi untuk memelihara perawatan diri. Seringkali pembelajaran tentang penyakit atau kondisi yang mendorong individu untuk

d. Kebiasaan seseorang

Setiap individu mempunyai pilihan kapan untuk mandi, mencukur dan melakukan perawatan rambut. Ada kebiasaan orang yang menggunakan produk tertentu dalam perawatan diri seperti penggunaan shampoo, dan lain-lain

e. Status Sosial ekonomi

Sumber daya ekonomo seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang digunakan. Perawat harus menentukan apakah pasien dapat menyediakan bahan-bahan yang penting seperti deodorant, shampoo, pasta gigi dan kosmetik. Produk-produk tersebut merupakan bagian dari kebiasaan social yang dipraktikkan oleh kelompok social pasien.

B. Tindakan Personal Hygiene

a. Memandikan pasien

Memandikan pasien adalah bagian perawatan hygiene total. Mandi dapat dikategorisasikan sebagai pembersihan atau teraupetik. Keluasan mandi pasien dan metode yang digunakan untuk mandi berdasarkan pada

kemampuan fisik pasien dan kebutuhan tingkat hygiene yang diperlukan. Mandi di tempat tidur yang lengkap diperlukan bagi pasien dengan ketergantungan total dan memerlukan perawatan higienis total.

Pada lansia, mandi biasanya dilakukan dua kali sehari atau lebih sesuai selera dengan air dingin atau air hangat. Secara garis besar tujuan memandikan pasien diatas tempat tidur meliputi : (1) membersihkan kulit dan menghilangkan bau badan yang tidak sehat, (2) memberikan rasa nyaman dan relaksasi, (3) merangsang sirkulasi darah pada kulit, (4) mencegah infeksi pada kulit, (5) mendidik pasien dalam kebersihan perorangan.

- 1) Persiapan alat
 - a) Dua buah handuk mandi
 - b) Tiga buah waslap
 - c) Sabun pada tempatnya
 - d) Selimut mandi
 - e) Dua buah baskom berisi air hangat 2/3 bagian.
 - f) Satu baskom sedang isi air ½ bagian untuk merendam tangan dan kaki
 - g) Pakaian bersih (pakaian rumah sakit/milik pasien)
 - h) Perlengkapan mandi (deodoran, bedak, lotion), peralatan gosok gigi, sisir.
 - i) Tempat pakaian/linen kotor
 - j) Pispot/urinal
 - k) Tissue
 - l) Bengkok
 - m) Botol berisi air untuk membilas sesudah BAB/BAK
 - n) APD (Alat Pelindung Diri; yas, sarung tangan, masker)
- 2) Langkah-langkah dalam memandikan klien diatas tempat tidur
 - a) Cuci tangan
 - b) Gunakan APD jika perlu

- c) Kaji toleransi klien terhadap aktivitas, tingkat ketidaknyamanan, kemampuan kognitif dan fungsi musculoskeletal
- d) Tinjau kembali pesanan khusus untuk tindakan pencegahan khusus yang berkaitan gerakan atau posisi klien
- e) Atur suhu ruangan dan ventilasi, jaga privasi (tutup pintu kamar, jendela dan tarik tirai pembatasan ruangan (jika ada))
- f) Siapkan alat yang diperlukan di dekat pasien
- g) Tawarkan klien pispot atau urinal
- h) Jika kulit klien itu kotor dengan drainase atau sekresi tubuh, gunakan sarung tangan sekali pakai,
- i) Turunkan rel sisi tempat tidur yang paling dekat dengan perawat, pertahankan kesejajaran tubuh. Bawa klien ke sisi yang paling dekat dengan perawat.
- j) Atur posisi tempat tidur pada ketinggian yang nyaman untuk bekerja (bila memungkinkan).
- k) Bantu klien menggosok gigi sesuai dengan SOP menggosok gigi.
- l) Pasang selimut mandi, lepaskan/tarik selimut tidur dari bawah selimut mandi. Jika memungkinkan minta klien memegangi selimut mandi ketika selimut tidur ditarik. Gunakan selimut tidur jika tidak tersedia selimut mandi untuk menutupi pasien.
- m) Jika selimut tidur masih digunakan kembali, lipat dan letakkan pada trolley/kursi. Jika tidak digunakan lagi masukkan dalam tempat pakaian kotor.
- n) Lepaskan pakaian atau piyama klien. Jika ekstremitas ada luka atau mobilitasnya berkurang, mulailah melepas dari sisi yang tidak ada luka dan mobilitasnya kurang. Jika klien tersebut terpasang selang intravena (IV), lepaskan pakaian dari lengan tanpa IV terlebih dahulu; kemudian turunkan cairan IV atau lepaskan dari infus pump (jika ada)
- o) Klien tetap tertutup menggunakan selimut mandi.
- p) Pakaian klien yang sudah dilepas dilipat rapih, diletakkan di atas kursi. Jika pakaian tidak akan di pakai lagi, tempatkan di tempat pakaian kotor.
- q) **Mencuci muka:**

- (1) Letakkan handuk mandi di bawah kepala klien, dan handuk kedua di atas dada klien.
- (2) Cuci mata klien dengan air hangat biasa. Tanyakan apakah orang itu memakai lensa kontak. jika ya lakukan perawatan mata.
- (3) Basahi kelopak mata dengan waslap lembab selama 2-3 menit. Basuhlah mata menggunakan ujung waslap yang berbeda untuk setiap mata. Lap dari bagian dalam (dekat hidung) ke bagian luar kantung mata. Keringkan mata dengan hati-hati.
- (4) Tanyakan apakah klien ingin menggunakan sabun untuk wajah. Bersihkan muka (dahi, pipi, hidung), telinga dan leher. Bilas beberapa kali (minimal 3x) kemudian keringkan dengan handuk.

r) **Mencuci lengan:**

- (1) Buka selimut mandi dari lengan yang paling jauh dari perawat. Letakkan handuk secara memanjang di bawah lengan.
- (2) Bersihkan lengan dengan sabun dan air dengan gerakan tegas dan memanjang dari jari-jari ke arah bahu/aksila. Angkat dan sangga pergelangan tangan serta siku pasien sesuai kebutuhan ketika membersihkan aksila dengan seksama.
- (3) Bilas minimal 3x dan keringkan lengan dan aksila dengan seksama, gunakan deodoran jika diinginkan.
- (4) Angkat handuk dan lipat menjadi dua, letakkan ditempat tidur disamping klien. Taruh baskom diatas handuk klien dan rendam tangan dalam air selama 3-5 menit. Pindahkan baskom dan keringkan tangan.
- (5) Lakukan demikian juga untuk lengan yang satunya.

