

**PENGARUH SENAM HIPERTENSI PADA TN. I
DENGAN HIPERTENSI DI DINAS SOSIAL
BPSTW BUDI LUHUR YOGYAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Untuk Memenuhi Syarat Profesi Ners



DISUSUN OLEH :

TRYA DWI PUTRI

243203006

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENGARUH SENAM HIPERTENSI PADA TN. I DENGAN
HIPERTENSI DI DINAS SOSIAL BPSTW BUDI LUHUR
YOGYAKARTA

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal: 14 - Maret - 2025

Disusun Oleh:

TRYA DWI PUTRI

243203006

Telah disetujui oleh:

Yogyakarta, 1 - 09 - 2025

Penguji

Ferianto, S.Kep., Ners., M.Kep
NIDN: 05-1002-8502

Pembimbing I

Dr. Sujono Riyadi, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN: 05-0108-7601

Pembimbing II

Sidik Prayitno, S.Kep
NIP: 198409092010011013

Mengetahui,

Ka. Prodi Profesi Ners

Retno Sumiyarini, S.Kep., Ns., M.Med.Ed.
NPP: 2009-13-0026

PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di Bawah ini, adalah mahasiswa profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Trya Dwi Putri

NPM : 243203006

Program studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Pengaruh Senam Hipertensi Pada Tn. I Dengan Hipertensi Di Dinas Sosial Bpstw Budi Luhur Yogyakarta.

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul di atas adalah asli karya saya sendiri bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang teracu pada karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulis ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau temuan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlakus sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 31 Agustus 2025



Trya Dwi Putri

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, yang mana atas izin dari Nya penulis mampu menyelesaikan Laporan Karya Ilmia Akhir Ners dengan judul “pengaruh senam hipertensi pada tn. I dengan hipertensi di Dinas Sosial BPSTW Budi Luhur Yogyakarta”. Adapun maksud dari penulisan Karya Ilmia Akhir Ners ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan ujian Program Studi Profesi Ners di Universitas Jendral Achmad Yani.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, dukungan, doa, motivasi, serta semangat yang sangat berarti dalam penyusunan Karya Ilmia Akhir Ners ini. Ucapan terima kasih dengan tulus penulis sampaikan kepada yang terkasih dan terhormat:

1. Prof. Dr. Rer.nat.apr. Triana Hertiani, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ibu Ida Nursanti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Rento Sumiyarini, M.Med., Ed selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Fajriyati NA, M.Kep selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing selama proses perkuliahan.
5. Bapak Dr Sujono Riyadi, M.Kes, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bantuan, motivasi, dan berkenan meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan arahan selama penulisan tugas akhir Karya Ilmia Akhir Ners ini.
6. Bapak Sidik Prayitno, S.Kep, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan motivasi dan berkenan memberikan bimbingan dan arahan selama penulisan tugas akhir Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
7. Bapak Ferianto, M.Kep, selaku dosen penguji yang telah memberikan kiritik dan masukan kepada peneliti dalam penelitian Karya Ilmia Akhir Ners ini.

8. Seluruh dosen Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan, skill, dan pelajaran berharga selama penulis menjalani perkuliahan di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
9. Terkhusus Kedua orang tua, Bapak Dahlik dan Ibu Arya serta Kakak saya Adi Kusuma S.pd terimakasih telah memberikan kasih sayang, cinta, dukungan, serta doa yang tiada hentinya. serta menjadi anugrah terbesar dalam hidup yang diberikan oleh Allah S.W.T.
10. Terimakasih kepada Teman-teman angkatan XXIII Profesi Ners Keperawatan yang telah memberikan banyak kontribusi, dukungan, motivasi, dan pelajaran berharga selama penulis belajar di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang tidak bisa disebutkan namanya satu persatu.
11. Terimakasih kepada R yang selalu memberikan Suport, serta menjadi tempat keluh kesah selama pembuatan tugas akhir ini.
12. Terima kasih yang paling besar untuk diri sendiri yang telah berjuang dan bekerja sama dengan baik untuk menyelesaikan tugas akhir.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin dalam membuat Karya Ilmia Akhir Ners ini dengan menerapkan semua pedoman dan meminimalisir segala kesalahan dari segi penulisan, dan lain sebagainya. Meskipun demikian penulis menyadari bahwasanya di dalam Karya Ilmia Akhir Ners ini masih terdapat beberapa kekurangan. Berkaitan dengan hal tersebut penulis berharap Karya Ilmia Akhir Ners ini bisa bermanfaat bagi pembacanya. Selain itu penulis juga berharap adanya kritik maupun saran yang membangun agar kedepannya penulis bisa membuat karya tulis yang lebih baik lagi. Akhir kata, dengan segala hormat penulis mengucapkan banyak terima kasih. Semoga Bermanfaat.

