



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI
DENGAN KECEMASAN MELALUI PENERAPAN TERAPI SENAM
TAI CHI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN DI WILAYAH
KELURAHAN PARUNGPAJANG KABUPATEN BOGOR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

INDRIYANI MARSYANDA

2410721066

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI
DENGAN KECEMASAN MELALUI PENERAPAN TERAPI SENAM
TAI CHI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN DI WILAYAH
KELURAHAN PARUNGPAJANG KABUPATEN BOGOR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

INDRIYANI MARSYANDA

2410721066

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Indriyani Marsyanda

NIM : 2410721066

Tanggal : 15 Mei 2025

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

Jakarta, 15 Mei 2025

Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is positioned to the left of a rectangular revenue stamp. The stamp is yellow and red, featuring the Garuda Pancasila emblem at the top center. The text on the stamp includes 'SEPULUH RIBU RUPIAH' on the left, '10.000' in large digits in the center, and 'METERAI TEMPEL' on the right. At the bottom, the alphanumeric code '37DD5AMX216276079' is printed.

Indriyani Marsyanda

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Indriyani Marsyanda
NIM : 2410721066
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 saya yang berjudul:
"Analisis Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Kecemasan Melalui Penerapan Terapi Senam *Tai Chi* Untuk Menurunkan Kecemasan di Wilayah Kelurahan Parungpanjang Kabupaten Bogor"

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal: 15 Mei 2025
Yang menyatakan,



(Indriyani Marsyanda)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Indriyani Marsyanda
NIM : 2410721066
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul Karya Ilmiah : Analisis Asuhan Keperawatan pada Lansia Hipertensi dengan Kecemasan Melalui Penerapan Terapi Senam *Tai Chi* untuk Menurunkan Kecemasan di Wilayah Kelurahan Parungpanjang Kabupaten Bogor

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

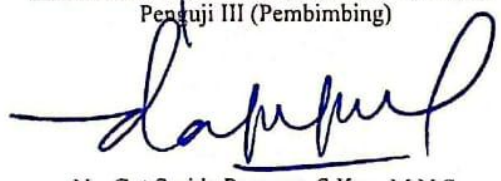

Dr. Ns. Evin Novianti, M.Kep., Sp.Kep.J.
Ketua Penguji


Ns. Rophita Dierarta, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J.
Penguji II


Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J.
Penguji III (Pembimbing)



Tanggal Seminar : 15 Mei 2025


Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN KECEMASAN MELALUI PENERAPAN TERAPI SENAM *TAI CHI* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN DI WILAYAH KELURAHAN PARUNGPAJANG KABUPATEN BOGOR

Indriyani Marsyanda

Abstrak

Latar belakang: Lansia adalah individu berusia di atas 60 tahun dan fase akhir kehidupan yang tidak dapat dihindari. Masa ini ditandai dengan proses penuaan, penurunan fungsi tubuh, serta meningkatnya risiko penyakit. Hipertensi salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi pada lansia. Kekhawatiran terhadap komplikasi hipertensi dapat menimbulkan kecemasan, yang secara psikologis menjadi ancaman bagi kondisi lansia. Tujuan: Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam *Tai Chi* terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi. Metode: Studi kasus, data diperoleh melalui kuesioner *Geriatric Anxiety Scale* (GAS), dilakukan Senam *Tai Chi* selama 1 bulan dengan frekuensi 3 kali dalam seminggu. Hasil: Klien kelolaan menunjukkan penurunan skor *Geriatric Anxiety Scale* dari 30 (kecemasan ringan) menjadi 16 (kecemasan minimal) dan klien resume menunjukkan penurunan skor *Geriatric Anxiety Scale* dari 32 (kecemasan ringan) menjadi 18 (kecemasan minimal). Oleh karena itu, Senam *Tai Chi* terbukti berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi. Rekomendasi: Senam *Tai Chi* dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan pada lansia dengan hipertensi. Disarankan dilakukan rutin tiga kali seminggu selama satu bulan. Tenaga kesehatan sebaiknya memberikan edukasi agar lansia dan keluarga dapat melakukannya secara mandiri. Penelitian lanjutan dengan sampel lebih besar perlu dilakukan untuk memperkuat hasil.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Tingkat Kecemasan, Senam *Tai Chi*

ANALYSIS OF NURSING CARE IN HYPERTENSIVE ELDERLY PEOPLE WHO EXPERIENCE ANXIETY THROUGH THE APPLICATION OF TAI CHI EXERCISE THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN THE PARUNGPAJANG VILLAGE AREA, BOGOR DISTRICT