s) **Mencuci dada dan perut**

- (1) Letakkan handuk mandi di atas dada pasien secara memanjang. Lipat selimut mandi ke bawah sampai ke umbilikal.
- (2) Anjurkan klien mengangkat kedua tangan di atas kepala.
- (3) Angkat handuk mandi, letakkan handuk disamping klien dekat perawat. Basuh dada dengan gerakan yang tegas dan memanjang. Perhatikan kulit di bawah payudara dan setiap lipatan kulit, terutama jika klien terlalu gemuk. Mungkin perlu mengangkat payudara ke atas sambil mengusap di bawahnya. Pada saat menyabun, berikan

gerakan memutar. Bilas minimal 3x dengan gerakan memanjang dan keringkan dengan baik.

(4) Tutupi dada dan abdomen dengan bagian atas selimut mandi.

(5) Periksa suhu air mandi, dan ganti jika perlu

t) Mencuci punggung

(1) Ganti air mandi.

(2) Lepas pakaian bawah.

(3) Bantu klien miring membelakangi perawat.

(4) Letakkan handuk mandi memanjang di sepanjang punggung dan bokong.

(5) Basuh punggung klien dari tengkuk, bahu sampai ke bokong dan koksigis, gunakan gerakan memutar pada saat menyabun. Bilas minimal 3x dengan gerakan memanjang. Perhatikan lipatan bokong dan anus, keringkan.

(6) Gunakan lotion / bedak sesuai dengan kebiasaan klien.

(7) **Pakaikan** pakaian dalam bersih atau piyama. Jika salah satu lengan yang cedera atau kurang mobilitas, terpasang IV terlebih dahulu (langkah ini dapat di tunda sampai selesai mandi; pakaian tidak boleh menjadi kotor selama mandi)

(8) Mencuci kaki

(a) Buka kaki yang jauh dari perawat dengan melipat selimut mandi di sepanjang garis tengah. Pastikan perineum tetap tertutup.

(b) Tekuk lutut klien dengan meletakkan tangan perawat di bawah tungkai; pasang handuk memanjang di bawah tungkai.

(c) Bersihkan kaki dari tungkai ke paha dengan gerakan memanjang, bilas minimal 3x dan keringkan.

(d) Lakukan demikian juga pada kaki yang lain.

(e) Lipat handuk menjadi dua dan letakkan baskom di atasnya, rendam kedua kaki secara bergantian dalam air 3-5 menit, keringkan.

(9) Membersihkan genitalia.

(a) Ganti air dan waslap

(b) Bantu klien untuk membersihkan genitalia.

- (c) Buka area genitalia. Letakkan handuk di bawah bokong. Bersihkan genitalia dan perineum.
- (d) Apabila klien dapat membersihkan genitalia sendiri, bantu memakaikan waslap, dan minta klien membersihkan genitalianya. Bila tidak bisa, dibantu oleh perawat.
- (10) Setelah selesai, lepaskan sarung tangan dan buang pada tempatnya.
- (11) Oleskan lotion tubuh atau minyak tambahan sesuai keinginan.
- (12) Bantu pasien mengenakan pakaian bawah
- (13) Bantu klien menyisir rambut sesuai dengan SOP menyisir rambut.
- (14) Rapikan lingkungan atau ganti linen tempat tidur, bila perlu.
- (15) Bereskan alat-alat.
- (16) Buka gordin, jendela, dan pintu.
- (17) Mencuci tangan.

b. Menyisir rambut

Memiliki rambut sehat dan tampak indah merupakan impian bagi setiap orang. Manfaat menyisir rambut adalah (1) menambah kilau rambut, (2) melancarkan aliran darah kulit kepala, (3) membantu menghilangkan kotoran rambut, (4) mengangkat helai rambut yang rontok.

Tahap kerja dalam penyisiran rambut :

- 1) Cuci tangan
- 2) Pakai sarung tangan
- 3) Minta klien untuk duduk, jika memungkinkan
- 4) Letakkan bengkak didekat klien
- 5) Letakkan handuk di atas bahu (bila klien bisa duduk) atau di bawah kepala
- 6) Oleskan minyak rambut (bila perlu)
- 7) Bagi dua rambut dan sisir sedikit demi sedikit dari ujung hingga ke pangkal
- 8) Setelah rapi, ikat rambut klien (bila rambut panjang)

- 9) Kumpulkan rambut yang rontok didalam bengkok dan bungkus dengan plastik
- 10) Bereskan alat-alat dan cuci tangan.

c. Membantu BAB dan BAK

1) Pengertian

Buang Air Kecil (BAK) (berkemih, mikturisi, urinasi, eliminasi uri) adalah proses pengosongan vesika urinaria (kandung kemih) (Hidayat & Musrifatul, 2016).

Buang Air Besar (BAB) (defekasi, eliminasi alvi, eliminasi fekal) adalah proses pengeluaran feses dari anus dan rectum (Kozier dkk, 2011). Proses defekasi merupakan proses pengosongan usus yang disebut buang air besar (Hidayat & Musrifatul, 2016).

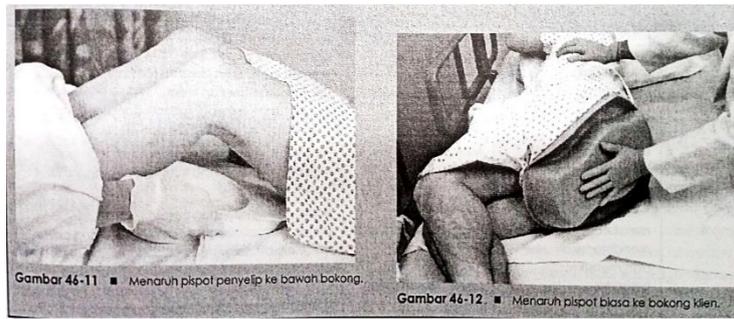
2) Cara melakukan BAB

a) Persiapan alat

- (1) Pispot
- (2) Tissue kering
- (3) Kapas cebok
- (4) Botol Berisi air bersih
- (5) Alat pelindung diri: yas,sarung tangan dan masker
- (6) Pengalas
- (7) Bengkok dan kantong plastik

b) Langkah-langkah membantu BAK

- (1) Cuci tangan
- (2) Kenakan yas, masker dan sarung tangan
- (3) Atur posisi klien fowler atau semi fowler
- (4) Lepaskan pakaian bawah klien
- (5) Pasang pengalas
- (6) Anjurkan klien untuk memfleksikan lutut dan mengangkat pantat atau miringkan klien
- (7) Pasang pispot sehingga pantat klien bisa berada pada tepi lingkaran pispot yang halus