Yogyakarta, 13 Maret 2025



Trya Dwi Putri

DAFTAR ISI

COVER.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	6
D. Manfaat.....	6
E. Tehnik Pengumpulan Data.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI.....	9
A. TINJAUAN MEDIS.....	9
1. Lansia.....	9
a. Definisi.....	9
b. Teori Menua.....	9
c. Kategori Lansia.....	10
2. Hipertensi.....	12
a. Definisi.....	12
b. Etiologi.....	13
c. Pathofisiologi.....	14
d. Gambaran Klinis.....	16
e. Pemeriksaan Penunjang.....	16
f. Penatalaksanaan medis.....	18
B. Asuhan Keperawatan Teoritis.....	19
1. Pengkajian.....	19
2. Diagnosa Keperawatan.....	21
3. Intervensi Keperawatan.....	28
4. Implementasi.....	32
5. Evaluasi.....	32

C.	Konsep Intervensi Penerapan Senam Hipertensi	33
1.	Definisi.....	33
2.	Tujuan	33
3.	Manfaat	34
4.	Kriteria	34
5.	Waktu Pelaksanaan Senam Hipertensi.....	35
6.	Prosedur Pelaksanaan Senam Hipertensi	35
	BAB III TEKNIK Pencarian Jurnal dan Resume Jurnal	36
A.	Cara Pencarian Jurnal	36
B.	Resume Jurnal	37
C.	Rencana Aplikasi Jurnal.....	39
	BAB IV TINJAUAN KASUS	42
A.	PENGKAJIAN.....	42
B.	DATA FOKUS	47
C.	DIAGNOSA KEPERAWATAN	48
D.	INTERVENSI KEPERAWATAN	49
E.	IMPEMENTASI DAN EVALUASI	55
	BAB V PEMBAHASAN.....	72
A.	Pengkajian.....	72
B.	Diagnosa Keperawatan	72
C.	Intervensi Keperawatan	73
D.	Implementasi Keperawatan.....	75
E.	Evaluasi Keperawatan.....	78
	BAB VI PENUTUP	81
A.	Kesimpulan	81
B.	Saran	81
	DAFTAR PUSTAKA	83
	LAMPIRAN	89

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Keperawatan	28
Tabel 4. 1 Analisa Data	47
Tabel 4. 2 Diagnosa Keperawatan	48
Tabel 4. 3 Intervensi Keperawatan	49
Tabel 4. 4 Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan	55

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Grafik 5. 1 Evaluasi Tekanan Darah Diastol	79
Grafik 5. 2 Evaluasi Tekanan Darah Sistol	79

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	90
Lampiran 2 Surat Pengantar Etical Clearance.....	91
Lampiran 3 Surat Etical Clearance.....	92
Lampiran 4 Informed Conccent	92
Lampiran 5 Form Pengkajian	97
Lampiran 6 Hasil Turnitin	103
Lampiran 7 Dokumentasi	104
Lampiran 8 SOP Terapi Senam Hipertensi.....	105
Lampiran 9 Gerakan Senam Hipertensi	107
Lampiran 10. Lembar Bimbingan Dosen.....	110

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA