



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN INTERVENSI SENAM TERA
DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RW 03 KELURAHAN
MERUYUNG, DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

CHATYLA PUTRI CIKA AYU SETYA

2420721210

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



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN INTERVENSI SENAM TERA
DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH RT 02 RW
03 KELURAHAN MERUYUNG, DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

CHATYLA PUTRI CIKA AYU SETYA

2420721210

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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Chatyla Putri Cika Ayu Setya

NIM : 2420721210

Tanggal : 20 November 2025

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

Jakarta, 20 November 2025

Yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a 5000 Rupiah Indonesian banknote. The signature is stylized and appears to be 'S. Ayu Setya'. The banknote is partially visible, showing the number '5000' and the word 'METAL'.

(Chatyla Putri Cika Ayu Setya)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Chatyla Putri Cika Ayu Setya
NIM : 2420721210
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 Dengan Hipertensi Dengan Penerapan Intervensi Senam Tera Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di RW 03 Kelurahan Meruyung, Depok. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA 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 : 20 November 2025

Yang menyatakan,



(Chatyla Putri Cika Ayu Setya)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Chatyla Putri Cika Ayu Setya
NIM : 2420721210
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi
Dengan Penerapan Intervensi Senam Tera Untuk Menurunkan
Tekanan Darah Di RW 03 Kelurahan Meruyung, 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 Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 20 November 2025
Penguji I (Ketua Penguji)



Dr. Diah Rarnawati, M.Kep., Sp.Kep.Kom.
NIP. 198306162021212007

Penguji II



Ns. Syamikar Baridwan Syamsir, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K.
NIP. 199005072024061002

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp. Mat., Ph.D.
NIP. 197602142021212005

Penguji III



Chandra Tri Wahyudi, S.Kep., M.Kes., M.Kep
NIP. 198707102021212001

Koordinator Program Studi Pendidikan
Profesi Ners Program Profesi



Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.
NIP. 198901262022032006

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN INTERVENSI SENAM TERA DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RW 03 KELURAHAN MERUYUNG, DEPOK

Chatyla Putri Cika Ayu Setya

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh lansia dan dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular apabila tidak ditangani dengan tepat. Intervensi non-farmakologis seperti aktivitas fisik ringan menjadi alternatif yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi melalui penerapan intervensi senam tera dalam upaya menurunkan tekanan darah di RW 03 Kelurahan Meruyung, Depok. Metode yang digunakan adalah pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi tindakan. Intervensi utama berupa pelaksanaan senam tera secara teratur sesuai kemampuan lansia dan prinsip keselamatan latihan. Hasil penerapan intervensi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada sebagian besar peserta setelah dilakukan senam tera secara rutin, serta terjadi peningkatan pemahaman lansia mengenai pentingnya aktivitas fisik dalam mengontrol hipertensi. Evaluasi keseluruhan menunjukkan bahwa senam tera yang dibarengi dengan instrumen musik ringan sangat efektif sebagai intervensi keperawatan komplementer dalam manajemen hipertensi pada lansia. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan praktik keperawatan komunitas dalam upaya peningkatan kesehatan lansia melalui pendekatan promotif dan preventif

Kata Kunci : Lanjut Usia, Hipertensi dan Senam Tera

**ANALYSIS OF NURSING CARE FOR ELDERLY HYPERTENSION
PATIENTS WITH THE IMPLEMENTATION OF TERA EXERCISE
INTERVENTION IN REDUCING BLOOD PRESSURE IN RW 03
MERUYUNG VILLAGE, DEPOK**

Chatyla Putri Cika Ayu Setya

Abstract

Hypertension is one of the health problems commonly experienced by the elderly and can increase the risk of cardiovascular complications if not treated properly. Non-pharmacological interventions such as light physical activity are an effective alternative to help lower blood pressure. This study aims to analyze nursing care for elderly people with hypertension through the application of therapeutic exercise interventions in an effort to lower blood pressure in RW 03, Meruyung Village, Depok. The method used is a nursing care approach that includes assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation of actions. The main intervention was the regular implementation of therapeutic exercises according to the abilities of the elderly and the principles of exercise safety. The results of the intervention showed a decrease in blood pressure in most participants after regular therapeutic exercises, as well as an increase in the elderly's understanding of the importance of physical activity in controlling hypertension. The overall evaluation showed that therapeutic exercises are effective as a complementary nursing intervention in the management of hypertension in the elderly. This study is expected to serve as a reference for community nursing practice in efforts to improve the health of the elderly through a promotive and preventive approach