(Sumber : Kozier dkk, 2011)

- (8) Tutup bagian bawah dengan selimut
 - (9) Anjurkan klien untuk menekan bel saat BAB sudah selesai
 - (10) Bersihkan anus klien dengan cara : basahi kapas cebok, bersihkan anus dari depan ke belakang lalu buang ke bungkuk. Ulangi sampai area anus dan perineum bersih. Angkat pispot, tutup dan turunkan. Keringkan pantat dengan tisu kering.
 - (11) Angkat pengalas
 - (12) Kenakan pakaian bawah, rapikan klien, dan atur posisi klien senyaman mungkin
 - (13) Buka jendela atau gordena
 - (14) Bersihkan pispot, kembalikan pada tempatnya
 - (15) Lepaskan sarung tangan, yas, dan masker
 - (16) Cuci tangan
- 3) Cara membantu BAK
- a) Persiapan alat
 - (1) Pispot/ urinal
 - (2) Tisu kering
 - (3) Botol berisi air bersih
 - (4) Alat pelindung diri: yas, masker, sarung tangan
 - (5) Pengalas

b) Langkah – langkah membantu BAK

- (1) cuci tangan
- (2) Kenakan yas, masker, dan sarung tangan
- (3) Tutup pintu/ gorden
- (4) Buka pakaian bawah klien
- (5) Pasang pengalas di bawah pantat
- (6) Atur posisi klien :
 - (a) Jika klien pria anjurkan posisi telentang lalu pasang urinal dengan tepat
 - (b) Jika klien wanita anjurkan klien mengangkat pantat atau memiringkan klien dan pasang pispot dengan tepat kemudian fleksikan lutut
- (7) Tutup bagian bawah dengan selimut
- (8) Anjurkan pasien untuk memberitahu apabila sudah selesai BAK
- (9) Pada klien wanita: bersihkan vulva dan membilasnya dengan air kemudian keringkan dengan tisu
- (10) Pada klien pria: bersihkan dengan tisu
- (11) Angkat urinal/pispot kemudian tutup dan taruh di bawah bed klien
- (12) Angkat pengalas
- (13) Kenakan pakaian bawah, rapikan klien, dan atur posisi klien senyaman mungkin
- (14) Buka kembali pintu/ gorden
- (15) Buang urine, bersihkan pispot atau urinal, kembalikan pada tempatnya
- (16) Lepas yas, masker, dan sarung tangan
- (17) Cuci tangan

BAB III

HASIL PELAKSANAAN PKM

A. Bentuk Kegiatan

Pelaksanaan pelatihan ini sebagai narasumber berlangsung selama 3 jam di ruang Aula Puskesmas Gedongtengen. Peserta pelatihan ini berjumlah 26 orang yaitu kader kesehatan yang aktif di wilayah Gondokusuman. Seluruh kader berpartisipasi aktif dalam berdiskusi terkait. Berikut dokumentasi selama kegiatan berlangsung.

1. Persiapan

- a. Adanya surat permohonan dari Puskesmas Gedongtengen untuk memberikan materi yang dilakukan yaitu pemaparan materi terkait dengan teori yang mendasari personal hygiene selama 15 menit kemudian dilanjutkan dengan remondrasi dan redomenontrasi yang dilakukan oleh peserta. Kader memperhatikan pemaparan materi dan menyampaikan keluhan yang dirasakan mengingat ada beberapa kader yang juga sudah memasuki masa lanjut usia. Meskipun begitu, mereka masih semangat menjadi pendamping bagi lansia yang membutuhkan bantuan.

2. Pelaksanaan

- a. Pelaksanaan pada hari Sabtu, 5 Agustus 2023 pada pukul 08.00 – 13.00 WIB di Aula Puskesmas Gedongtengen.
- b. Pemateri menjelaskan konsep dasar terkait dengan personal hygiene (memandikan, menggosok gigi, oral hygiene, menyisir rambut dan keramas)
- c. Pemateri melakukan demonstrasi melakukan personal hygiene dan membantu BAK dan BAB

3. Penutup

- a. Melakukan evaluasi dengan beberapa pertanyaan dari materi yang telah disampaikan, prinsip memandikan, tujuan *personal hygiene*.

- b. Meminta peserta untuk redemonstrasi cara melakukan / membantu seseorang memenuhi *personal hygiene* dan membantu BAB dan BAK.

B. Sasaran

Sasaran dari pengabdian Masyarakat sebagai narasumber ini adalah kader lansia dan Masyarakat yang mempunyai lansia di rumah.

C. Evaluasi

Secara keseluruhan pelaksanaan pelatihan ini dapat berjalan dengan baik, peserta banyak yang melakukan pertanyaan, seperti bagaimana jika klien yang akan di mandikan menginginkan memakai daster, apabila sebelah badan mengalami kelumpuhan bagaimana cara mengganti bajunya” pematiripun segera menanggapi dan memberi contoh bagaimana cara memakai baju pada pasien yang sebelah badan mengalami kelumpuhan yaitu saat melepas baju di mulai dari sisi yang sehat, tetapi saat memakai baju dari sisi yang sakit terlebih dahulu.

