



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA  
LANSIA HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI LATIHAN  
ERGONOMIS DAN TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH DI RT 09 RW 02  
KELURAHAN KAMAL, JAKARTA BARAT**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**SILVI YULIA CITRA**

**2420721135**

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



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA  
LANSIA HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI LATIHAN  
ERGONOMIS DAN TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH DI RT 09 RW 02  
KELURAHAN KAMAL, JAKARTA BARAT**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

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

**SILVI YULIA CITRA**

**2420721135**

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

**2026**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Silvi Yulia Citra  
NIM : 2420721135  
Tanggal : Jakarta, 19 Oktober 2025

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

Jakarta, 19 Oktober 2025

Yang Menyatakan,



(Silvi Yulia Citra)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Silvi Yulia Citra  
NIM : 2420721135  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Dengan 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 Keluarga pada Lansia Hipertensi Melalui Intervensi Latihan Ergonomis dan Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Tekanan Darah di RT 09 RW 02 Kelurahan Kamal, Jakarta Barat. 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 akhir 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 : 19 Oktober 2025

Yang Menyatakan,



(Silvi Yulia Citra)

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Silvi Yulia Citra  
NIM : 2420721135  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Hipertensi Melalui Intervensi Latihan Ergonomis dan Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Tekanan Darah di RT 09 RW 02 Kelurahan Kamal, Jakarta Barat.

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

Penguji II

Ns. Syamikal Baridwan Syamsih, M.Kep., Sp.Kep.K.  
NIP. 199005073024061002

Dekan FIKES DPN Veteran Jakarta

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



Penguji III

Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep.  
NIP. 198707102021211001

Koordinator Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

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



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA  
LANSIA HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI LATIHAN  
ERGONOMIS DAN TERAPI MUSIK MOZART TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH DI RT 09 RW 02  
KELURAHAN KAMAL, JAKARTA BARAT**

**Silvi Yulia Citra**

**Abstrak**

Lanjut usia memiliki kerentanan tinggi terhadap penyakit degeneratif seperti hipertensi yang dapat menimbulkan komplikasi serius apabila tidak dikelola dengan baik. Pendekatan non-farmakologis seperti latihan ergonomis dan terapi musik Mozart dapat digunakan sebagai strategi efektif dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan menerapkan asuhan keperawatan melalui pemberian intervensi latihan ergonomis dan terapi musik Mozart pada lansia hipertensi. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pelaksanaan latihan ergonomis tiga kali seminggu selama tiga minggu dengan durasi 20–30 menit, serta terapi musik Mozart selama 14 hari berturut-turut dengan durasi 30 menit per sesi. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah yang konsisten. Pada pasien kelolaan, latihan ergonomis menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 27 mmHg dan diastolik 13 mmHg, sedangkan pada pasien resume penurunan mencapai 29 mmHg dan 19 mmHg. Terapi musik Mozart menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 20 mmHg dan diastolik 9 mmHg pada pasien kelolaan, serta sistolik 28 mmHg dan diastolik 15 mmHg pada pasien resume. Berdasarkan temuan, latihan ergonomis dan terapi musik Mozart efektif menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi dan dapat diintegrasikan dalam asuhan keperawatan keluarga.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Lansia, Latihan Ergonomis, Terapi Musik Mozart.

**ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE FOR ELDERLY  
HYPERTENSIVE PATIENTS THROUGH ERGONOMIC  
EXERCISE INTERVENTION AND MOZART MUSIC  
THERAPY ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN  
RT 09 RW 02, KAMAL VILLAGE, WEST JAKARTA**

**Silvi Yulia Citra**

***Abstract***

*The elderly are highly susceptible to degenerative diseases such as hypertension, which can cause serious complications if not managed properly. Non-pharmacological approaches such as ergonomic exercises and Mozart music therapy can be used as effective strategies in lowering blood pressure. This study aims to apply nursing care through ergonomic exercise interventions and Mozart music therapy in elderly people with hypertension. The method used was a case study with ergonomic exercises three times a week for three weeks with a duration of 20–30 minutes, as well as Mozart music therapy for 14 consecutive days with a duration of 30 minutes per session. Blood pressure measurements were taken before and after the intervention. The results showed a consistent decrease in blood pressure. In managed patients, ergonomic exercises reduced systolic blood pressure by 27 mmHg and diastolic blood pressure by 13 mmHg, while in resume patients, the reduction reached 29 mmHg and 19 mmHg. Mozart music therapy reduced systolic blood pressure by 20 mmHg and diastolic blood pressure by 9 mmHg in managed patients, and systolic blood pressure by 28 mmHg and diastolic blood pressure by 15 mmHg in resume patients. Based on the findings, ergonomic exercises and Mozart music therapy are effective in lowering blood pressure in elderly hypertensive patients and can be integrated into family nursing care.*

