

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KOMUNITAS PADA AGREGAT DEWASA
DENGAN HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN
TERAPI SENAM ERGONOMIK DI RW 02
KELURAHAN LIMAU MANIS
KOTA PADANG**

Peminatan Keperawatan Komunitas Keluarga



**RANI ZUL YULIARTHA RIZKY, S.Kep
NIM 2441312032**

PEMBIMBING

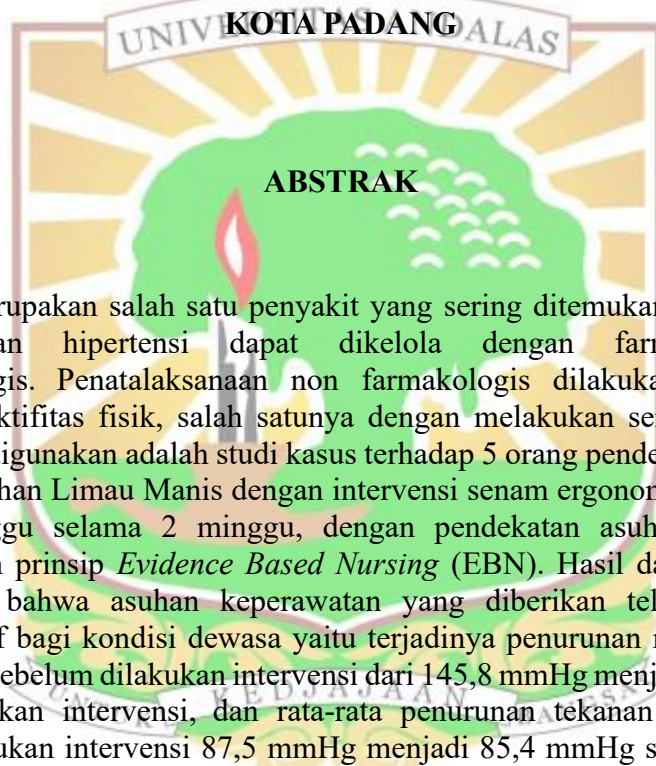
**Agus Sri Banowo, S.Kp., MPH
Ns. Muthmainnah, S.Kep., M.Kep**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2025**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
KARYA ILMIAH AKHIR
Juli, 2025**

**Nama : Rani Zul Yuliartha Rizky
Nim : 2441312032**

**ASUHAN KEPERAWATAN KOMUNITAS PADA AGREGAT DEWASA
DENGAN HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN
TERAPI SENAM ERGONOMIK DI RW 02
KELURAHAN LIMAU MANIS**



ABSTRAK

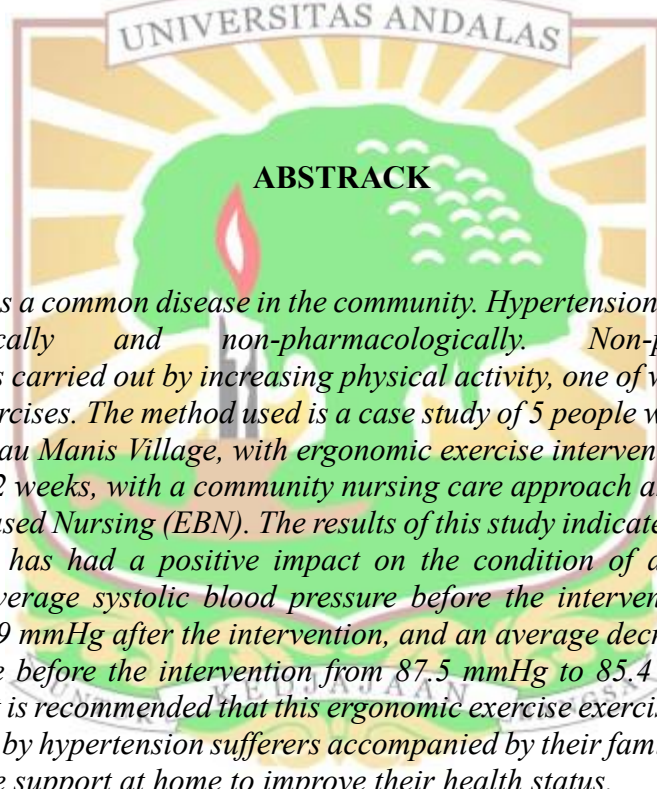
Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang sering ditemukan di masyarakat. Penatalaksanaan hipertensi dapat dikelola dengan farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis dilakukan dengan cara peningkatan aktifitas fisik, salah satunya dengan melakukan senam ergonomik. Metode yang digunakan adalah studi kasus terhadap 5 orang penderita hipertensi di RW 02 Kelurahan Limau Manis dengan intervensi senam ergonomik dilakukan 3x dalam seminggu selama 2 minggu, dengan pendekatan asuhan keperawatan komunitas dan prinsip *Evidence Based Nursing* (EBN). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan telah memberikan dampak positif bagi kondisi dewasa yaitu terjadinya penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan intervensi dari 145,8 mmHg menjadi 141,9 mmHg setelah dilakukan intervensi, dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik sebelum dilakukan intervensi 87,5 mmHg menjadi 85,4 mmHg setelah dilakukan intervensi. Disarankan latihan senam ergonomik ini dapat dilakukan secara intensif oleh penderita hipertensi dengan didampingi keluarga dan keluarga selalu memberikan dukungan di rumah agar dapat meningkatkan derajat kesehatan.

Kata kunci : Dewasa, Hipertensi, Senam ergonomik
Daftar Pustaka : 47 (2011-2024)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC WORK
July, 2025**

**Name : Rani Zul Yuliartha Rizky
NIM : 2441312032**

**COMMUNITY NURSING CARE FOR ADULTS WITH HYPERTENSION
USING ERGONOMIC EXERCISE THERAPY IN RW 02
LIMAU MANIS VILLAGE, PADANG CITY**



Hypertension is a common disease in the community. Hypertension can be managed pharmacologically and non-pharmacologically. Non-pharmacological management is carried out by increasing physical activity, one of which is by doing ergonomic exercises. The method used is a case study of 5 people with hypertension in RW 02, Limau Manis Village, with ergonomic exercise interventions carried out 3x a week for 2 weeks, with a community nursing care approach and the principles of Evidence Based Nursing (EBN). The results of this study indicate that the nursing care provided has had a positive impact on the condition of adults, namely a decrease in average systolic blood pressure before the intervention from 145.8 mmHg to 141.9 mmHg after the intervention, and an average decrease in diastolic blood pressure before the intervention from 87.5 mmHg to 85.4 mmHg after the intervention. It is recommended that this ergonomic exercise exercise can be carried out intensively by hypertension sufferers accompanied by their families and families always provide support at home to improve their health status.

Keywords : Adults, Hypertension, Ergonomic gymnastics

Reference : 47 (2011-2024)