Peserta juga menanyakan terkait dengan menjaga kelembapan kulit pada lansia, berdasarkan pengalaman dari peserta lansia mudah sekali memiliki kulit kering dan sensitive. Pemateri menjelaskan bahwa lansia dapat di belikan lotion, maupun minyak zaitun sehingga memberi kelembapan kulit, pada saat kulit kering akan cenderung gatal. Peserta juga melakukan sharing dalam melakukan perawatan di rumah.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Permohonan Menjadi Narasumber



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS GEDONGTENGEN

ꦥꦸꦱꦏꦺꦱꦺꦃꦠꦤ꧀ꦒꦺꦢꦺꦁꦠꦺꦁꦺꦤ꧀

Jl. Pringgokusuman No. 30 Yogyakarta Kode Pos :55272 Telp. (0274) 566292
EMAIL : puskg@jogjakota.go.id
HOTLINE SMS : 08122780001 HOTLINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id
WEBSITE : www.jogjakota.go.id

Yogyakarta, 25 Juli 2023

Nomor : 896/2537
Sifat : Segera
Lampiran :
Hal : Permohonan narasumber

Kepada
Yth. Direktur STIKES Bethesda
Kota Yogyakarta

di
Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka upaya meningkatkan kualitas pelayanan lansia, maka Puskesmas Gedongtengen bermaksud menyelenggarakan Pelatihan Caregiver Informal yang akan dilaksanakan pada :

Hari, Tanggal : Sabtu, 5 Agustus 2023
Waktu : 08.00 - 11.00 WIB (sesuai jadwal terlampir)
Tempat : Aula Baru Puskesmas Gedongtengen
Acara : Pelatihan Caregiver Informal

Sehubungan hal tersebut kami mohon kepada Bapak/Ibu dapat menugaskan satu orang untuk menjadi narasumber dalam kegiatan tersebut.

Kami lampirkan bersama surat ini susunan acara. Konfirmasi dan informasi lebih lanjut terkait kegiatan ini, mohon menyertakan surat kesediaan untuk menjadi narasumber. Untuk informasi lebih lanjut menghubungi Ibu Milda di 082138225776.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.



Kepala

TRI KUSUMO BAWONO, S.E.
NIP. 197207062006041016



SEGORO AMARTO
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAWE MAJUNE NGAYOGYOKARTO
KEMANDIRIAN – KEDISIPLINAN – KEPEDULIAN- KEBERSAMAAN

Lampiran 2

Surat Tugas



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

Jl. Johar Nurhadi No. 6 Yogyakarta 55224 Telp. (0274) 517065 Faks. (0274) 524565
email : info@stikesbethesda.ac.id Website : http://www.stikesbethesda.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor :2431/SB/PM.01/VII/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.
NIK/NIDN : 03-0039/0527088101
Jabatan : Ketua
Instansi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

dengan ini memberikan tugas kepada Dosen STIKES Bethesda Yakkum yang tersebut di bawah ini :

No	Nama	NIDN
1.	Yullya Permina, S.Kep., Ns., MAN.	0518078104
2.	Daning Widi Istianti, S.Kep., Ns., MSN.	0514118901

untuk menjadi Narasumber dalam kegiatan Pelatihan *Caregiver* Informal pada Perawatan Jangka Panjang Lansia (PJP) yang diselenggarakan oleh Puskesmas Gedong Tengen, pada :

Hari, Tanggal : Sabtu, 05 Agustus 2023
Waktu : Pukul 09.45 - 11.15 WIB
Tempat : Aula Baru Puskesmas Gedongtengen

Demikian surat tugas ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 31 Juli 2023

Ketua,



Ns. Nurlia Ikaningtyas
Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

Lampiran 3

Surat Ucapan Terimakasih

Yogyakarta, 5 Agustus 2023

Hal : Ucapan Terima Kasih

Kepada Yth.
Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Dengan Hormat,

Kepala Puskesmas Gedongtengen Kota Yogyakarta, mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya atas waktu dan kesediaannya untuk menjadi Narasumber pada Edukasi Lansia dan Lansia risiko tinggi oleh Tenaga Kesehatan Puskesmas (Pelatihan Caregiver Informal) yang diselenggarakan :

Waktu : Sabtu, 5 Agustus 2023
Jam : 09.45 WIB – 11.15 WIB
Tempat : Aula Baru Puskesmas Gedongtengen
Oleh : 1. Daning Widi Istianti, S.Kep., Ns., MSN
2. Yullya Permina, S.Kep., Ns., MAN

Semoga pelatihan yang sudah kami terima dapat bermanfaat bagi seluruh kader. Kami atas nama Puskesmas Gedongtengen Kota Yogyakarta, mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya atas materi yang diberikan.

Demikian ucapan terima kasih, kami haturkan.

Hormat Kami,
Kepala



dr. Tri Kusumo Bawono, SE
NIP. 19720706 200604 1 016

Lampiran 4

Daftar Hadir



FEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
 DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS GEDONGTENGEN
 Jl. Pringgokusuman No. 30 Yogyakarta Kode Pos : 55272 Telp. (0274) 566292
 Email : puskg1@yogjakota.go.id
 HOTLINE SMS : 08122780001 HOTLINE EMAIL : upa@yogjakota.go.id
 WEBSITE : www.yogjakota.go.id

DAFTAR HADIR

Hari, tanggal Sabtu, 5 Agustus '23
 Waktu 08.00 - 15.00 W.B
 Tempat Pusk aula
 Acara Edukasi lansia dan lansia risiko tinggi oleh Tenaga Kesehatan Puskesmas

NO	NAMA	L/P	ALAMAT	TANDA TANGAN
1	Miskiyah	P	Pringgou RW 09	1
2	RIRUANNA	L	PERKORAN LANSIA	2
3	JUMINI	P	Notaryan 82/10n	3
4	SUGIYAE.	P	Notaryudan GRI/162	4
5	Maria Dara Tri Jayanti	P	Timuran MG III/13/RSPR	5
6	Silva Tri C	P	Pringgou RW 03/15	6
7	Diah Woro Triastuti	P	Pringgou RT 21 RW 05	7
8	Umi Pudarti	P	Notaryudan RW-02	8
9	V PANDU.	P	Notaryudan RW 24	9
10	TUKURAN	P	Budi daya	10
11	HEMI	P	KEMERAN 50/16	11
12	Asih Adh	P	Kan kid RW-18	12
13	X.HERMITASIS	P	KEM R10 RW 17	13
14	Sri LESTARI. N	P	NAGAN RW 02	14
15	SRIWIROD WADI	P	KEMERAN RW 15	15
16	HUJHARTININGSIT	P	dan RW RW 13	16
17	Purnaningrat	P	Jagran RW 01	17
18	MASRIYAH	P	Pringgou RW 03	18
19	Suwardini	P	Notaryudan RW 25	19
20	Nyeki Cantika wati	P	Pringgou RW 04	20
21	Uliandari	P	Jagran RW 03	21
22	ka Tuli Astuti	P	Satodayan RW 21	22
23	Sri Yana	P	dan RW RW 10	23
24	Dikasta Pudang. B	L	UMY	24
25	Yuliana	P	Pringgokusuman RW 07	25
26	Wilson Wibhu	P	Pringgou Gedongteng	26
27	Diana Widi J.	P	STIKES Betharda	27
28	Yulys Permira	P	STIKES Betharda	28
29				29
30				30

