

Asuhan Keperawatan pada Klien Dengan Masalah Keperawatan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif dan Penerapan Senam Hipertensi di Puskesmas Binangun Cilacap

Nursing Care for Clients with Nursing Problems of Ineffective Cerebral Perfusion Risk and Implementation of Hypertension Exercises at the Binangun Cilacap Health Center

Ana Komariyah¹, Heru Ginanjar Triyono²

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

ABSTRAK

Proses penuaan pada manusia merupakan proses yang alami yang tidak dapat dicegah sehingga lansia sering mengalami hipertensi. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan oleh pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darah adalah dengan melakukan senam hipertensi. Tujuan studi kasus ini adalah penulis mampu menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan senam hipertensi. Penulis melakukan asuhan keperawatan pada 1 orang pasien lansia dengan hipertensi pada 13-19 Januari 2025 di Puskesmas Binangun. Intervensi dilakukan selama 3 kali senam hipertensi. Instrumen pengumpulan data asuhan keperawatan dimulai dari pengkajian sampai evaluasi keperawatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah diberikan terapi senam hipertensi mengalami penurunan tekanan dari 177/85 mmHg menjadi 145/90 mmHg. Senam hipertensi efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi sebesar 18% tekanan sistole dan meningkatkan 5,6% pada tekanan diastole.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, Senam

ABSTRACT

The aging process in humans is a natural process that cannot be prevented so that the elderly often experience hypertension. One of the non-pharmacological therapies that can be done by hypertensive patients to control blood pressure is by doing hypertension exercises. The purpose of this case study is that the author is able to apply geriatric nursing care to patients with nursing problems of ineffective cerebral perfusion risk and the application of hypertension exercises. The author provided nursing care to 1 elderly patient with hypertension on January 13-19, 2025 at the Binangun Health Center. The intervention was carried out for 3 hypertension exercises. The nursing care data collection instrument started from the assessment to the nursing evaluation. The results showed that after being given hypertension exercise therapy, there was a decrease in pressure from 177/85 mmHg to 145/90 mmHg. Hypertension exercise is effective in reducing blood pressure in hypertensive patients by 18% systolic pressure and increasing 5.6% in diastolic pressure.

Keyword : Elderly, Hypertension, Gymnastics