



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA
LANSIA HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI *CHAIR YOGA
THERAPY* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI
RW 01 KELURAHAN GROGOL KOTA DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

REIHANA ZAKIYA

2310721054

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2024**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA
LANSIA HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI *CHAIR YOGA
THERAPY* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI
RW 01 KELURAHAN GROGOL KOTA DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

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

REIHANA ZAKIYA

2310721054

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Reihana Zakiya

NIM : 2310721054

Tanggal: : 07 Mei 2024

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

Jakarta, 07 Mei 2024

Yang menyatakan,



Reihana Zakiya

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Reihana Zakiya
NRP : 2310721054
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 Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah yang berjudul :

Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Hipertensi Melalui Intervensi *Chair Yoga Therapy* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di RW 01 Kelurahan Grogol Kota Depok.

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 : Fikes UPNVJ

Pada tanggal : 07 Mei 2024

Yang menyatakan,



Reihana Zakiya

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Reihana Zakiya
NIM : 2310721054
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul KIA : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Hipertensi Melalui Intervensi *Chair Yoga Therapy* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di RW 01 Kelurahan Grogol Kota Depok

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

Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom

Ketua Penguji



Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep

Penguji II (Pembimbing)

Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S

Koordinator Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 07 Mei 2024

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI *CHAIR YOGA THERAPY* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI RW 01 KELURAHAN GROGOL KOTA DEPOK

Reihana Zakiya

Abstrak

Penyakit tidak menular hipertensi menjadi salah satu penyakit yang sering dialami oleh seorang lanjut usia di Indonesia. Pengendalian hipertensi dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan, salah satunya menggunakan terapi non-farmakologis melalui *Chair Yoga Therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Chair Yoga Therapy* dalam penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Penelitian dirancang melalui studi kasus dengan durasi intervensi selama sepuluh kali pertemuan. Tekanan darah diobservasi menggunakan sphygmomanometer digital yang diukur baik sebelum maupun setelah pemberian inovasi intervensi. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada pasien kelolaan, dimana hasil tekanan darah sebelumnya yaitu 172/95 mmHg menjadi 129/80 mmHg. Berdasarkan temuan ini menunjukkan bahwa terapi *Chair Yoga Therapy* dapat menjadi intervensi yang efektif dalam manajemen tekanan darah pada lansia hipertensi sehingga berimplikasi dapat menjadi bagian dari asuhan keperawatan keluarga yang diterapkan sehari-hari.

Kata Kunci : *Chair Yoga Therapy*, Hipertensi, Lansia.

***ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE IN HYPERTENSION
ELDERLY THROUGH CHAIR YOGA THERAPY INTERVENTION
TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN RW 01, GROGOL VILLAGE,
DEPOK CITY***

Reihana Zakiya

Abstract

Non-communicable disease hypertension is one of the diseases that is often experienced by an elderly person in Indonesia. Controlling hypertension can be done through various approaches, one of which uses non-pharmacological therapy through Chair Yoga Therapy. This study aims to determine the effectiveness of Chair Yoga Therapy in reducing blood pressure in the elderly who experience hypertension. The research was designed through a case study with an intervention duration of ten meetings. Blood pressure was observed using a digital sphygmomanometer measured both before and after the provision of intervention innovations. The results of this study showed a decrease in blood pressure in managed patients, where the results of blood pressure before were 172/95 mmHg to 129/80 mmHg. Based on these findings, it shows that Chair Yoga Therapy can be an effective intervention in blood pressure management in hypertensive elderly so that it can be part of family nursing care that is applied daily.

Kata Kunci : *Chair Yoga Therapy, Elderly, Hypertension.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam karya ilmiah ini adalah “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Hipertensi Melalui Intervensi Chair Yoga Therapy Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di RW 01 Kelurahan Grogol Kota Depok”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, M.N.S selaku Koordinator Program Studi Profesi Ners. Penulis juga berterima kasih kepada Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep selaku dosen pembimbing dan Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji I serta Ns. Dwi Suratmini, S. Kep., M.Kep selaku dosen penguji II yang telah memberikan saran dan arahan dalam penulisan karya ilmiah ini.