Kepala

Dr. Tri Kusuma Harsono, S.F.
 NIP. 19720706 200604 1 016

Lampiran 5

Satuan Acara penyuluhan

SATUAN ACARA PENYULUHAN

1. Topik : Pelatihan Caregiver Informal pada Perawatan jangka panjang lansia (PJP)
2. Sub Topik : Personal hygiene dan membantu BAK / BAB
3. Sasaran : Kader dan Masyarakat dengan keluarga lansia
4. Tempat : Auditorium Puskesmas Gedongtengen
5. Hari/Tanggal : Sabtu, 5 Agustus 2023
6. Waktu : 100 menit
7. Tujuan Instruksional Umum
Setelah dilakukan pemberian materi selama 45 menit diharapkan Tujuan Instruksional Khusus
Setelah dilakukan pemberian materi , sasaran mampu:
 - a. Menjelaskan pengertian personal hygiene, jenis Tindakan personal hygiene, tujuan dan membantu BAB dan BAK.
 - b. Mendemonstrasikan personal hygiene, jenis Tindakan personal hygiene, tujuan dan membantu BAB dan BAK.
8. Materi : *terlampir*
9. Metode : Ceramah Tanya Jawab
10. Kegiatan Penyuluhan

No	Kegiatan	Penyuluh	Peserta	Waktu
1	Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">a. Memberikan salamb. Memperkenalkan diric. Menjelaskan tujuan penyuluhand. Membuat kontrak waktue. Menggali pengetahuan personal hygiene, jenis Tindakan personal hygiene, tujuan dan membantu BAB dan BAK	<ol style="list-style-type: none">a. Menjawab salamb. Mendengarkan dan memperhatikanc. Mendengarkan dan memperhatikand. Menyetujui kontrak waktu	5 menit

2	Isi	<p>a. Menjelaskan tentang</p> <ul style="list-style-type: none"> - pengertian personal hygiene, jenis Tindakan personal hygiene, tujuan dan membantu BAB dan BAK - Prosedur pelaksanaan personal hygiene, jenis Tindakan personal hygiene, tujuan dan membantu BAB dan BAK. <p>b. memberikan pertanyaan kepada audiens tentang apa yang sudah dijelaskan</p> <p>c. Memberikan apresiasi kepada audiens yang mampu menjawab pertanyaan</p>	<p>a. Mengutarakan pengetahuan tentang imunisasi</p> <p>b. Mendengarkan dan memperhatikan penjelasan penyuluh</p> <p>c. Menjawab pertanyaan yang diberikan penyuluh</p>	35 menit
3	Penutup	<p>a. Menyimpulkan materi penyuluhan kepada audiens tentang apa yang sudah dijelaskan</p> <p>b. Menutup penyuluhan dengan mengucapkan terima kasih dan salam</p> <p>c. Salam penutup</p>	<p>a. Menyimak dan mendengarkan</p> <p>b. Menjawab salam</p>	5 menit

11. Media : Power Point

12. Evaluasi :

a. Struktur

- 1) Melakukan koordinasi dengan puskesmas Gedongtengen dan tim panitia terkait dengan pelaksanaan dan kesiapan alat.
- 2) Menyiapkan materi dalam bentuk power point untuk dipaparkan dan mendesign poster.
- 3) Sasaran materi diberikan kepada kader dan Masyarakat .

b. Proses

- 1) 100 % Peserta PPJA dan mengikuti pelaksanaan pendidikan kesehatan dari awal sampai akhir.
- 2) Materi personal hygiene dan membantu BAK dan BAB tersampaikan.
- 3) 75% kader dan Masyarakat dapat memahami materi dengan baik.

4) Kader dan Masyarakat antusias dalam mengikuti penyuluhan, penuh perhatian, aktif mengajukan pertanyaan dan memberikan umpan balik tentang materi yang disampaikan saat penyuluhan berlangsung

c. Hasil

1) Kader dan Masyarakat mampu mengerti, memahami terkait dengan personal hygiene dan membantu BAK dan BAB

2) Kader dan masyarakat mampu melakukan perawatan / meredemonstrasi memandikan lansia diatas tempat tidur

d. Hambatan

Tidak ada, seluruh rangkaian acara dapat berjalan lancar secara tatap muka.

