

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA Ny. N DENGAN HIPERTENSI
MELALUI PENERAPAN LATIHAN *SLOW DEEP BREATHING*
DI KELURAHAN LUBUK MINTURUN
KECAMATAN KOTO TANGAH
KOTA PADANG**

Peminatan Keperawatan Gerontik



**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2020**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
MARET 2021**

**Nama : Shinta Ariyanti, S.Kep
No. BP : 1941316087**

**Asuhan Keperawatan pada Lansia Ny. N dengan Hipertensi Melalui Penerapan
Latihan *Slow Deep Breathing* di Kelurahan Lubuk Minturun Kecamatan Koto
Tengah Kota Padang Tahun 2021**

ABSTRAK

Lansia merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap penyakit-penyakit degenerative. Salah satu penyakit yang sering dialami lansia adalah hipertensi. Hipertensi pada lansia terjadi akibat menurunnya elastisitas dan kemampuan meregang pada arteri besar. Prevalensi hipertensi yang tinggi merupakan tantangan kesehatan global yang dapat menyebabkan kematian dini diseluruh dunia. Selain dengan terapi farmakologis, penanganan hipertensi juga dapat dilakukan dengan terapi non farmakologis salah satunya dengan latihan *Slow Deep Breathing* untuk menurunkan tekanan darah. Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan klien Ny. N mengalami hipertensi sejak 7 tahun yang lalu dan merasakan keluhan sakit kepala dan berat pada tekuk, sehingga diperlukan penanganan dan asuhan keperawatan yang komprehensif untuk mengatasi masalah tersebut. 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. Hasil akhir dari pemberian asuhan keperawatan terjadi penurunan tekanan darah pada lansia setelah dilakukan intervensi selama 2 minggu yang dibuktikan dengan hasil pengukuran tekanan darah dari 160/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Diharapkan pada lansia dan keluarga dapat melakukan latihan *Slow Deep Breathing* ini secara berkesinambungan untuk membantu menurunkan tekanan darah serta melakukan pemeriksaan kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan pada lansia.

Kata Kunci : Lansia, tekanan darah, hipertensi, *slow deep breathing*

Daftar Pustaka : 2004 - 2021

**NERS STUDY PROGRAM
NURSING FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY
MARCH 2021**

**Nama : Shinta Ariyanti, S.Kep
No. BP : 1941316087**

Nursing Care for the Elderly Ny. N with Hypertension through the Application of Slow Deep Breathing Exercise in Lubuk Minturun Village, Koto Tengah District, Padang City Year 2021

ABSTRAK

The elderly are at high risk of degenerative diseases. One of the diseases that is often experienced by the elderly is hypertension. Hypertension in the elderly occurs due to decreased elasticity and the ability to stretch the large arteries. The high prevalence of hypertension is a global health challenge that can cause premature death worldwide. Apart from pharmacological therapy, hypertension management can also be done with non-pharmacological therapy, one of which is slow deep breathing exercises to lower blood pressure. Based on the results of the assessment, it was found that Mrs. N had hypertension since 7 years ago and felt complaints of headaches and heaviness in buckling, so that comprehensive nursing care and care was needed to overcome this problem. The purpose of this scientific report is to provide an overview of the implementation of comprehensive nursing care for elderly hypertension, using the case study method and providing nursing care using the nursing process approach. The end result of the provision of nursing care was a decrease in blood pressure in the elderly after 2 weeks of intervention as evidenced by the results of blood pressure measurements from 160/90 mmHg to 140/80 mmHg. It is hoped that the elderly and families can carry out this Slow Deep Breathing exercise on an ongoing basis to help lower blood pressure and carry out health checks to improve the health status of the elderly.

Keywords: Elderly, blood pressure, hypertension, slow deep breathing

Bibliography : 2004 - 2021