Indriyani Marsyanda

Abstract

Background: The elderly are individuals over the age of 60 and the inevitable final phase of life. This period is characterized by the aging process, decreased body function, and increased risk of disease. Hypertension is one of the common health problems in the elderly. Concerns about complications of hypertension can cause anxiety, which psychologically threatens the condition of the elderly. Objective: This case study aims to determine the effect of Tai Chi exercise on reducing anxiety levels in elderly individuals with hypertension. Methods: Study Case, Data were obtained through the Geriatric Anxiety Scale (GAS) questionnaire, Tai Chi exercise was performed for 1 month with a frequency of 3 times a week. Results: Managed clients showed a decrease in Geriatric Anxiety Scale scores from 30 (mild anxiety) to 16 (minimal anxiety) and resume clients showed a decrease in Geriatric Anxiety Scale scores from 32 (mild anxiety) to 18 (minimal anxiety). Therefore, Tai Chi Gymnastics is proven to have an effect on reducing anxiety levels in the elderly with hypertension. Recommendation: Tai Chi exercise can be used to reduce anxiety in the elderly with hypertension. It is recommended to do it regularly three times a week for one month. Health workers should provide education so that the elderly and families can do it independently. Further research with a larger sample needs to be done to strengthen the results.

Keywords: Anxiety, Elderly, Hypertension, Tai Chi

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir KIAN dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Kecemasan Melalui Penerapan Terapi Senam *Tai Chi* Untuk Menurunkan Kecemasan di Wilayah Kelurahan Parungpanjang Kabupaten Bogor”. Penulisan KIAN ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan guna menyelesaikan pendidikan Profesi Ners Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang telah memberikan bimbingan serta dukungan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan KIAN ini dengan sebaik-baiknya.

Untuk itu penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada dekan FIKES UPN Veteran Jakarta Desmawati, SKP, MKep, Sp.Mat, PhD, kepala jurusan Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S., M.Kep, Dr. Ns. Evin Novianti, M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen penguji 1, Ns. Raphita Diorarta, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen penguji 2, Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing yang telah membantu serta memberikan banyak saran yang membangun kepada penulis dalam penyusunan tugas akhir KIAN. Tidak lupa saya ucapkan terima kasih dengan penuh ketulusan hati kepada Ibu, Ayah, serta Adik saya yang telah memberikan nasihat serta dukungan yang membangun sehingga penulis dapat bersemangat dalam penyusunan tugas akhir KIAN ini. Namun, penulis menyadari betul penyusunan tugas akhir KIAN ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, penulis masih membutuhkan saran serta kritik yang membangun dari pembaca untuk dapat mengembangkan ilmu keperawatan di kemudian hari

Jakarta, 15 Mei 2025

Penulis



Indriyani Marsyanda

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	 4
I.1 Latar Belakang	4
I.2 Tujuan Penulisan	6
I.3 Manfaat Penulisan.....	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
II.1 Konsep Dasar Lansia	8
II.2 Konsep Hipertensi.....	14
II.3 Konsep Kecemasan Pada Lansia Dengan Hipertensi.....	25
II.4 Konsep Asuhan Keperawatan Pada Klien Kecemasan	34
II.5 Konsep <i>Tai Chi</i>	44
 BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	 51
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus Klien Kelolaan.....	51
III.2 Asuhan Keperawatan Kasus Pasien Resume.....	87
 BAB IV PEMBAHASAN.....	 124
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	124
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	137
 BAB V PENUTUP.....	 145
V.1 Kesimpulan	145
V.2 Saran	147
 DAFTAR PUSTAKA	 149
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi.....	15
Tabel 2	Klasifikasi Hipertensi.....	53
Tabel 3	Kemampuan Perawatan Diri Pasien Kelolaan	55
Tabel 4	Analisa Data Klien Kelolaan.....	62
Tabel 5	Genogram Klien Resume	89
Tabel 6	Kemampuan Perawatan Diri Klien Resume	91
Tabel 7	Analisa Data Klien Resume	97
Tabel 8	Rekapitulasi Hasil <i>Score Geriatric Anxiety Scale</i> Senam <i>Tai Chi</i>	138

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Genogram Batang Klien Kelolaan	53
Skema 2	Genogram Batang Klien Resume	89

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan Judul Sidang KIAN
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Sidang KIAN
Lampiran 3	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 4	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> (GAS)
Lampiran 5	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Kelolaan (Pengkajian)
Lampiran 6	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Kelolaan (Minggu 1)
Lampiran 7	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Kelolaan (Minggu 2)
Lampiran 8	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Kelolaan Minggu 3)
Lampiran 9	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Kelolaan Minggu 4)
Lampiran 10	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Resume (Pengkajian)
Lampiran 11	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Resume (Minggu 1)
Lampiran 12	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Resume (Minggu 2)
Lampiran 13	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Resume (Minggu 3)
Lampiran 14	Kuesioner <i>Geriatric Anxiety Scale</i> Klien Resume (Minggu 4)
Lampiran 15	Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>Tai Chi</i>
Lampiran 16	Media Edukasi Booklet dan Buku Kerja
Lampiran 17	Produk Luaran Buku KIAN
Lampiran 19	Lembar Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 18	Hasil Uji Turnitin