

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN PRIORITAS MASALAH DEFISIT
PENGETAHUAN DENGAN PENERAPAN
SENAM HIPERTENSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH TINGGI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILACAP UTARA II**

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 : DARMILA, Skep
NIM. 113 122 102**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2022/2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN PRIORITAS MASALAH DEFISIT
PENGETAHUAN DENGAN PENERAPAN
SENAM HIPERTENSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH TINGGI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILACAP UTARA II**

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 : DARMILA, Skep
NIM. 113 122 102

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
TAHUN 2022/2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN PRIORITAS MASALAH DEFISIT PENGETAHUAN
DENGAN PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILACAP UTARA II**

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

Oleh :
DARMILA, S.Kep
NIM. 113 122 102

Cilacap,
Pembimbing

Ahmad Kusnaeni, M.Kep, Ns
NIP. 103 101 0772

Mengetahui
Ketua program studi profesi ners


Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.kes
NIP. 103 100 3441

SURAT PERNYATAAN
LAYAK UJI SIDANG KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Nama Mahasiswa : Darmila, S.Kep
NIM : 113 122 102
Judul KIAN : Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi dengan Prioritas Masalah Defisit Pengetahuan dengan Penerapan Senam Hipertensi terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Utara II
No. HP : 08882879207
Penguji : Yuni Sapto, M.Kep, Ns

Dinyatakan telah layak untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners Prodi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

Cilacap, 19 Juni 2023

Pembimbing


Ahmad Kusnaeni, M.Kep, Ns

NIP. 103 101 0772

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : Darmila, S.Kep
NIM : 113 122 102
Judul KIAN : Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi dengan Prioritas Masalah Defisit Pengetahuan dengan Penerapan Senam Hipertensi terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Utara II
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Fakultas : 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 Al-Irsyad Cilacap

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama



(Yuni Sapto, M.Kep, Ns)
NIP. 103 109 8226

Penguji Anggota



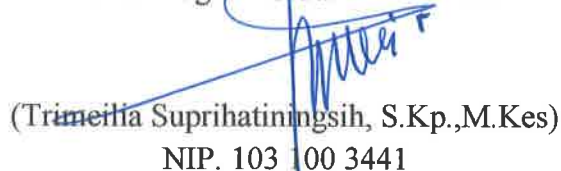
(Ahmad Kusnaeni, M.Kep, Ns)
NIP. 103 101 0772

Ditetapkan di : Cilacap

Tanggal :

Mengetahui


Ketua Program Studi Profesi Ners



(Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp.,M.Kes)
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap



(Sohimah, M.Keb)
NIP. 103 100 3469

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah Subhanallahu WaTa'ala atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan (Karya Ilmiah Akhir Ners) KIAN ini. shalawat dan salam juga tercurah bagi Rasulullah Shallalahualaihiwassalam yang telah menjadi tauladan yang baik dan penuntun hidup. Penulisan KIAN ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapaigelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan KIAN ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan KIAN ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Sarwa, AMK.,S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Sohimah, M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
3. Trimeilia Suorihatiningih, S.Kp., M.Kes. selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Ahmad Kusnaeni, M.Kep, Ns selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan KIAN ini.
5. Kelurahan Tritih Kulon yang telah menjadi tempat praktik dan banyak membantu dalam memperoleh data KIAN.
6. Puskesmas Cilacap Utara II yang telah membantu dan memberikan dukungan berupa data dan fasilitas dalam menyelesaikan KIAN.

7. Suami dan anak tercinta yang telah memberikan dukungan materi, moril dan memberikan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.
8. Sahabat seperjuangan yang telah berjuang bersama dalam menempuh jenjang kuliah di Universitas Al Irsyad Cilacap.
9. Semua pihak yang membantu penyusunan skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bias disebut satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Cilacap, Juni 2023

Darmila, S.Kep

**SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Darmila, S.Kep
NIM : 113 122 102
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Fakultas : 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 KELUARGA PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PRIORITAS MASALAH DEFISIT PENGETAHUAN DENGAN PENERAPAN SENAM HIPERTENSI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CILACAP UTARA II Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif 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 penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cilacap,

(Darmila, S.Kep)

Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi dengan Prioritas Masalah Defisit Pengetahuan dengan Penerapan Senam Hipertensi terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Utara II

Darmila¹, Ahmad Kusnaeni²
^{1,2}Universitas Al-Irsyad Cilacap
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap
Email : dar.mila@yahoo.co.id

ABSTRAK

Nama : Darmila

NIM : 113 122 102

Judul : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Hipertensi Pada Ny. S dengan Penerapan Senam Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Utara II

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang serius, yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Menurut *World Health Organization* tahun 2021 hipertensi menjadi penyebab kematian utama di seluruh dunia hal itu terkait hipertensi sebagai faktor risiko berbagai penyakit serius. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dalam (Alamsyah et al. 2021) presentasi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Adapun berdasarkan faktor risikonya, hipertensi dipengaruhi faktor yang tidak dapat diubah seperti riwayat penyakit keluarga dan peningkatan usia, dan faktor yang dapat diubah, yaitu berdasarkan gaya hidup mencakup pengaturan diet, aktivitas fisik, menghindari alkohol dan nikotin. Menurut (*American Heart Association*, 2017) gaya hidup menjadi faktor penting dalam pengendalian tekanan darah. Mengatur gaya hidup seperti diet, berhenti merokok, dan meningkatkan aktivitas fisik secara teratur. Aktifitas fisik dapat berupa olahraga teratur sebagai terapi non farmakologis. Olahraga seperti senam hipertensi mampu mendorong jantung bekerja secara optimal, sehingga terjadinya penurunan tekanan darah. **Tujuan** penulisan adalah menganalisis asuhan keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi. **Metode** yang digunakan adalah studi kasus dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, pemeriksaan fisik. Penatalaksanaan latihan fisik: senam hipertensi 1 kali sehari selama 5 hari pemberian. **Hasil** analisis data menunjukkan beberapa diagnosis yaitu Defisit pengetahuan tentang penatalaksanaan hipertensi, dan Manajemen kesehatan tidak efektif. Hasil intervensi edukasi latihan fisik : senam hipertensi menunjukkan terjadinya penurunan tekanan darah secara bertahap dari 160/102 mmHg menjadi 140/80 mmHg **Kesimpulan** berdasarkan hasil evaluasi kasus yang dilakukan menyatakan bahwa penerapan latihan fisik: senam hipertensi sesuai dengan jadwal yang ditetapkan menunjukkan penurunan tekanan darah, hal ini mengindikasikan bahwa latihan fisik: senam hipertensi efektif dilakukan pada keluarga yang mengalami hipertensi.

