

JOB SHEET

NAMA KOMPETENSI : Asuhan Kebidanan Holisticcare

UNIT KOMPETENSI : Foot SPA

WAKTU : 10 Menit

A. REFERENSI

Arimurti, I. S., Aini, R., & Rosmilawati, R. (2020). Asuhan Umum Kebidanan Komplementer
Complementary General Midwifery Care.

B. OBJEKTIF PERILAKU

1. Setelah mengikuti praktikum, mahasiswa dapat menyiapkan alat untuk melakukan Foot SPA dasar sesuai dengan prosedur yang telah di berikan
2. Mahasiswa dapat melakukan Foot SPA dasar dengan benar sesuai dengan prosedur yang ada pada job sheet.

C. DASAR TEORI

SPA berasal dari bahasa latin dan diambil dari istilah *sante par aqua* yang artinya sehat melalui terapi air. Dengan begitu, semua tempat yang disebut spa harus memiliki fasilitas hidroterapi. Perawatan kaki atau yang sering disebut *foot spa* merupakan perawatan yang dikhususkan pada kaki, agar terlihat halus, lembab dan lembut serta jauh dari permasalahan kaki. Manfaat Foot SPA diantaranya :

1. Merilekskan otot-otot (jari kaki) serta dapat memperlancar sirkulasi darah pada bagian telapak kaki
2. Menghilangkan bau kaki
3. Menyehatkan kulit dan kuku
4. Menghilangkan rasa pegal dan capek pada kaki
5. Bisa digunakan untuk manicure dan pedicure
6. Dapat mencegah tumit pecah)
7. Sebagai bagian therapy untuk kesegaran fisik dan mental (refreshing)

D. PETUNJUK BAGI MAHASISWA



1. Melakukan secara sistematis
2. Baca dan pelajari lembar kerja yang tersedia
3. Ikuti petunjuk Dosen/Instruktur Laboratorium
4. Tanyakan pada Dosen/Instruktur Laboratorium bila terdapat hal hal yang kurang dimengerti
5. Siapkan Alat dan Bahan yang diperlukan

E. KESELAMATAN KERJA







1. Perhatikan prinsip-prinsip Pencegahan Infeksi (PI), yaitu dengan mencuci tangan dan menggunakan APD sebelum melakukan tindakan
2. Perhatikan kebersihan lingkungan sekitar.
3. Setelah mencuci tangan jauhkan tangan dari benda-benda yang sudah terkontaminasi.









ALAT- ALAT YANG DI GUNAKAN PADA TINDAKAN FOOT SPA





No	Nama alat	Gambar	No	Nama alat	Gambar
1	Musik		2	Aroma Terapi	
3	Waslap		4	Baskom berisi air hangat	
5	Tisue		6	APD	
7	Minyak Pijat		8	Handuk	
9	Garam Kaki		10	Sikat Kaki	
11	Sendok Takar		12	Keset	

13	Sabun Cuci tangan		14	Tempat sampah	
----	-------------------	---	----	---------------	--

PROSEDUR PELAKSANAAN FOOT SPA

No	Langkah	Gambar
1.	1. Identifikasi pasien pastikan pasien sesuai dengan etiket 2. Jelaskan prosedur tindakan	
2.	Persiapkan ruangan dalam kondisi hangat, terang dan tidak pengap Key point Jaga privacy pasien	
3.	Menyiapkan alat-alat Key Point : ✓ Pastikan alat-alat sudah tersedia dengan lengkap	
4.	Mencuci tangan 6 langkah menggunakan sabun, kemudian bilas di air mengalir, lalu keringkan dengan tissue Key point Lepaskan jam tangan, dan perhiasan sebelum mencuci	
5.	Masukkan air hangat ke dalam waskom atau wadah untuk merendam kaki.	
6.	Kemudian, masukkan garam kaki secukupnya	
7.	Rendam kaki selama 10 menit.	

8.	Telapak kaki dibersihkan dengan sikat kaki yang lembut. (posisi terapis berada didepan klien dengan posisi duduk)	
9.	Setelah selesai kaki dikeringkan dengan handuk bersih. (posisi terapis berada didepan klien dengan posisi duduk)	
10.	Pijat kaki ibu, memakai ibu jari membuat lingkaran (petiasi) kecil-kecil di jari-jari, dimulai dari jari kelingking kanan, kemudian kaki kiri masing masing jari diulang 3 kali	
11.	Membuat Gerakan mencabut disetiap jari, dimulai dari jari kelingking dilakukan 3 kali	
12.	Membuat lingkaran-lingkaran di seluruh punggung kaki dengan jari tengah dan jari manis kedua tangan sampai ke tumit, dilakukan 3 kali	
13.	Dengan jari tengah dan jari manis kedua tangan dimulai pergelangan kaki melingkar-lingkar di sepanjang sisi kaki sampai di samping lutut, dilakukan 3 kali	
14.	Membuat Gerakan mendorong sambil melingkar di sepanjang kaki dan pergelangan sampai lutut dengan seluruh tangan, dilakukan 3 kali	
15.	Membuat usapan (effleurage) pada betis kaki dengan 4 jari kedua tangan bergantian dari mata kaki samapi belakang lutut, dilakukan 3 kali	

16.	Kaki klien diletakan pada lutut pemijat, membuat Gerakan mendorong ditelapak kaki beberapa kali, tangan digengam dilakukan 3 kali	
17.	Kaki klien diletakan di lutut, dipegang pada pergelangan kaki, tangan kanan memegang sisi jari kemudian membuat Gerakan memutar berlahan ke kiri 3 kali dan kekanan 3 kali, lalu di dorong dengan kuat	
18.	Membereskan semua alat-alat yang sudah digunakan	
19.	Mencuci tangan 6 langkah dengan sabun di air mengalir kemudian keringkan dengan handuk.	

EVALUASI

1. Mahasiswa melakukan pengkajian data subjektif pada pasien secara individu.
2. Setiap tahap dapat dikerjakan dengan, teliti dan sistematis sesuai dengan prosedur.
3. Pembimbing dosen menilai langkah-langkah setiap tahapan dengan menggunakan checklist.