

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI SENAM HIPERTENSI DALAM
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA ANGGOTA
KELUARGA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MLATI II**



**ELVINA IKA RATNAWATI
P07120121005**

**PRODI DIPLOMA III KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI SENAM HIPERTENSI DALAM
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA ANGGOTA
KELUARGA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MLATI II**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



**ELVINA IKA RATNAWATI
P07120121005**

**PRODI DIPLOMA III KEPERAWATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

IMPLEMENTASI SENAM HIPERTENSI DALAM PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Disusun oleh:
ELVINA IKA RATNAWATI
P07120121005

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:
..... 9 MEI 2024

Menyetujui,
Pembimbing Utama,



Titik Endarwati, SKM., MPH
NIP. 197607031998032003

Yogyakarta, 25 MEI 2024
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., SP.KOM
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI SENAM HIPERTENSI DALAM PENURUNAN TEKANAN
DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MLATI II

Disusun Oleh:

ELVINA IKA RATNAWATI
NIM. P07120121005

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 13 MEI 2024.....

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc
NIP. 196505191988031001

Anggota,
Titik Endarwati, SKM., MPH
NIP. 197607031998032003

Anggota,
Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes
NIP. 196702281994032001

Yogyakarta, 23 MEI 2024.....

Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM, M.Kep, SP.KOM
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar

Nama : Elvina Ika Ratnawati

NIM : P07120121005

Tanda Tangan :



Tanggal : 10 Juni 2024

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

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elvina Ika Ratnawati

NIM : P07120121005

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

**IMPLEMENTASI SENAM HIPERTENSI DALAM PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 10 Juni 2024



(.Elvina Ika Ratnawati.....)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Titik Endarwati, SKM., MPH selaku pembimbing utama dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak Bondan Palestin, SKM, M.Kep, SP.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan
3. Bapak Abdul Majid, S.Kep, Ners. M.Kep. selaku Ketua Prodi Diploma III Keperawatan
4. Ibu Titik Endarwati, SKM., MPH selaku pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
5. Ibu Dita Ani Farida, A.Md.Kep selaku pembimbing Puskesmas Mlati II yang telah membantu dalam mencari anggota keluarga
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral
7. Sahabat yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta,.....

Penulis

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Telaah Pustaka	9
B. Kerangka Teori.....	45
BAB III METODE STUDI KASUS.....	46
A. Rancangan Studi Kasus.....	46
B. Subyek Studi Kasus	46
C. Fokus Studi	47
D. Definisi Operasional	47
E. Instrumen Studi Kasus	48
F. Metode Pengumpulan Data.....	49
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus	51
H. Analisis Data dan Penyajian Data.....	51
I. Etika Penelitian Studi Kasus.....	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Hasil Studi Kasus	54
B. Pembahasan.....	92
C. Keterbatasan Studi Kasus	99

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	101
A. Kesimpulan	101
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	107

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gerakan inti 1	26
Gambar 2. 2 Gerakan inti 2	27
Gambar 2. 3 Gerakan inti 3	27
Gambar 2. 4 Gerakan inti 4	27
Gambar 2. 5 Gerakan inti 5	27
Gambar 2. 6 Gerakan inti 6	28
Gambar 2. 7 Gerakan inti 7	28
Gambar 2. 8 Gerakan inti 8	28
Gambar 2. 9 Gerakan inti 9	28
Gambar 2. 10 Gerakan inti 10	29
Gambar 2. 11 Gerakan inti 11	29
Gambar 2. 12 Gerakan inti 12	29
Gambar 2. 13 Gerakan inti 13	30
Gambar 2. 14 Gerakan inti 14	30
Gambar 2. 15 Gerakan inti 15	30
Gambar 2. 16 Gerakan inti 16	30
Gambar 2. 17 Gerakan inti 17	31

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	15
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan	42
Tabel 4. 1 Identitas Kepala Keluarga	54
Tabel 4. 2 Daftar Anggota Keluarga Ny. T	55
Tabel 4. 3 Daftar Anggota Keluarga Ny. S	55
Tabel 4. 4 Daftar Anggota Keluarga yang Meninggal	55
Tabel 4. 5 Tempat Tinggal masing-masing Anggota keluarga	56
Tabel 4. 6 Struktur Keluarga	57
Tabel 4. 7 Fungsi Keluarga	57
Tabel 4. 8 Tahap Perkembangan Keluarga	59
Tabel 4. 9 Hobby masing-masing anggota keluarga Ny. T	59
Tabel 4. 10 Hobby masing-masing anggota keluarga Ny. S	60
Tabel 4. 11 Hubungan Antar Anggota Keluarga	60
Tabel 4. 12 Kebiasaan Anggota Keluarga Sehari-hari	61
Tabel 4. 13 Penghasilan utama keluarga Ny. T	64
Tabel 4. 14 Penghasilan utama keluarga Ny. S	64
Tabel 4. 15 Hubungan Anggota Keluarga dalam Masyarakat	65
Tabel 4. 16 Pengkajian 5 Tugas Kesehatan Keluarga	71
Tabel 4. 17 Apgar Skor Keluarga Ny. T	73
Tabel 4. 18 Apgar Skor Keluarga Ny. S	73
Tabel 4. 19 Analisa Data Ny. T	75
Tabel 4. 20 Analisa Data Ny. S	76
Tabel 4. 21 Skoring Prioritas Diagnosa Ny. T	77
Tabel 4. 22 Skoring Prioritas Diagnosa Ny. S	79
Tabel 4. 23 Diagnosa Keperawatan	81
Tabel 4. 24 Intervensi Keperawatan Ny. T	82
Tabel 4. 25 Intervensi Keperawatan Ny. S	83
Tabel 4. 26 Implementasi dan Evaluasi Ny. T	84
Tabel 4. 27 Evaluasi Keperawatan Keluarga Ny. T dan Ny. S	87
Tabel 4. 28 Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah	97

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Anggaran Penelitian.....	108
Lampiran 2. Jadwal Penelitian	109
Lampiran 3. Informed Consent	110
Lampiran 4. Format Asuhan Keperawatan Keluarga	112
Lampiran 5. SOP Senam Hipertensi	130
Lampiran 6. Lembar Observasi.....	132
Lampiran 7. Surat Permohonan Stupen Poltekkes Kemenekes Yogyakarta	134
Lampiran 8. Surat Studi Pendahuluan Dinkes Sleman	135
Lampiran 9. Lembar Konsultasi KTI.....	136
Lampiran 10. Lembar Bukti Mengikuti Ujian Proposal KTI.....	139