***Keywords:*** Hypertension, Elderly, Ergonomic Exercises, Mozart Music Therapy.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas berkat dan Rahmat-Nya, sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. KIAN berjudul "Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Hipertensi Melalui Intervensi Latihan Ergonomis dan Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Tekanan Darah di RT 09 RW 02 Kelurahan Kamal, Jakarta Barat " disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners Universitas Pembangunan "Veteran" Jakarta.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Anter Venus, MA, Comm, selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Ibu Desmawati, SKP. M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ibu Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep. M.N.S., selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ibu Ns. Lina Berliana Togatorop, M.Kep, selaku Koordinator Program Studi Keperawatan Program Profesi Ners, Bapak Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes, M.Kep, selaku dosen pembimbing, Ibu Dr. Ns. Diah Ratnawati, M.Kep., Sp.Kep.Kom, selaku dosen penguji I, serta Bapak Ns. Syamikar Baridwan Syamsir, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.K, selaku dosen penguji II atas dukungan, saran, dan masukan yang bermanfaat.

Penulis mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada kedua orang tua, Bapak Ringga dan Ibu Mulyanah, serta saudara kandung, Fifih, Chyntia, dan Kezia, yang selalu memberikan doa dan semangat tanpa henti. Terima kasih juga disampaikan kepada keluarga besar serta sahabat-sahabat penulis, atas dukungan yang luar biasa, sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN ini tepat waktu.

Jakarta, 19 Oktober 20225

Penulis

(Silvi Yulia Citra)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISNINALITAS .....	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 .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I. 2 Tujuan Penulisan.....	11
I. 3 Manfaat Penulisan.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
II.1 Tinjauan Kasus.....	14
II. 2. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Lansia Hipertensi .....	30
II. 3 Tinjauan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti.....	55
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	63
III.1. Asuhan Keperawatan Keluarga.....	63
III.2 Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti .....	194
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	198
IV. 1 Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Konsep Kasus Terkait .....	198
IV. 2 Analisis Penerapan Latihan Ergonomis dan Terapi Musik Mozart Pada Kasus.....	212
IV. 3 Implikasi .....	230
BAB V PENUTUP.....	233
V. 1 Kesimpulan .....	233
V. 2 Saran .....	235
DAFTAR PUSTAKA .....	238
RIWAYAT HIDUP.....	249
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi.....	18
Tabel 2	Skor Penentuan Prioritas Masalah Keperawatan .....	41
Tabel 3	Konsep Intervensi Keperawatan Keluarga dengan Lansia yang Mengalami Hipertensi .....	44
Tabel 4	Susunan Anggota Keluarga Ny. T.....	63
Tabel 5	Pemeriksaan Fisik Keluarga Ny. T .....	81
Tabel 6	Data Fokus.....	96
Tabel 7	Analisa Data Keluarga Ny. T .....	100
Tabel 8	Skoring Masalah Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif.....	104
Tabel 9	Skoring Masalah Manajemen Kesehatan Tidak Efektif.....	109
Tabel 10	Urutan Diagnosa Keperawatan pada Ny. T.....	115
Tabel 11	Rencana Keperawatan .....	115
Tabel 12	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	136
Tabel 13	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi Latihan Ergonomis .....	195
Tabel 14	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Mozart .....	196
Tabel 15	Hasil Observasi Tekanan Darah Pada Ny. T dan Ny. A Sebelum dan Sesudah Intervensi Latihan Ergonomis.....	213
Tabel 16	Hasil Rata- Rata Pengukuran Tekanan Darah Ny. T dan Ny.A Sebelum dan Sesudah Latihan Ergonomis .....	216
Tabel 17	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Ny. T dan Ny. A Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Mozart .....	220
Tabel 18	Hasil Rata- Rata Pengukuran Tekanan Darah Ny. T dan Ny.A Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Mozart.....	223

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Pathway Hipertensi .....	25
Skema 2	Genogram Keluarga Ny. T .....	64
Skema 3	Denah Rumah Ny. T.....	70
Skema 4	Diagram Perbandingan Tekanan Darah pada Pasien Kelolaan dan Pasien Resume Sebelum dan Sesudah Latihan Ergonomis .....	214
Skema 5	Diagram Perbandingan Tekanan Darah pada Pasien Kelolaan dan Pasien Resume Sebelum dan Sesudah Terapi Musik Mozart .....	221

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Gerakan Pembuka (Berdiri Sempurna) .....	57
Gambar 2	Gerakan Lapang Dada .....	58
Gambar 3	Gerakan Tunduk Syukur .....	58
Gambar 4	Gerakan Duduk Perkasa .....	59
Gambar 5	Gerakan Duduk Pembakaran.....	59
Gambar 6	Gerakan Berbaring Pasrah.....	60
Gambar 7	Media Terapi Musik Mozart .....	62
Gambar 8	Pelaksanaan Terapi Musik Mozart.....	62

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul
- Lampiran 2 Standar Operasional Prosedur Latihan Ergonomis
- Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur Terapi Musik Mozart
- Lampiran 4 Media Edukasi
- Lampiran 5 Dokumentasi
- Lampiran 6 Surat Keterangan Penerbitan Luaran KIAN
- Lampiran 7 Lembar Monitoring Bimbingan
- Lampiran 8 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Lembar Uji Turnitin