



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN
KOMBINASI INTERVENSI LATIHAN ISOMETRIK DAN
PEMBERIAN DAUN SELEDRI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

AKBAR RIDHO RIFAI

2420721198

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2026**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN
KOMBINASI INTERVENSI LATIHAN ISOMETRIK DAN
PEMBERIAN DAUN SELEDRI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

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

AKBAR RIDHO RIFAI

2420721198

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Akbar Ridho Rifai
NIM : 2420721198
Tanggal : 21 November 2025

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

Jakarta, 21 November 2025

Yang menyatakan,



(Akbar Ridho Rifai)

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

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

Nama : Akbar Ridho Rifai

NIM : 2420721198

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi mengembangkan 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 Keluarga Dengan Kombinasi Intervensi Latihan Isometrik dan Pemberian Daun Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah 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 karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 21 November 2025

Yang menyatakan,



Akbar Ridho Rifai

PENGESAHAN

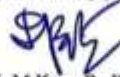
Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Akbar Ridho Rifai
NIM : 2420721198
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Kombinasi
Intervensi Latihan Isometrik dan Pemberian Daun Seledri
Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah 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, 21 November 2025

Penguji I (Ketua Penguji)



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

Penguji II



Ns. Pitanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom. NIP. 196704122025212002

Dekan FIKES
UPN "Veteran" Jakarta

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

Penguji III



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

Koordinator Program Studi
Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

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

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN KOMBINASI INTERVENSI LATIHAN ISOMETRIK DAN PEMBERIAN DAUN SELEDRI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH DEPOK

Akbar Ridho Rifai

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan kronis yang umum terjadi dan berisiko menimbulkan komplikasi bila tidak ditangani dengan baik. Pengelolaannya tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan intervensi nonfarmakologis yang mudah diterapkan di keluarga. Penelitian ini bertujuan menganalisis asuhan keperawatan keluarga dengan kombinasi latihan isometrik dan pemberian daun seledri dalam menurunkan tekanan darah di wilayah Depok. Studi kasus dilakukan melalui proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa, perencanaan, implementasi, dan evaluasi selama empat minggu dengan dua belas kali kunjungan. Latihan isometrik diberikan tiga kali per minggu selama 15–20 menit, sedangkan rebusan daun seledri dikonsumsi sekali sehari. Hasil menunjukkan penurunan tekanan darah yang bermakna serta peningkatan pengetahuan, kepatuhan, dan kemampuan keluarga dalam mengelola hipertensi. Kombinasi intervensi tersebut memberikan efek positif sebagai upaya pengendalian tekanan darah di tingkat keluarga.

Kata kunci: Hipertensi; Asuhan Keperawatan Keluarga; Latihan Isometrik; Daun Seledri; Tekanan Darah.

ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE WITH A COMBINATION OF ISOMETRIC EXERCISE INTERVENTIONS AND CELERY LEAF ADMINISTRATION TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN THE DEPOK AREA

Akbar Ridho Rifai

Abstract

Hypertension is a common chronic health problem and poses a risk of complications if not managed properly. Its management does not rely solely on pharmacological therapy but also requires non-pharmacological interventions that are practical and feasible to implement within the family setting. This study aims to analyze family nursing care using a combination of isometric exercise and celery leaf administration to reduce blood pressure in the Depok area. This case study was conducted through the nursing care process, including assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation over four weeks with twelve home visits. Isometric exercises were performed three times per week for 15–20 minutes, while boiled celery leaf extract was consumed once daily. The results showed a significant reduction in blood pressure, along with improvements in family knowledge, adherence, and ability to manage hypertension. The combination of these interventions provided positive effects as an effort to control blood pressure at the family level.

Keywords: Hypertension; Family Nursing Care; Isometric Exercise; Celery Leaf; Blood Pressure.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Kombinasi Intervensi Latihan Isometrik dan Pemberian Daun Seledri Untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Depok”.

Penulis menyampaikan apresiasi kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta; Ns. Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan; Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Ners; serta Ns. Syamikar Baridwan Syamsir, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, dan bimbingan selama penyusunan karya ilmiah ini.

Penghargaan yang setinggi-tingginya penulis sampaikan kepada orang tua, kakak, dan seluruh keluarga atas doa, dukungan moral, serta bantuan materi yang sangat berarti. Penulis juga berterima kasih kepada rekan-rekan yang telah memberikan motivasi dan menemani penulis selama proses penyusunan karya ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih memiliki keterbatasan baik dari segi materi maupun teknis penulisan. Oleh karena itu, penulis membuka diri terhadap kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan karya ilmiah ini agar dapat memberikan manfaat bagi dunia pendidikan akademik.

Jakarta, 21 November 2025



Akbar Ridho Rifai

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	6
I.3 Tujuan Penulisan	6
I.4 Manfaat Penulisan	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1 Konsep Agregat Dewasa.....	9
II.2 Konsep Hipertensi.....	14
II.3 Konsep Latihan Isometrik.....	18
II.4 Konsep Daun Seledri	21
II.5 Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga	23
II.6 Peran Perawat.....	29
BAB III GAMBARAN KASUS	30
III.1 Asuhan Keperawatan Pada Pasien Kelolaan.....	30
III.2 Asuhan Keperawatan Pada Pasien Resume	87
BAB IV PEMBAHASAN.....	91
IV.1 Analisis Asuhan keperawatan Berdasarkan Teoritis dan Penelitian Terkait	91
IV.2 Analisis Penerapan Latihan Isometrik dan Konsumsi Daun Seledri Pada Kasus.....	104
IV.3 Implikasi	107
BAB V PENUTUP.....	110
V.1 Kesimpulan	110
V.2 Saran	110
DAFTAR PUSTAKA	113
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi.....	14
Tabel 2. Pengukuran Skala Prioritas Diagnosa Keperawatan Keluarga	27
Tabel 3. Susunan Anggota Keluarga Tn.H	30
Tabel 4. Struktur Peran Keluarga Tn.H	39
Tabel 5. Hasil Pemeriksaan Fisik Keluarga Tn.H.....	45
Tabel 6. Analisa Data	48
Tabel 7. Skoring Diagnosa 1	49
Tabel 8. Skoring Diagnosa 2	50
Tabel 9. Skoring Diagnosa 3	51
Tabel 10. Diagnosa Keperawatan	51
Tabel 11. Intervensi Keperawatan.....	53
Tabel 12. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	63
Tabel 13. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Tn.H	85
Tabel 14. Susunan Anggota Keluarga Tn.S	87
Tabel 15. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Tn.S	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Genogram Tn.H.....	31
Gambar 2. Karakterik Rumah Tn.H.....	36
Gambar 3. Grafik Tekanan Darah Sistolik Tn.H	86
Gambar 4. Grafik Tekanan Darah Diastol Tn.H.....	86
Gambar 5. Grafik Tekanan Darah Sistol Tn.S	89
Gambar 6. Grafik Tekanan Darah Diastol Tn.S.....	90

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Sidang
- Lampiran 3 Media Edukasi
- Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Latihan Isometrik
- Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Daun Seledri
- Lampiran 6 Surat Bebas Plagiarisme
- Lampiran 7 Hasil Uji Turnitin