Yogyakarta, 5 Agustus 2023



Yully Permina, S.Kep., Ns., MAN

Lampiran 6

Foto Kegiatan





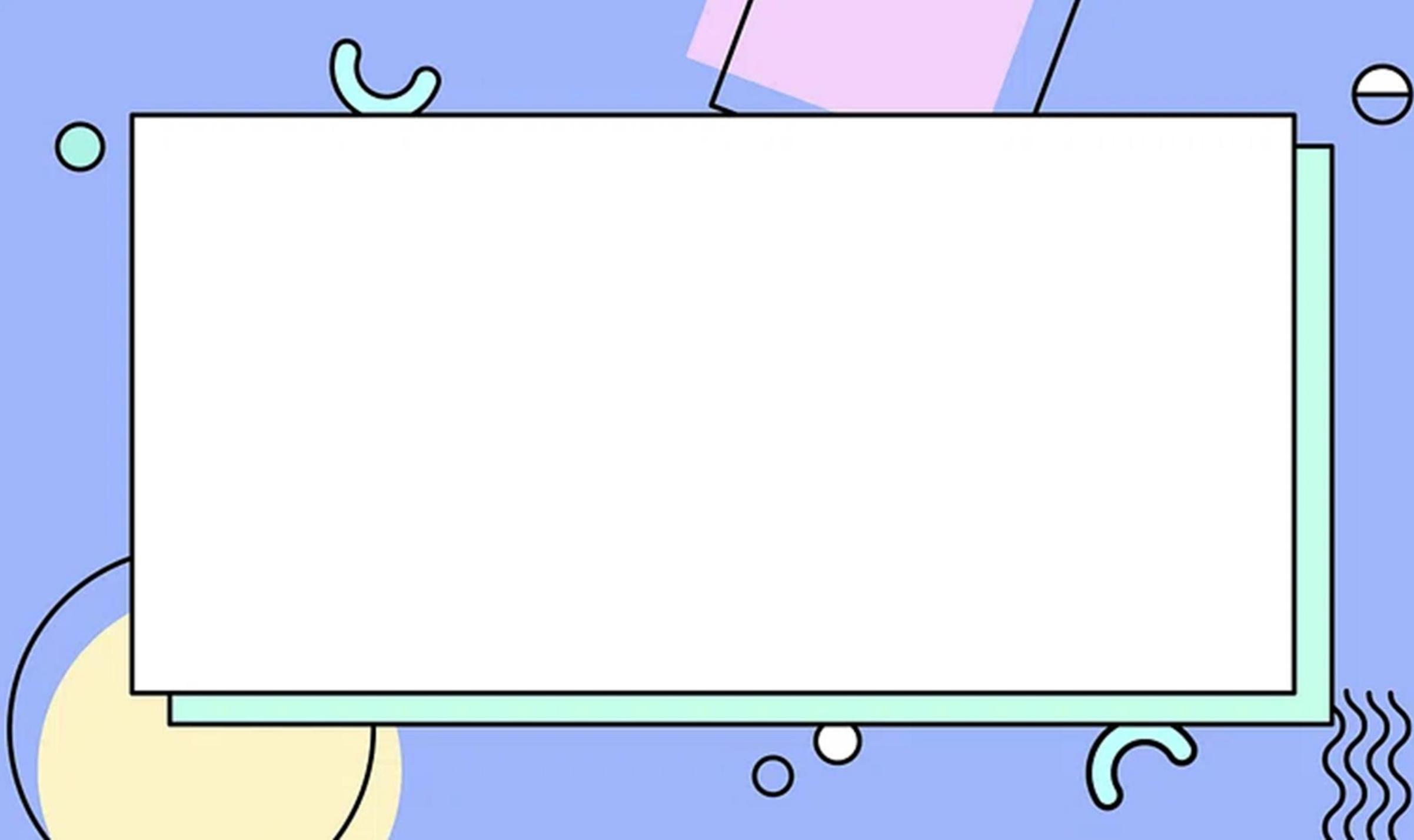
Lampiran 7

MATERI

PERSONAL HYGIENE

Yogyakarta, 5 Agustus 2023

Yullya Permina, S.Kep., Ns., MAN



Tujuan dari personal hygiene :

- Menghilangkan minyak yang menumpuk, keringat, sel-sel kulit yang mati dan bakteri
- Menghilangkan bau badan yang berlebihan
- Memelihara integritas permukaan kulit
- Menstimulasi sirkulasi / peredaran darah
- Memberikan kesempatan perawat untuk mengaji kondisi kulit
- Meningkatkan percaya diri seseorang
- Mencitakan keindahan
- Meningkatkan derajat kesehatan seseorang

Faktor yang mempengaruhi *personal hygiene*

- Budaya
 - Sejumlah mitos → orang sakit tidak boleh dimandikan
- Status sosial ekonomi
 - Kebutuhan sarana yang memadai berpengaruh pad akemampuan mempertahankan personal hygiene
- Agama
 - Keyakinan idividu dalam melaksanakan kebiasaan sehari-hari
- Status kesehatan
 - Kondisi sakit menghambat kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri

- Kebiasaan
 - Kebiasaan individu dalam menggunakan produk-produk tertentu dalam perawatan diri
- Cacat jasmani / mental bawaan
 - Menghambat individu untuk melakukan perawatan diri secara mandiri

Dampak yang timbul pada masalah *personal hygiene*

- Dampak fisik
 - Gangguan integritas kulit, membrane mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku
- Dampak psikologis
 - Gangguan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai , kebutuhan harga diri, aktualisasi diri dan gangguan interaksi sosial

Memandikan

- Memandikan adalah kemampuan dalam membantu memandikan klien diatas tempat tidur karena ketidakmampuan atau kelemahan fisik klien akibat penyakit yang dialami klien.

Tujuan

- Membersihkan kulit dan kotoran
- Menstimulasi sirkulasi pada kulit
- Mengurangi bau badan
- Meningkatkan citra diri
- Membuat klien merasa rilek dan segar

Persiapan Alat

- Dua buah handuk mandi
- Tiga buah waslap
- Sabun pada tempatnya
- Selimut mandi
- Dua buah baskom berisi air hangat $\frac{2}{3}$ bagian.
- Satu baskom sedang isi air $\frac{1}{2}$ bagian untuk merendam tangan dan kaki
- Pakaian bersih (pakaian rumah sakit/milik pasien)
- Perlengkapan mandi (deodoran, bedak, lotion), peralatan gosok gigi, sisir.
- Tempat pakaian/linen kotor
- Pispot/urinal
- Tissue
- Bengkok
- Botol berisi air untuk membilas sesudah BAB/BAK
- APD

Tahap Kerja

- Cuci tangan
- Gunakan APD
- Kaji toleransi klien terhadap aktivitas, tingkat ketidaknyamanan, kemampuan kognitif dan fungsi muskuloskeletal
- Tinjau kembali pesanan khusus untuk tindakan pencegahan khusus yang berkaitan gerakan atau posisi klien
- Atur suhu ruangan dan ventilasi, jaga privasi (tutup pintu kamar, jendela dan tarik tirai pembatas ruangan (jika ada))
- Siapkan alat yang diperlukan di dekat pasien
- Tawarkan klien pispot atau urinal

- Jika kulit klien itu kotor dengan drainase atau sekresi tubuh, gunakan sarung tangan sekali pakai,
- Bawa klien ke sisi yang paling dekat dengan perawat.
- Atur posisi tempat tidur pada ketinggian yang nyaman untuk bekerja (bila memungkinkan).
- Bantu klien menggosok gigi/dibantu.
- Pasang selimut mandi, lepaskan/tarik selimut tidur dari bawah selimut mandi. Jika memungkinkan minta klien memegang selimut mandi ketika selimut tidur ditarik. Gunakan selimut tidur jika tidak tersedia selimut mandi untuk menutupi pasien.