Kata Kunci : Keluarga, Hipertensi, Latihan Fisik, Senam Hipertensi

***Family Nursing Care Hypertension Patiens with Knowledge Deficit Problem
Priority with Application Hypertension exercises for Reducing High Blood
Pressure in
Public Health Center Cilacap Utara II***

Darmila¹, Ahmad Kusnaeni²
^{1,2} University Al-IrsyadCilacap
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap
Email : dar.mila@yahoo.co.id

ABSTRACT

Background: Hypertension or high blood pressure is a serious health problem, which significantly increases the risk of heart, brain, kidney and other diseases. According to the World Health Organization in 2021 hypertension is the main cause of death worldwide, this is related to hypertension as a risk factor for various serious diseases. Based on the results of Basic Health Research (Riskesdas) in (Alamsyah et al. 2021) the presentation of hypertension in Indonesia is 34.1%. As for the risk factors, hypertension is influenced by factors that cannot be changed, such as family and increasing age, and factors that can be changed, lifestyle, diet, daily physical activity, alcohol and nicotine. According to (American Heart Association, 2017) lifestyle is an important factor in controlling blood pressure. Adjust lifestyle such as diet, stop smoking, and increase regular physical activity. Physical activity can be in the form of regular exercise as non-pharmacological therapy. Sports such as hypertension gymnastics can encourage the heart to work optimally, resulting in a decrease in blood pressure. **The purpose** of writing is to analyze family nursing care with hypertension problems. The method used is a case study with data collection techniques through observation, interviews, physical examination. Management of physical exercise: exercise for hypertension once a day for 5 days. **The results** of the data analysis showed several diagnoses, namely knowledge deficit about hypertension management, and ineffective health management. The results of the physical exercise education intervention: hypertension exercise showed a gradual decrease in blood pressure from 160/102 mmHg to 140/80 mmHg. **The conclusion** based on the results of the case evaluation stated that the application of physical exercise: hypertension exercise according to the established schedule showed a decrease in blood pressure, this indicates that physical exercise: hypertension exercise was effective in families who experienced hypertension

Keywords: Family, Hypertension, Physical Exercise, Hypertension Exercise

CURICULUM VITAE



A. Identitas Diri

Nama : Darmila, S.Kep
Tempat/tanggal lahir : Palembang, 07 April 1984
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jl Klandasan 3 No. 65 RT.03 RW.IX Donan
Cilacap Tengah
Agama : Islam
Status perkawinan : Menikah

B. Identitas Orang Tua

Nama Ayah : Pikar
Nama Ibu : Halimah
Alamat : Jl MRS Ganda Subrata No. 4977 RT.07 RW.11
Sukajaya Sukarami Palembang

Riwayat Pendidikan :

1. Tahun 2003-2005 : Akper Siti Khadijah Palembang
2. Tahun 2009-2010 : STIKES Siti Khadijah Palembang, Prodi Studi S1

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LAYAK UJI SIDANG KARYA ILMIAH AKHIR NERS	E
rror! Bookmark not defined.	
LEMBAR PENGESAHAN	E
rror! Bookmark not defined.	
KATA PENGANTAR	i
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK.....	viii
CURICULUM VITAE.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan.....	5
C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Medis	
1. Pengertian.....	8
2. Klasifikasi Hipertensi.....	9
3. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	9
4. Etiologi.....	10
5. Faktor Risiko.....	14

6. Patofisiologi Hipertensi.....	16
7. Komplikasi Hipertensi.....	19
8. Penatalaksanaan Hipertensi.....	20
B. Konsep Senam Hipertensi.....	23
1. Pengertian Senam Hipertensi.....	23
2. Manfaat Senam Hipertensi.....	24
3. Lamanya Senam Hipertensi.....	25
4. Aspek Fisiologi.....	25
5. Tehnik dan Cara Senam.....	25
C. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga.....	26
1. Pengkajian Keperawatan Keluarga.....	27
2. Perumusan Diagnosa Keperawatan Keluarga.....	32
3. Diagnosis Keperawatan (SDKI).....	39
4. Perencanaan Keperawatan.....	40
5. Implementasi Keperawatan	44
6. Evaluasi.....	45
D. Evidence Base Practice (EBP).....	47
BAB III TINJAUAN KASUS	
A. Pengkajian Keluarga.....	54
B. Diagnosa Keperawatan.....	77
C. Perencanaan Keperawatan.....	78
D. Implementasi Keperawatan.....	86
E. Evaluasi.....	94
F. Penilaian Kemandirian Keluarga.....	103
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Analisis Masalah Keperawatan dan Konsep Kasus Terkait.....	104
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	110
B. Saran.....	111

DAFTAR PUSTAKA.....	113
---------------------	-----