Disamping itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada pihak Puskesmas Kecamatan Limo, pihak Kelurahan Grogol, dan kader-kader kesehatan di wilayah Kelurahan Grogol terutama RW 01 yang sudah menerima penulis dengan baik. Selanjutnya penulis juga berterima kasih kepada keluarga-keluarga lansia di Kelurahan Grogol yang sudah bersedia berpartisipasi dalam proses asuhan keperawatan. Terakhir ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada kedua orang tua saya yaitu Drs. Sarmili selaku ayah, Siti Maisaroh selaku ibu, dan kakak adik saya serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga turut menyampaikan terima kasih kepada sahabat serta teman baik yaitu Dzabian Fasya Pratama dan teman-teman sejawat profesi Ners UPNVJ yang telah membantu serta memberikan dukungan dalam penulisan karya ilmiah ini.

Jakarta, 07 Mei 2024

Penulis



Reihana Zakiya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SKEMA.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Tujuan Penulisan	5
I.3 Manfaat Penulisan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Tinjauan Kasus	7
II.2 Tinjauan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	28
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	39
III.1 Asuhan Keperawatan Keluarga	39
III.2 Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	76
BAB IV PEMBAHASAN.....	79
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian	79
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	83
IV.3 Implikasi	88
BAB V PENUTUP.....	89
V.1 Kesimpulan.....	89
V.2 Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	91
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi.....	10
Tabel 2	Pengukuran Skala Prioritas Diagnosa Keperawatan Keluarga	18
Tabel 3	Konsep Intervensi Keperawatan Keluarga dengan Lansia	20
Tabel 4	Susunan Anggota Keluarga Tn. E.....	39
Tabel 5	Pemeriksaan Fisik Keluarga Tn. E.....	48
Tabel 6	Analisa Data Keluarga Tn. E	53
Tabel 7	Skoring Diagnosa Keperawatan 1 pada Tn. E	54
Tabel 8	Skoring Diagnosa Keperawatan 2 pada Tn. E	56
Tabel 9	Urutan diagnosa Keperawatan pada Tn. E.....	57
Tabel 10	Rencana Keperawatan	57
Tabel 11	Implementasi dan Evaluasi	67
Tabel 12	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah	77
Tabel 13	Hasil Observasi Tekanan Darah Pada Tn. E dan Ny. S	84

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Patofisiologi Hipertensi.....	13
Skema 2	Genogram Keluarga Tn. E	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tarik nafas dalam	31
Gambar 2	Peregangan leher	31
Gambar 3	Peregangan Bahu	32
Gambar 4	Jalan Ditempat	32
Gambar 5	Merentangkan kedua lengan kedepan, keatas dan kebawah	33
Gambar 6	Merentangkan kedua lengan kedepan, kekiri dan kekanan	33
Gambar 7	Seated Mountain (Tadasana)	34
Gambar 8	Chair Cat-Cow Stretch	34
Gambar 9	Seates Twist	35
Gambar 10	Chair Pigeon-Eka Pada Rajakapotasana	36
Gambar 11	Paschimottanasana (Diantara 2 bangku)	36
Gambar 12	Anulom-Vilom Pranayama	37
Gambar 13	Posisi kupu-kupu	37
Gambar 14	Posisi duduk membungkuk kesamping kanan dan kiri	38
Gambar 15	Posisi memutar tulang belakang sambil duduk	38
Gambar 16	Posisi berbaring sambil melintirkan badan ke kanan dan kiri	38
Gambar 17	Denah Rumah Tn. E	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan
- Lampiran 2 Kartu Monitoring Bimbingan
- Lampiran 3 SOP *Chair Yoga Therapy*
- Lampiran 4 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 5 Hasil Uji Turnitin Laporan KIAN