

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RISIKO
PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI
DI PUSKESMAS MAOS
CILACAP**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh :

**SUKIRNO
NIM. 41121232060**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2025**

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RISIKO
PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI
DI PUSKESMAS MAOS
CILACAP**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners Pada
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap**

Oleh :

**SUKIRNO
NIM. 41121232060**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2025**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

KIAN ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : SUKIRNO

NIM : 41121232060

Tanda Tangan :

Tanggal : 4 Februari 2025

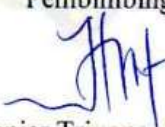
HALAMAN PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RISIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DAN PENERAPAN SENAM HIPERTENSI DI PUSKESMAS MAOS CILACAP

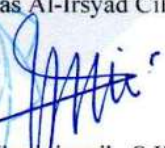
Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji
Program Studi Profesi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh :
SUKIRNO
NIM. 41121232060

Cilacap, 4 Februari 2025
Pembimbing


Heru Ginanjar Triyono, M.Kep., Ns.,
NIP. 103 102 21082

Mengetahui :
Ketua Program Studi Profesi Ners
Universitas Al-Irsyad Cilacap


Trimelha Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : SUKIRNO

NIM : 41121232060

Judul KIAN : Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien dengan Masalah Keperawatan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif dan Penerapan Senam Hipertensi di Puskesmas Maos Cilacap

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama



Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns.
NIP. 103 109 8226

Penguji Anggota



Heru Ginanjar Trivono, M.Kep., Ns.
NIP. 103 102 21082

Mengetahui:

Ketua Program Studi Profesi Ners



Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap



Sohimah, M.Keb
NIP. 103 100 3469

**Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien dengan Masalah Keperawatan Risiko
Perfusi Serebral Tidak Efektif dan Penerapan Senam Hipertensi
di Puskesmas Maos Cilacap**

***Gerontic Nursing Care for Patient with Nursing Problems of Ineffective Cerebral
Perfusion Risk and Implementation of Hypertension Exercises***

Sukirno¹, Heru Ginanjar Triyono²

^{1,2}*Health Science Al-Irsyad University Cilacap
Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap*

ABSTRAK

Penduduk berusia 60 tahun ke atas di dunia akan meningkat. Penyakit yang sering dialami lansia adalah hipertensi. Terapi untuk mengurangi resiko terjadinya efek samping akibat konsumsi obat secara berlebihan adalah dengan menambahkan terapi non farmakologi salah satunya adalah senam hipertensi. Tujuan penulisan ini adalah menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada asuhan keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan senam hipertensi. Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang berbentuk studi kasus. Pasien kelolaan dalam studi kasus ini adalah 1 orang lansia yang mengalami hipertensi pada 13 - 19 Juni 2024. Terapi yang diberikan Ny. S adalah senam hipertensi meliputi pemanasan (warming up) kira kira selama 8-10 menit, latihan inti kurang lebih 25 menit dan pendinginan dilakukan selama 8-10 menit yang dilakukan 3 kali dalam 1 minggu. Hasil studi kasus ini adalah Senam hipertensi efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi sebesar 17,4% tekanan sistole dan 18,8% pada tekanan diastole.

Kata Kunci : Lansia, Senam, Hipertensi

ABSTRACT

The population aged 60 years and over in the world will increase. The disease that is often experienced by the elderly is hypertension. Therapy to reduce the risk of side effects due to excessive drug consumption is to add non-pharmacological therapy, one of which is hypertension exercise. The purpose of this paper is to apply geriatric nursing care to geriatric nursing care for patient with nursing problems of ineffective cerebral perfusion risk and the application of hypertension exercise. The design of this study is a descriptive study in the form of a case study. The patient managed in this case study was 1 elderly person who had hypertension on June 13-19, 2024. The therapy given by Mrs. S was hypertension exercise including warming up for approximately 8-10 minutes, core exercises for approximately 25 minutes and cooling down for 8-10 minutes which was done 3 times in 1 week. The results of this case study are that hypertension exercise is effective in lowering blood pressure in hypertensive patients by 17.4% systolic pressure and 18.8% diastolic pressure.

Keyword : Elderly, Gymnastics, Hypertension

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : SUKIRNO
NIM : 41121232060
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien dengan Masalah Keperawatan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif dan Penerapan Senam Hipertensi di Puskesmas Maos Cilacap

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cilacap, 4 Februari 2025
Yang menyatakan,

SUKIRNO
NIM. 41121232060

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat *Allah Subhanahu WaTa'ala*, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KIAN) dengan judul Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien dengan Masalah Keperawatan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif dan Penerapan Senam Hipertensi di Puskesmas Maos Cilacap. KIAN ini diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Profesi Ners di Universitas Al-Irsyad Cilacap. Penyusunan KIAN ini tidak terlepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes., selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk mengadakan penelitian.
2. Sohimah, S.ST., M. Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah mengesahkan KIAN ini.
3. Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep., Ns. selaku Penguji Utama yang telah memberikan saran dan kritik demi perbaikan KIAN ini.
5. Heru Ginanjar Triyono, M.Kep., Ns. selaku Pembimbing Utama dan Penguji Anggota yang telah memberikan arahan, masukan, saran dan kritik demi perbaikan KIAN ini.
6. Segenap dosen dan karyawan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

7. Istri dan anak-anak tercinta yang telah memberikan motivasi dan bantuan moril maupun material dan doa restunya.
8. Rekan mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap yang selalu memberikan semangat dan kerja samanya selama pendidikan.
9. Semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan KIAN ini.

Peneliti berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu penyusunan dan penyelesaian KIAN ini. Peneliti menyadari bahwa KIAN ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan KIAN ini. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Cilacap, 4 Februari 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Studi Kasus.....	3
C. Manfaat Studi Kasus.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Medis: Hipertensi	6
B. Konsep Asuhan Keperawatan.....	16
1. Konsep Lansia	16
2. Senam hipertensi	20
3. Asuhan Keperawatan.....	23
C. <i>Evidence Base Practice</i> (EBP)	35
BAB III METODE TINJAUAN KASUS	
A. Desain Karya Ilmiah Akhir Ners	37
B. Pengambilan Subjek	37
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus	38
D. Definisi Operasional.....	38
E. Instrumen Studi Kasus.....	38
F. Metode Pengumpulan Data	39

G. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	40
H. Analisis Data dan Penyajian Data	41
I. Etika Studi Kasus	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Asuhan Keperawatan.....	45
1. Ringkasan hasil pengkajian	45
2. Diagnosa keperawatan.....	48
3. Rencana Keperawatan	49
4. Implementasi	51
5. Evaluasi	55
6. Hasil penerapan tindakan keperawatan penerapan EBP....	58
B. Pembahasan	59
1. Analisis karakteristik klien/pasien.....	59
2. Analisis masalah keperawatan utama.....	61
3. Analisis tindakan keperawatan pada diagnosa keperawatan utama	63
4. Analisis tindakan keperawatan sesuai dengan hasil penelitian	65
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	Pathway	16
-----------	---------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VIII Tahun 2015 –2018	6
Tabel 2.2	<i>Evidence Base Practice</i> (EBP) Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah pada Lansia.....	35
Tabel 3.1	Definisi Operasional	38
Tabel 4.1	Hasil Penerapan Terapi Senam Hipertensi pada Ny. M	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran-1	Asuhan Keperawatan
Lampiran-2	Surat Permohonan Menjadi Pasien Kelolaan
Lampiran-3	<i>Informed Consent</i>
Lampiran-4	SOP Senam Hipertensi
Lampiran-5`	Jurnal EBP
Lampiran 6	<i>Log Book</i>