



**CEPAT TENSI (CEGAH DAN PANTAU HIPERTENSI) DARI
LANSIA DI DALAM KELUARGAMU**

KARYA ILMIAH AKHIR

ANGGRYTA PUTRY LESTARI

2010721090

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2021**



**CEPAT TENSI (CEGAH DAN PANTAU HIPERTENSI) DARI
LANSIA DI DALAM KELUARGAMU**

KARYA ILMIAH AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ners**

**ANGGRYTA PUTRY LESTARI
2010721090**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya ilmiah akhir ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Anggryta Putry Lestari

NRP : 2010721090

Tanggal : 09 Juni 2021

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksamaan dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 09 Juni 2021

Yang Menyatakan,



Anggryta Putry Lestari

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Anggryta Putry Lestari
NIM : 2010721090
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi: Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : CEPAT TENSI (Cegah dan Pantau Hipertensi) Dari Lansia Di Dalam Keluargamu.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 09 Juni 2021

Yang Menyatakan,



(Anggryta Putry Lestari)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh :

Nama : Anggryta Putry Lestari

NIM : 2010721090

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIAN : CEPAT TENSI (Cegah dan Pantau Hipertensi) Dari Lansia Di Dalam Keluargamu.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Ns. Nourmayansa Vidya A, M.Kep.,Sp.Kep.Kom

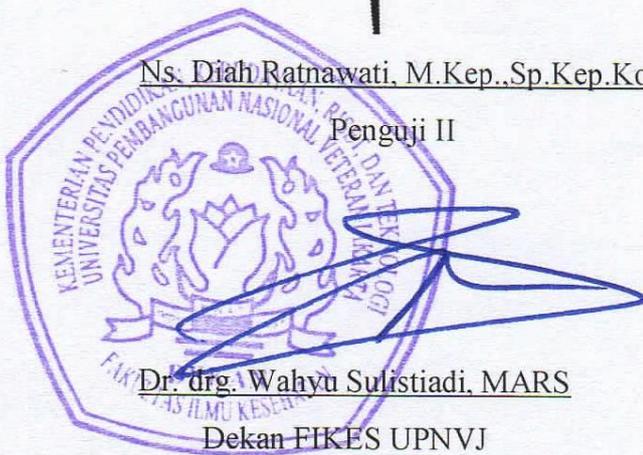
Penguji I

Ns. Diah Ratnawati, M.Kep.,Sp.Kep.Kom

Penguji II

Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep.Sp.Kep.Kom

Penguji III (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPNVJ

Ns. Dora Samaria, M.Kep

Ka. Progdi Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 09 Juni 2021

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan kesehatannya karena segala Rahmat dan Ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan booklet yang berjudul “CEPAT TENSI (Cegah dan Pantau Hipertensi) dari Lansia di Dalam Keluargamu” sebagai persyaratan dalam menyelesaikan studi di Program Profesi Ners. Selain itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada Dr. Erna Hernawati, Ak, CPMA, CA selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Dr.drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing KIAN (Karya Ilmiah Akhir Ners) yang dengan sabar dan teliti memberikan arahan serta saran yang sangat bermanfaat. Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada bapak saya Alm. Sutego, ibu saya Fatimah, dan Kakak-kakak saya serta keluarga besar yang telah memberikan penulis semangat dan doa sehingga terwujud booklet ini. Akhir kata, besar harapan penulis dengan adanya booklet ini akan bermanfaat bagi pembaca khususnya lansia, dan keluarga yang memiliki lansia terkait penyakit hipertensi.

Jakarta, 09 Juni 2021

Penulis

Anggryta Putri Lestari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penelitian	3
I.3 Target Luaran.....	3
BAB II ANALISIS SWOT	5
II.1 Analisis Situasi	5
II.2 Analisis SWOT	6
BAB III METODE PELAKSANAAN	8
III.1 Pelaksanaan Pembuatan Produk	8
III.2 Jadwal Kegiatan.....	27
III.3 Biaya.....	29
BAB IV HASIL YANG DICAPAI DAN POTENSI KEBERLANJUTAN.....	30
IV.1 Hasil yang Dicapai.....	30
IV.2 Legalitas Produk	31
IV.3 Potensi Keberlanjutan Produk	32
IV.4 Keunggulan Produk	33
IV.5 Keterbatasan Produk.....	34
BAB V PENUTUP.....	35
V.1 Kesimpulan.....	35
V.2 Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	38
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Pengukuran Tekanan Darah	11
Tabel 2	Modifikasi Diet Sehat dengan DASH	14
Tabel 3	Terapi Insial berdarakan Klasifikasi Tekanan Darah	18
Tabel 4	Terapi Komplementer	20
Tabel 5	Tindakan Pencegahan dan Pengontrolan Hipertensi Berdasarkan Klasifikasi Tekanan Darah	25
Tabel 6	Jadwal Kegiatan Pembuatan Booklet	27
Tabel 7	Biaya Pembuatan Booklet	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 2 Sertifikat HKI
- Lampiran 3 Surat Bebas Plagiarisme
- Lampiran 4 Hasil Turnitin Laporan KIAN
- Lampiran 5 Hasil Turnitin *Booklet*