

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI JALAN KAKI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA
USIA PRODUKTIF DENGAN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II**



ANINDA AYU ARIZKA

P07120122059

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI JALAN KAKI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA
USIA PRODUKTIF DENGAN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Ahli Madya Keperawatan



ANINDA AYU ARIZKA

P07120122059

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN TERAPI JALAN KAKI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA USIA PRODUKTIF DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Disusun oleh :

ANINDA AYU ARIZKA

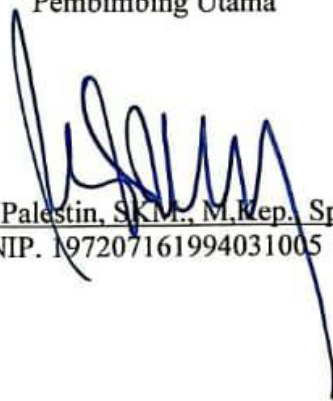
NIM : P07120122059

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

27 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

Pembimbing Pendamping



Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M., Si
NIP. 196507201989032001

Yogyakarta, 18 Juni 2025

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI JALAN KAKI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA ANGGOTA KELUARGA USIA PRODUKTIF DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MLATI II

Disusun Oleh :

ANINDA AYU ARIZKA
NIM.P07120122059

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal : 28 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Titik Endarwati, SKM., MPH (.....)
NIP. 197607031998032003

Anggota,
Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom (.....)
NIP. 197207161994031005

Anggota,
Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M.Si (.....)
NIP. 196507201989032001

Yogyakarta, 18 Juni 2025

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 : Aninda Ayu Arizka

NIM : P07120122059

Tanda Tangan :



Tanggal : 28 Mei 2025

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Aninda Ayu Arizka
NIM : P07120122059
Program Studi : D3 Keperawatan
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:

“Penerapan Terapi Jalan Kaki Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Anggota Keluarga Usia Produktif Dengan 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 : 28 Mei 2025

Yang menyatakan



(Aninda Ayu Arizka)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan tepat waktu. Karya tulis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma Tiga Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Dalam proses penyusunan karya tulis ini, penulis mendapatkan banyak bimbingan, dukungan, dan masukan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan 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 Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan pembimbing utama yang telah membimbing dan memberikan arahan.
3. Bapak Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Prodi Diploma Tiga Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
4. Ibu Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M.,Si selaku pembimbing pendamping selalu memberikan arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Ibu Titik Endarwati, SKM., MPH selaku Ketua Dewan Penguji yang telah bersedia menguji dengan memberikan banyak masukan, saran, dan kritik.
6. Kepala Puskesmas Mlati II yang telah memberikan ijin penelitian di wilayah kerja Puskesmas Mlati II.
7. Orang tua saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah
8. Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan penyusunan 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, 28 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan.....	6
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Studi Kasus	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Hipertensi	10
B. Terapi Jalan Kaki	18
C. Konsep Keperawatan Keluarga Hipertensi	21
D. Kerangka Teori.....	28
BAB III METODE STUDI KASUS.....	29
A. Jenis Studi Kasus	29
B. Subyek Studi Kasus	29
C. Fokus Studi Kasus.....	30
D. Definisi Operasional.....	30
E. Instrumen Studi Kasus	31
F. Metode Pengumpulan Data	33
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus	34
H. Analisis Data dan Penyajian Data	34
I. Etika Penelitian Studi Kasus	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil Studi Kasus	37
B. Pembahasan.....	75
C. Keterbatasan.....	80
BAB V PENUTUP	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi Tekanan Darah Orang Dewasa	13
Tabel 2. Data Umum Kepala Keluarga	38
Tabel 3. Data Umum Anggota Keluarga Tn. P	38
Tabel 4. Data Umum Anggota Keluarga Tn. L	38
Tabel 5. Fungsi Keluarga	41
Tabel 6. Riwayat Kesehatan Keluarga Saat Kunjungan	53
Tabel 7. Pengkajian Tugas Kesehatan Keluarga	54
Tabel 8. Analisis Data Keluarga Tn. P	56
Tabel 9. Analisis Data Keluarga Tn. L	57
Tabel 10. Skoring Diagnosis Kasus 1	58
Tabel 11. Skoring Diagnosis Kasus 2	59
Tabel 12. Intervensi Keperawatan Keluarga Tn. P	61
Tabel 13. Intervensi Keperawatan Keluarga Tn. L	62
Tabel 14. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Keluarga Tn. P	63
Tabel 15. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan Keluarga Tn. L	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Denah Lokasi Penelitian.....	37
Gambar 2. Genogram Keluarga Tn. P.....	39
Gambar 3. Genogram Keluarga Tn. L	39
Gambar 4. Ecomap Keluarga Tn. P	40
Gambar 5. Ecomap Keluarga Tn. L	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Anggaran Penelitian.....	88
Lampiran 2. Jadwal Penelitian	89
Lampiran 3. Surat Permohonan Data Studi Pendahuluan.....	90
Lampiran 4. Surat Keterangan Layak Etik.....	91
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian	92
Lampiran 6. Surat Permohonan Menjadi Responden	93
Lampiran 7. Surat Kesediaan Menjadi Responden	94
Lampiran 8. Standar Operasional Prosedur Terapi Jalan Kaki	96
Lampiran 9. Satuan Acara Penyuluhan	97
Lampiran 10. Leaflet Hipertensi	102
Lampiran 11. Hasil Pemantauan Google Fit.....	103
Lampiran 12. Hasil Instrumen Pengetahuan Hipertensi	104
Lampiran 13. Lembar Konsultasi Bimbingan KTI	105