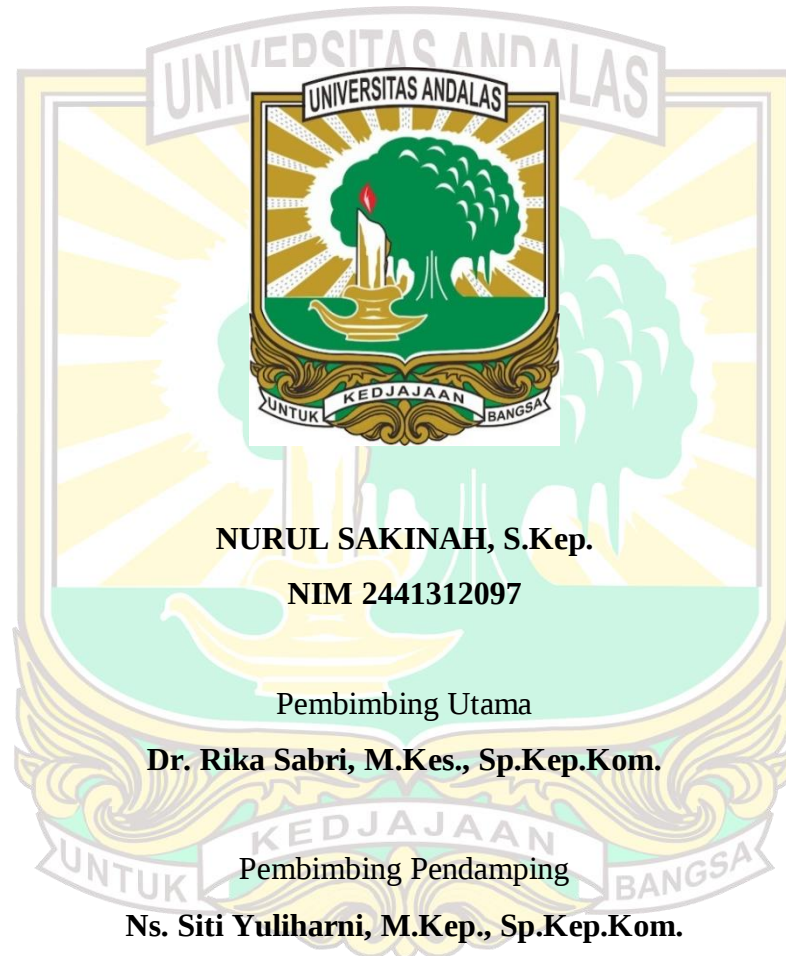


KARYA ILMIAH AKHIR
ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. I DENGAN PENERAPAN *BRISK*
***WALKING EXERCISE* UNTUK PENURUNAN TEKANAN DARAH**
DENGAN RIWAYAT HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PAUH

Penelitian Keperawatan Gerontik



NURUL SAKINAH, S.Kep.

NIM 2441312097

Pembimbing Utama

Dr. Rika Sabri, M.Kes., Sp.Kep.Kom.

Pembimbing Pendamping

Ns. Siti Yuliharni, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS

2025

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JULI, 2025

Nama : Nurul Sakinah
NIM : 2441312097

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN
BRISK WALKING EXERCISE UNTUK PENURUNAN TEKANAN
DARAH DENGAN RIWAYAT HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PAUH KOTA PADANG**

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. Peningkatan prevalensi hipertensi berbanding lurus dengan peningkatan pertumbuhan populasi dan penuaan yang terjadi secara global. Sehingga dapat dikatakan bahwasanya penyakit hipertensi merupakan tantangan kesehatan global yang memerlukan perhatian penting dalam penanggulangannya. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakalogis dapat dilakukan dengan cara meningkatkan aktifitas fisik, salah satu aktifitas fisik yang dapat dilakukan oleh pasien hipertensi adalah *Brisk Walking Exercise*. Tujuan studi kasus ini untuk memaparkan asuhan keperawatan dengan penerapan *evidence based nursing* yaitu *Brisk Walking Exercise* pada pasien hipertensi dengan pendekatan asuhan keperawatan. Metode penulisan ini adalah studi kasus dengan prosedur dimulai dari pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Diagnosa keperawatan yang ditemukan manajemen kesehatan tidak efektif. Hasil akhir dari pemberian asuhan keperawatan terjadi penurunan tekanan darah pada lansia setelah dilakukan intervensi selama 3 hari dalam 1 minggu yang dibuktikan dengan hasil pengukuran tekanan darah terjadi penurunan dengan rata-rata penurunan pada sistolik yaitu 6 dan pada diastolik yaitu 8 . Diharapkan *Brisk Walking Exercise* dapat direkomendasikan sebagai salah satu terapi alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah bagi lansia.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, *Brisk Walking Exercise*
Daftar Pustaka : 47 (2018-2024)

NURSING FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY
JULY, 2025

Name : Nurul Sakinah
NIM : 2441312097

Nursing Care for the Elderly Using Brisk Walking Exercise to Reduce Blood Pressure with a History of Hypertension in the Pauh Community Health Center Work Area

ABSTRACT

The elderly naturally experience a decline in bodily functions, which is an accumulation of damage at the cellular and molecular level, occurring over a long period, also known as the aging process. The increasing prevalence of hypertension is directly proportional to the increase in global population growth and aging. Thus, it can be said that hypertension is a global health challenge requiring significant attention in its management. The management of hypertension can be pharmacological and non-pharmacological. Non-pharmacological management can be done by increasing physical activity. One physical activity that can be performed by hypertensive patients is Brisk Walking Exercise. The purpose of this case study is to describe nursing care through the application of evidence-based nursing, specifically Brisk Walking Exercise, in hypertensive patients using a nursing care approach. The writing method for this study is a case study, with procedures starting from assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and nursing evaluation. The nursing diagnosis found was ineffective health management. The final outcome of providing nursing care was a decrease in blood pressure in the elderly after a 3-day intervention within one week, evidenced by an average decrease of 6 in systolic blood pressure and 8 in diastolic blood pressure. It is hoped that Brisk Walking Exercise can be recommended as an alternative therapy to help lower blood pressure in the elderly.

Keywords : Elderly, Hypertension, Brisk walking exercise

Bibliography : 47 (2018-2024)