- Jika selimut tidur masih digunakan kembali, lipat dan letakkan pada trolley/kursi. Jika tidak digunakan lagi masukkan dalam tempat pakaian kotor.
- Lepaskan pakaian atau piyama klien. **Lepaskan pakaian dari sisi yang sehat terlebih dahulu.**
- Klien tetap tertutup menggunakan selimut mandi.
- Pakaian klien yang sudah dilepas dilipat rapih, diletakkan di atas kursi. Jika pakaian tidak akan di pakai lagi, tempatkan di tempat pakaian kotor.

- Mencuci muka:

- Letakkan handuk mandi di bawah kepala klien, dan handuk kedua di atas dada klien.
- Cuci mata klien dengan air hangat biasa. Tanyakan apakah orang itu memakai lensa kontak. jika ya lakukan perawatan mata.
- Basahi kelopak mata dengan waslap lembab selama 2-3 menit. Basuhlah mata menggunakan ujung waslap yang berbeda untuk setiap mata. Lap dari bagian dalam (dekat hidung) ke bagian luar kantung mata. Keringkan mata dengan hati-hati.
- Tanyakan apakah klien ingin menggunakan sabun untuk wajah. Bersihkan muka (dahi, pipi, hidung), telinga dan leher. Bilas beberapa kali (minimal 3x) kemudian keringkan dengan handuk.

- Mencuci lengan:

- Buka selimut mandi dari lengan yang paling jauh dari perawat. Letakkan handuk secara memanjang di bawah lengan.
- Bersihkan lengan dengan sabun dan air dengan gerakan tegas dan memanjang dari jari-jari ke arah bahu/aksila. Angkat dan sangga pergelangan tangan serta siku pasien sesuai kebutuhan ketika membersihkan aksila dengan seksama.
- Bilas minimal 3x dan keringkan lengan dan aksila dengan seksama, gunakan deodoran jika diinginkan.
- Angkat handuk dan lipat menjadi dua, letakkan ditempat tidur disamping klien. Taruh baskom diatas handuk klien dan rendam tangan dalam air selama 3-5 menit. Pindahkan baskom dan keringkan tangan.
- Lakukan demikian juga untuk lengan yang satunya.

- Mencuci dada dan perut

- Letakkan handuk mandi di atas dada pasien secara memanjang. Lipat selimut mandi ke bawah sampai ke umbilikal.
- Anjurkan klien mengangkat kedua tangan di atas kepala.
- Angkat handuk mandi, letakkan handuk disamping klien dekat perawat. Basuh dada dengan gerakan yang tegas dan memanjang. Perhatikan kulit di bawah payudara dan setiap lipatan kulit, terutama jika klien terlalu gemuk. Mungkin perlu mengangkat payudara ke atas sambil mengusap di bawahnya. Pada saat menyabun, berikan gerakan memutar. Bilas minimal 3x dengan gerakan memanjang dan keringkan dengan baik.
- Tutupi dada dan abdomen dengan bagian atas selimut mandi.
- Periksa suhu air mandi, dan ganti jika perlu

- Mencuci punggung

- Ganti air mandi.
- Lepas pakaian bawah.
- Bantu klien miring membelakangi perawat.
- Letakkan handuk mandi memanjang di sepanjang punggung dan bokong.
- Basuh punggung klien dari tengkuk, bahu sampai ke bokong dan koksigis, gunakan gerakan memutar pada saat menyabun. Bilas minimal 3x dengan gerakan memanjang. Perhatikan lipatan bokong dan anus, keringkan.
- Gunakan lotion / bedak sesuai dengan kebiasaan klien.
- Pakaikan pakaian dalam bersih atau piyama. Gunakan pakaian dari sisi yang sakit.

- Mencuci kaki

- Buka kaki yang jauh dari perawat dengan melipat selimut mandi di sepanjang garis tengah. Pastikan perineum tetap tertutup.
- Tekuk lutut klien dengan meletakkan tangan perawat di bawah tungkai; pasang handuk memanjang di bawah tungkai.
- Bersihkan kaki dari tungkai ke paha dengan gerakan memanjang, bilas minimal 3x dan keringkan.
- Lakukan demikian juga pada kaki yang lain.
- Lipat handuk menjadi dua dan letakkan baskom di atasnya, rendam kedua kaki secara bergantian dalam air 3-5 menit, keringkan.

- **Membersihkan genitalia**

- Bantu klien untuk pembersihkan genitalia.
- Buka area genitalia. Letakkan handuk di bawah bokong. Bersihkan genitalia dan perineum.
- Apabila klien dapat membersihkan genitalia sendiri, bantu memakaikan waslap, dan minta klien membersihkan genitalianya. Bila tidak bisa, dibantu oleh perawat.

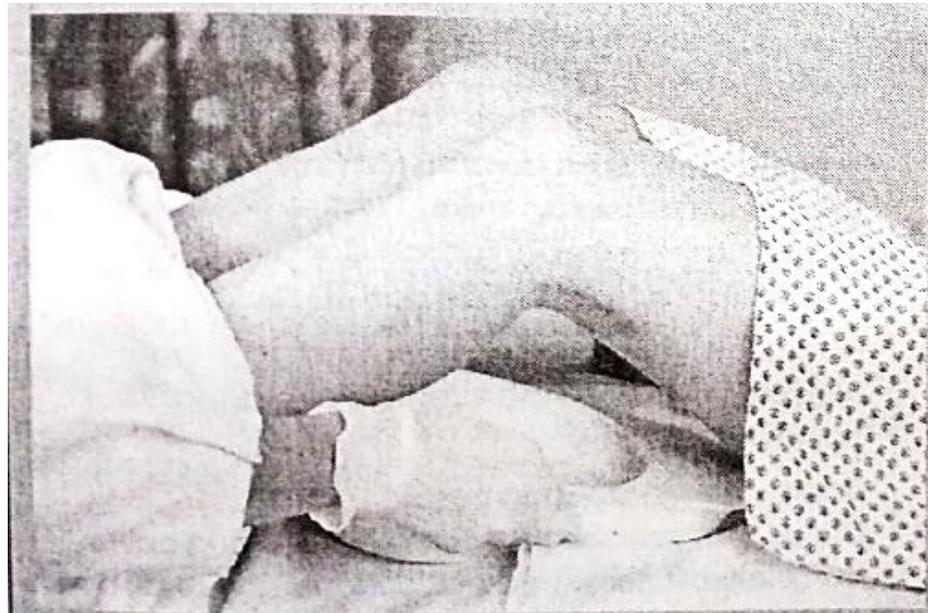
- Setelah selesai, lepaskan sarung tangan dan buang pada tempatnya.
- Oleskan lotion tubuh atau minyak tambahan sesuai keinginan.
- Bantu pasien mengenakan pakaian bawah
- Bantu klien menyisir rambut sesuai dengan SOP menyisir rambut.
- Rapihan lingkungan atau ganti linen tempat tidur, bila perlu.
- Bereskan alat-alat.
- Buka gordin, jendela, dan pintu.
- Mencuci tangan.