Keywords : Elderly, hypertension, therapeutic exercise

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karuniaNya sehingga proposal Tugas Akhir Ners ini berhasil diselesaikan. Dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Dengan Penerapan Intervensi Senam Tera Dalam Menurunkan Tekanan Darah Di RW 03 Kelurahan Meruyung, Bepok”. Penulis ucapkan terima kasih kepada Bapak 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, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan Ns. Gamyatri Utami, S.Kep., M.Kep selaku Koordinator Program Studi S1 Keperawatan. Penulis juga berterima kasih kepada Bapak Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes.,M.Kep selaku dosen pembimbing dan Dr. Diah Ratnawati, M. Kep., Sp.Kep.Kom. selaku dosen penguji I serta Ns. Syamikal Baridwan Syamsir, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K. selaku dosen penguji II yang telah memberikan saran dan arahan dalam penulisan skripsi ini. Dan ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ny. F dan Tn. A, yang telah menerima penulis dengan baik. Selanjutnya penulis berterima kasih kepada para keluarga yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Dan ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada cinta pertama saya yaitu ayah Agus Setyo, Pintu syurga saya yaitu Ibunda Dewa Ayu Sri Mariati, Kakak saya Junrico, dan tak lupa saya ucapkan terima kasih kepada seseorang yang telah menjadi support system saya dan yang selalu bersedia membantu saya dalam menjalani NERS hingga proses penelitian pada KIAN ini, serta keluarga dan teman-teman yang tidak henti memberikan semangat dan doa.

Jakarta, 10 November 2025

Penulis



(Chatyala Putri Cika Ayu Setya)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1. Latar Belakang	1
I.2. Tujuan penulisan	7
I.3. Manfaat penulisan	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
II.1 Tinjauan Kasus	10
II.2 Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Lansia Hipertensi	31
II.3 Tinjauan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	51
II.4 Peran Perawat.....	70
BAB III GAMBARAN KASUS.....	72
III.1 Asuhan keperawatan Keluarga.....	72
III.2 Penerapan intervensi berdasar hasil kajian praktik berbasis bukti.....	138
BAB IV PEMBAHASAN.....	140
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Konsep Kasus Terkait.....	140
IV.2 Analisis Penerapan Senam Tera Pada Kasus.....	151
IV.3 Implikasi.....	155
BAB V PENUTUP.....	157
V.1 Kesimpulan.....	157
V.2 Saran.....	158
DAFTAR PUSTAKA.....	160
RIWAYAT HIDUP	

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Proses Perubahan Yang dialami Oleh Lansia.....	17
Tabel 2	Klasifikasi Hipertensi.....	23
Tabel 3	Pengukuran Skala Prioritas Diagnosa Keperawatan Keluarga	37
Tabel 4	Intervensi Keperawatan.....	39
Tabel 5	Susunan Anggota Keluarga Ny. F	72
Tabel 6	Pemeriksaan Fisik Keluarga Ny. F.....	82
Tabel 7	Data Fokus	91
Tabel 8	Analisa Data Keluarga Ny. F.....	94
Tabel 9	Skoring Diagnosa Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif	100
Tabel 10	Skoring Masalah Perilaku Kesehatan Cenderung Beresiko.....	104
Tabel 11	Manajemen Kesehatan Tidak Efektif.....	105
Tabel 12	Diagnosa Keperawatan pada Ny. F	108
Tabel 13	Rencana Keperawatan.....	109
Tabel 14	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	120
Tabel 15	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi ..	138
Tabel 16	Hasil Nilai Rata-Rata Pada Klien Resume Sebelum dan Sesudah Senam Tera...	153

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Pathway Hipertensi	25
Skema 2	Genogram Keluarga Ny. F	73
Skema 3	Denah Rumah Keluarga Ny. F	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan Judul Sidang
Lampiran 2	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	SOP Senam tera
Lampiran 4	Dokumentasi Pelaksanaan Intervensi
Lampiran 5	Dokumentasi LoA Luaran
Lampiran 6	Media Edukasi
Lampiran 7	Pemeriksaan Tekanan Darah
Lampiran 8	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 9	Hasil Uji Turnitin