

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA NY. Y DENGAN  
HIPERTENSI MELALUI PENERAPAN SENAM HIPERTENSI  
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAUH  
KOTA PADANG 2023**

**Peminatan Keperawatan Gerontik**



**AGESTY DWIRIANI PUTRI**

**NIM. 2241312016**

Pembimbing Utama

**Moh. Jamil, S.Kp., M. Biomed**

Pembimbing Pendamping

**Ns. Dewi Murni, M. Kep**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**2023**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
KARYA ILMIAH AKHIR  
AGUSTUS 2023**

Nama : Agesty Dwiriani Putri, S.Kep  
Nim : 2241312016

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA NY. Y DENGAN  
HIPERTENSI MELALUI PENERAPAN SENAM HIPERTENSI  
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAUH  
KOTA PADANG 2023**

**ABSTRAK**

Secara alamiah lansia akan mengalami penurunan terhadap fungsi tubuh yang merupakan akumulasi dari kerusakan pada tingkat seluler dan molekuler, yang terjadi dalam jangka waktu yang lama, atau disebut juga dengan proses penuaan. Penyakit yang paling banyak dialami lansia di Indonesia adalah hipertensi. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis dapat dilakukan dengan cara meningkatkan aktifitas fisik, salah satu aktifitas fisik yang dapat dilakukan oleh pasien hipertensi adalah senam hipertensi. Senam hipertensi merupakan olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan aliran darah dan suplai oksigen ke dalam rangka yang aktif dan ke dalam otot, terutama otot jantung. Tujuan dari laporan ilmiah ini adalah memberikan gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia hipertensi, dengan menggunakan metode studi kasus dan memberikan asuhan keperawatan menggunakan pendekatan proses keperawatan, melalui intervensi edukasi proses penyakit dan edukasi latihan fisik. Hasil akhir dari pemberian asuhan keperawatan terjadi penurunan tekanan darah pada lansia setelah dilakukan intervensi 3x/ minggu selama 2 minggu yang dibuktikan dengan hasil pengukuran tekanan darah dari 165/90 mmHg menjadi 133/80 mmHg. Diharapkan senam hipertensi dapat direkomendasikan sebagai salah satu terapi alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah bagi lansia.

Kata kunci : Lansia, Hipertensi, Senam Hipertensi

Daftar Pustaka : 44 (2010-2023)

**FACULTY OF NURSING**  
**ANDALAS UNIVERSITY**  
**FINAL SCIENTIFIC WORKS**  
**AUGUST 2023**

Nama : Agesty Dwiriani Putri, S.Kep  
Nim : 2241312016

**GERONTIC NURSING CARE NY. Y WITH HYPERTENSION THROUGH  
THE APPLICATION OF HYPERTENSION EXERCISE TO REDUCE  
BLOOD PRESSURE IN THE WORKING AREA OF PAUH HEALTH  
CENTER PADANG CITY 2023**

**ABSTRACT**

*Naturally, the elderly will experience a decrease in bodily functions which is an accumulation of damage at the cellular and molecular level, which occurs over a long period of time, or also known as the aging process. The most common disease experienced by the elderly in Indonesia is hypertension. Management of hypertension can be done pharmacologically and non-pharmacologically. Non-pharmacological management can be done by increasing physical activity, one of the physical activities that can be done by hypertensive patients is hypertension exercise. Hypertension gymnastics is a sport that aims to increase blood flow and oxygen supply to the active framework and to the muscles, especially the heart muscle. The purpose of this scientific report is to provide an overview of the implementation of comprehensive nursing care for hypertensive elderly, using the case study method and providing nursing care using the nursing process approach, through disease process education interventions and physical exercise education. The final result of providing nursing care is a decrease in blood pressure in the elderly after intervention 3x/week for 2 weeks as evidenced by the results of blood pressure measurements from 165/90 mmHg to 133/80 mmHg. It is hoped that hypertension exercise can be recommended as an alternative therapy to help lower blood pressure for the elderly.*

*Keywords : Elderly, Hypertension, Hypertension Exercise*

*References : 44 (2010-2023)*