Membantu BAK/ BAB

- Persiapan alat
 - Pispot/ urinal
 - Tisu kering
 - Botol berisi air bersih
 - Alat pelindung diri: yas, masker, sarung tangan
 - Pengalas

Tahap Kerja

- Perawat cuci tangan
- Kenakan yas, masker, dan sarung tangan
- Tutup pintu/ gorden
- Buka pakaian bawah klien
- Pasang pengalas di bawah pantat
- Atur posisi klien :
- Jika klien pria anjurkan posisi telentang lalu pasang urinal dengan tepat
- Jika klien wanita anjurkan klien mengangkat pantat atau memiringkan klien dan pasang pispot dengan tepat kemudian fleksikan lutut

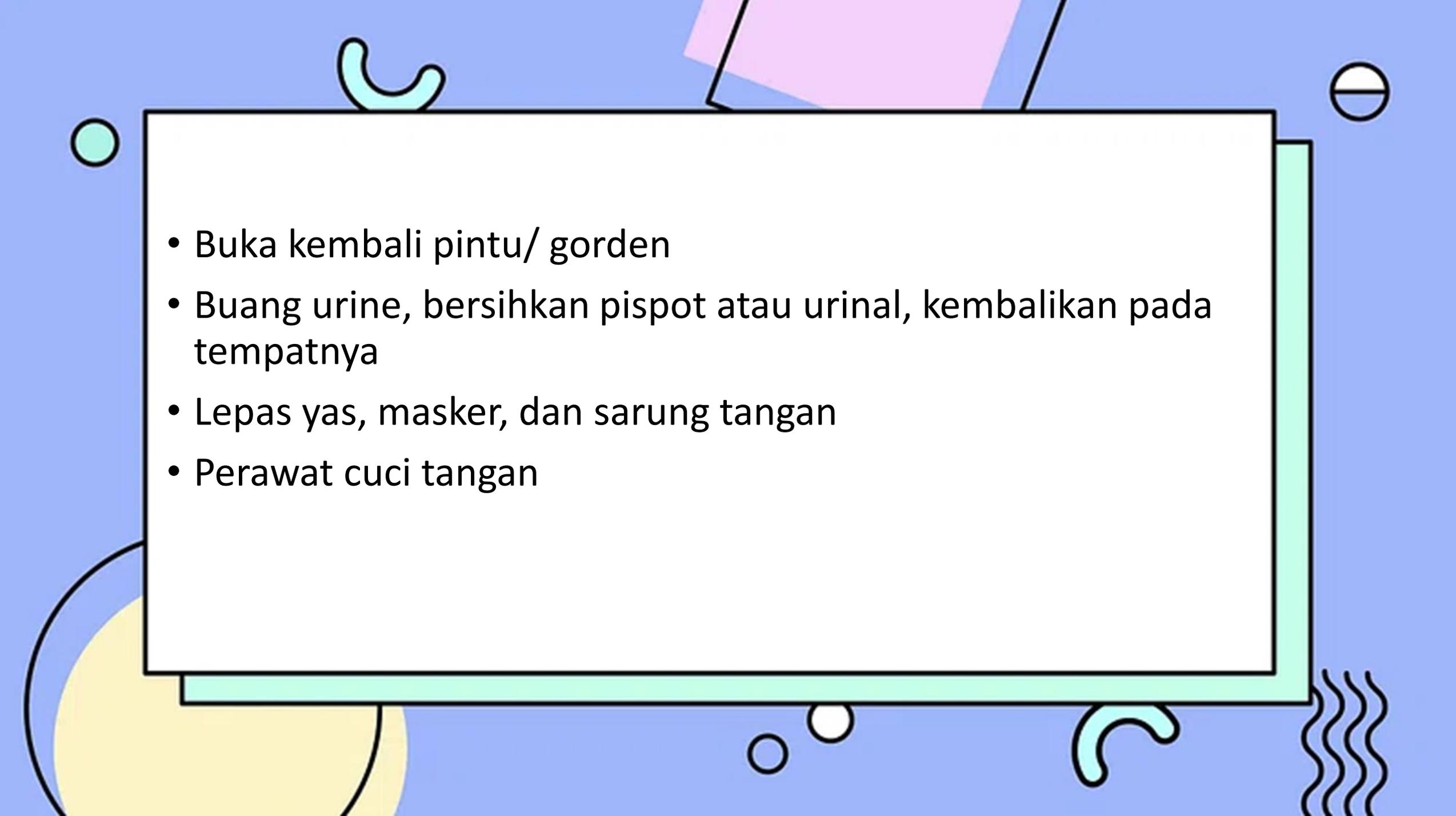


Gambar 46-11 ■ Menaruh pispot penyelip ke bawah bokong.



Gambar 46-12 ■ Menaruh pispot biasa ke bokong klien.

- Tutup bagian bawah dengan selimut
- Anjurkan pasien untuk memberitahu apabila sudah selesai BAK/BAB
- BAK
 - Pada klien wanita: bersihkan vulva dan membilasnya dengan air kemudian keringkan dengan tisu
 - Pada klien pria: bersihkan dengan tisu
- BAB
 - Bersihkan anus klien dengan cara : basahi kapas cebok, bersihkan anus dari depan ke belakang lalu buang ke bungkuk. Ulangi sampai area anus dan perineum bersih. Angkat pispot, tutup dan turunkan. Keringkan pantat dengan tisu kering.
- Angkat urinal/pispot kemudian tutup dan taruh di bawah bed klien
- Angkat pengalas
- Kenakan pakaian bawah, rapikan klien, dan atur posisi klien senyaman mungkin

- 
- Buka kembali pintu/ gorden
 - Buang urine, bersihkan pispot atau urinal, kembalikan pada tempatnya
 - Lepas yas, masker, dan sarung tangan
 - Perawat cuci tangan



**Terima
kasih!**

