

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA DENGAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBACANG**

Peminatan Keperawatan Gerontik



MONICA, S.Kep

NIM.2541312088

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

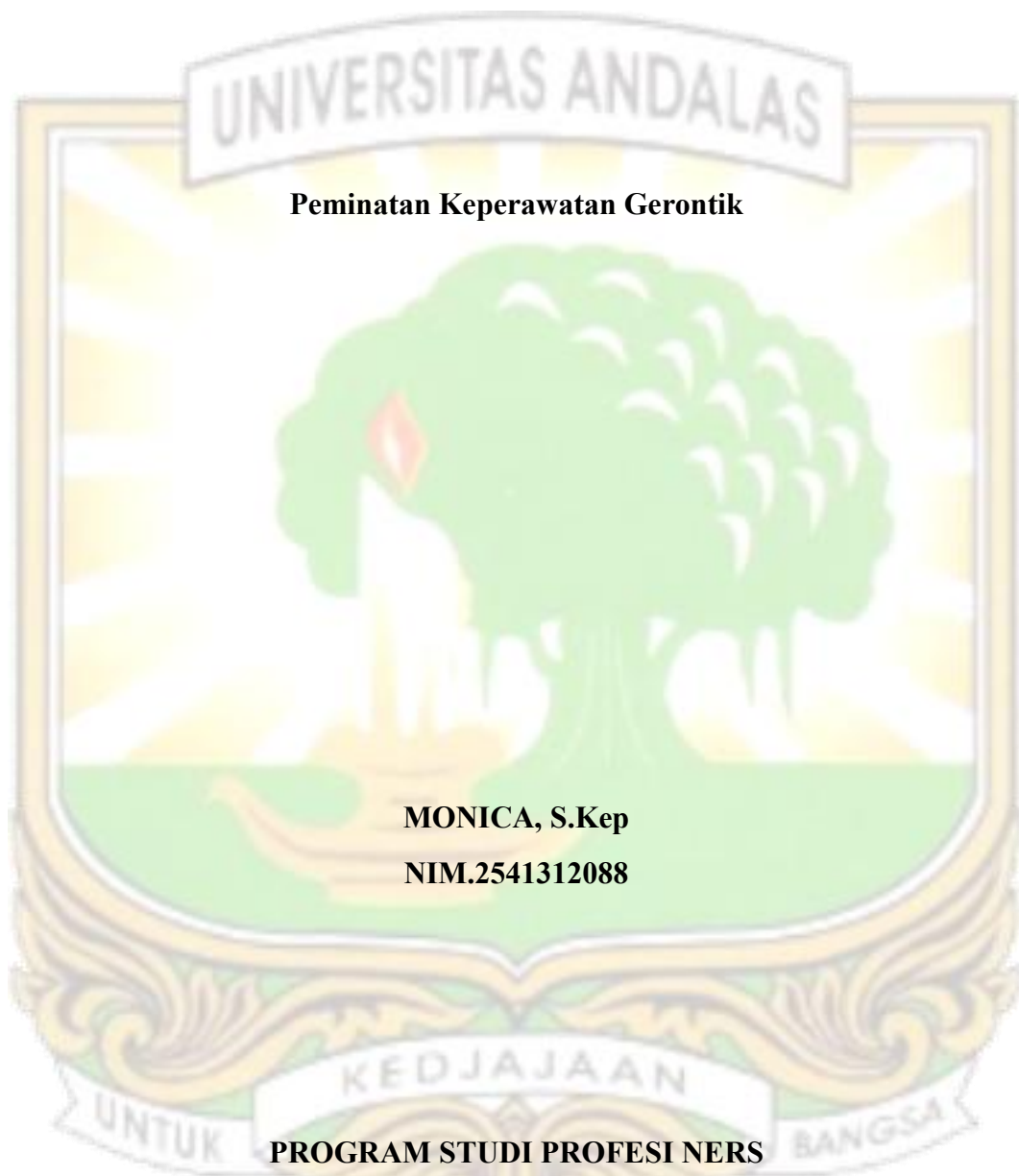
UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2026

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA DENGAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBACANG**



Peminatan Keperawatan Gerontik

MONICA, S.Kep

NIM.2541312088

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2026

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA DENGAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBACANG**

Peminatan Keperawatan Gerontik

**Untuk Memperoleh Gelar Profesi Ners (Ns)
pada Fakultas Keperawatan Universitas Andalas**

MONICA, S.Kep

NIM.2541312088

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2026

PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

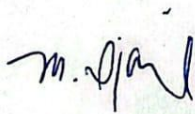
**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA DENGAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBACANG**

MONICA, S.Kep
NIM.2541312088

Karya Ilmiah Akhir Telah Disetujui
29 Juni 2026

Oleh

Pembimbing Utama



Mohd. Jamil, S.Kp., M.Biomed
NIP.197007051995031002

Pembimbing Pendamping



Ns. Siti Yuliharni, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP.198707272019032023

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Program Profesi



Dr. Ns. Dwi Novrianda, S.Kep., M.Kep
NIP.198211022008122001

PENETAPAN PANITIA PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA DENGAN
PENERAPAN SENAM HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS AMBACANG**

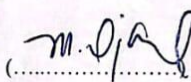
MONICA, S.Kep

NIM.2541312088

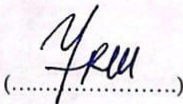
**Karya Ilmiah Ini Telah Diuji dan Dinilai oleh Panitia Penguji di Fakultas
Keperawatan Universitas Andalas pada Tanggal 11 Juni 2026**

Panitia penguji,

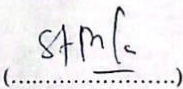
Ketua : Mohd. Jamil, S.Kp., M.Biomed

(.....)

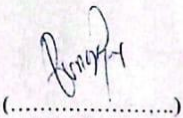
Anggota 1. Ns. Siti Yuliharni, M.Kep., Sp.Kep.Kom

(.....)

2. Ns. Fitri Mailani, S.Kep, M.Kep

(.....)

3. Ns. Bunga Permata Weny, S.Kep, M.Kep

(.....)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan Rahmat-Nya yang selalu dicurahkan kepada seluruh makhluk-Nya. Shalawat serta salam dikirimkan kepada Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah dengan nikmat dan hidayah-Nya, penulis telah dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul Asuhan Keperawatan pada Pasien Lansia dengan Penerapan Senam Hipertensi untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Moh. Jamil, S.Kp., M.Biomed selaku pembimbing utama dan Ibu Ns. Siti Yuliharni, M.Kep., Sp.Kep.Kom sebagai pembimbing pendamping, yang telah dengan telaten dan penuh kesabaran membimbing penulis dalam Menyusun Karya Ilmiah ini. Terima kasih yang tak terhingga juga disampaikan kepada pembimbing akademik penulis, Ibu Wedya Wahyu, S.Kp., M.Kep yang telah memberi motivasi, nasehat dan bimbingan selama penulis mengikuti perkuliahan. Selain itu penulis juga mengucapkan terima kasih pada :

1. Ibu Dr. Ns. Deswita, M.Kep., Sp.Kep.An selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas
2. Ibu Dr. Ns. Dwi Novrianda, S.Kep., M.Kep selaku Kepala Prodi Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

3. Seluruh Dosen Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang telah membagikan ilmu yang sangat berharga selama menjalani perkuliahan dan praktek profesi
4. Penulis sangat berterima kasih kepada kedua orang tua penulis yang selalu mendukung penulis untuk tetap melanjutkan perkuliahan profesi ini, dengan segala jenis keterbatasan yang dimiliki.
5. Terima kasih untuk diri sendiri yang sudah mau berjuang untuk menyelesaikan profesi ini, dan setelah ini perjalanan yang sebenarnya dimulai, terakhir terima kasih untuk THP yang selalu menemani penulis dan membantu penulis untuk semua hal

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini tidak luput dari adanya kesalahan dan jauh dari kata sempurna. Untuk itu, penulis sangat berharap adanya kritik dan saran dari semua pihak demi perbaikan dan kesempurnaan sehingga karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan semua yang membaca. Aamiin

Padang, Juni 2026

Penulis

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

KARYA ILMIAH AKHIR

Juni, 2026

Nama : Monica, S.Kep

NIM : 2541312088

Asuhan Keperawatan pada Pasien Lansia dengan Penerapan Senam Hipertensi untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling banyak diderita oleh lansia. Di wilayah Puskesmas Ambacang, sudah pernah dilakukan beberapa penyuluhan dan terapi non farmakologi untuk hipertensi, namun jumlah kasus hipertensi di wilayah ini masih tinggi. Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi dalam upaya menurunkan tekanan darah adalah senam hipertensi. Tujuan karya ilmiah ini yaitu untuk menyusun asuhan keperawatan dan mengetahui penerapan senam hipertensi dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Karya ilmiah ini menggunakan metode pendekatan studi kasus. Intervensi ini dilakukan selama 30 menit selama 3 kali dalam seminggu, di sore hari. Tekanan darah dievaluasi setiap hari menggunakan *sphygmomanometer digital*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa diagnosa keperawatan yang ditemukan adalah manajemen kesehatan tidak efektif dengan SIKI pelibatan keluarga dan edukasi latihan fisik. Rata-rata penurunan tekanan darah sistolik 6,4 mmHg dan diastolik 3 mmHg. Diharapkan pasien dan keluarga dengan hipertensi mampu menerapkan terapi ini dan keluarga mampu membimbing dan memberi dukungan kepada anggota keluarga yang mempunyai masalah hipertensi. Disarankan kepada perawat untuk memilih senam hipertensi sebagai terapi nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.

Kata kunci : Hipertensi, lansia, senam hipertensi

Daftar pustaka : 45 (2010-2026)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC WORK
June, 2026

Name : Monica, S.Kep
NIM: 2541312088

***Nursing Care for Elderly Patients with the Application of Hypertension
Gymnastics to Lower Blood Pressure in the Working Area of the Ambacang
Health Center***

ABSTRACT

Hypertension is one of the diseases most suffered by the elderly. In the Ambacang Health Center area, several counseling and non-pharmacological therapies for hypertension have been carried out, but the number of hypertension cases in this area is still high. One of the non-pharmacological therapies that can be done on hypertension patients in an effort to lower blood pressure is hypertensive exercises. The purpose of this scientific paper is to compile nursing care and find out the application of hypertension gymnastics in lowering blood pressure in elderly people with hypertension. This scientific paper uses a case study approach method. This intervention was carried out for 30 minutes 3 times a week, in the afternoon. Blood pressure is evaluated daily using a digital sphygmomanometer. The results of this study show that the nursing diagnosis found to be ineffective health management with SIKI, family involvement, and physical exercise education. The average decrease in systolic blood pressure was 6.4 mmHg and diastolic 3 mmHg. It is hoped that patients and families with hypertension will be able to apply this therapy and the family will be able to guide and provide support to family members who have hypertension problems. It is recommended to nurses to choose hypertension exercises as a nonpharmacological therapy to lower blood pressure in the elderly.

Keywords : Hypertension, elderly, hypertension exercise
Bibliography : 45 (2010-2026)