

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA MELALUI
PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SENAM ERGONOMIS
DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL UNTUK MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KELUARGA DALAM MERAWAT
ANGGOTA KELUARGA DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS LANGENSARI 1
KOTA BANJAR**

KARYA TULIS ILMIAH



**Oleh :
SENY AYU RAHMADILLA
NIM. P2.06.20.22.0033**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TASIKMALAYA
2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA MELALUI
PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG SENAM ERGONOMIS
DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL UNTUK MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KELUARGA DALAM MERAWAT
ANGGOTA KELUARGA DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH PUSKESMAS LANGENSARI 1
KOTA BANJAR**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya



Oleh :
SENY AYU RAHMADILLA
NIM. P2.06.20.22.0033

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TASIKMALAYA
2023**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Keluarga Melalui Pendidikan Kesehatan Tentang Senam Ergonomis Dengan Media Audiovisual Untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Langensari 1 Kota Banjar”. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herliana, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Yanyan Bahtiar, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Dr. Siti Badriah, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
7. Kedua orang tua yang saya cintai yaitu bapak Yuyu Wahyu, ibu Apong Rohati, dan kakak saya Ardy Rahayu serta keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik berupa fisik, mental, spiritual dan ekonomi serta senantiasa selalu mendoakan penulis.

8. Pemilik NIM 24023120145 yang senantiasa memberikan dukungan semangat, motivasi, dan doa dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
9. Sahabat saya Aninda Feby Salshabilla yang selalu ada saat senang maupun sedih dan tidak pernah bosan dalam memberikan semangat, motivasi dan doa bagi kelancaran karya tulis ilmiah penulis.
10. Seluruh teman-teman angkatan 28 Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, khususnya keluarga 28A yang selalu saling menguatkan dan memberikan dukungan, dan yang telah bersama-sama berjuang melewati 6 semester dengan suka dukanya masing-masing.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan *literature* yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis,



Seny Ayu Rahmadilla

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA
SENY AYU RAHMADILLA
P2.06.20.1.20.033
Yanyan Bahtiar, S.Kp.,M.Kep
197702262005011002
Dr. Siti Badriah, M.Kep.,Ners, Sp.Kep.Kom
197512311998032003**

**“Asuhan Keperawatan Pada Keluarga Melalui Pendidikan Kesehatan
Tentang Senam Ergonomis Dengan Media Audiovisual Untuk Meningkatkan
Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan
Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Langensari 1 Kota Banjar”**

ABSTRAK

Hipertensi yaitu penyakit yang dipengaruhi oleh adanya peningkatan tekanan darah diatas normal dengan tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini untuk mengetahui penerapan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dan metode demonstrasi tentang senam ergonomis untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Jenis desain karya tulis ilmiah ini yaitu adalah deskriptif kualitatif dengan laporan studi kasus yang dilaksanakan tanggal 6 – 18 April 2023. Teknik pengumpulan data dengan cara wawancara,observasi dan pemeriksaan fisik Hasil yang diperoleh setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan tentang senam ergonomis melalui media audiovisual dan metode demonstrasi, didapatkan bahwa keluarga 1 dan keluarga 2 mengalami peningkatan dari segi pengetahuan, sikap dan keterampilan. Tingkat kemandirian kedua keluarga meningkat menjadi tingkat kemandirian ketiga. Karya tulis ilmiah diharapkan menjadi sumber sebagai acuan dan landasan untuk mendukung pembelajaran serta mengembangkan pembelajaran asuhan keperawatan keluarga yang mengalami hipertensi, dan keluarga mampu bersikap dan meningkatkan keterampilan sesuai dengan pengetahuan yang telah diperoleh. Kesimpulan yang didapat yaitu asuhan keperawatan pada keluarga melalui pendidikan kesehatan dengan media audiovisual tentang senam ergonomis untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang hipertensi sangat membantu dalam proses pendidikan kesehatan keluarga.

Kata Kunci :Hipertensi, Pendidikan Kesehatan, keluarga, Senam Ergonomis

Daftar Pustaka : 56 buah (2013- 2023)

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

SENY AYU RAHMADILLA

P2.06.20.1.20.033

Yanyan Bahtiar, S.Kp.,M.Kep

197702262005011002

Dr. Siti Badriah, M.Kep., Ners, Sp.Kep.Kom

197512311998032003

**“Nursing Care For Families Through Health Education About Ergonomic
Gymnastics With Audiovisual Media To Improve Families' Ability To
Caring For Family Members With Hypertension In The Langensari 1 Health
Center Area, Banjar City”**

ABSTRACT

Hypertension is a disease affected by an increase in blood pressure above normal with systolic blood pressure greater than or equal to 140 mmHg or diastolic blood pressure greater than or equal to 90 mmHg. The purpose of writing this scientific paper is to determine the application of health education with audiovisual media and demonstration methods on ergonomic gymnastics to improve family ability to care for family members with hypertension. The type of design of this scientific paper is descriptive qualitative with a case study report conducted on April 6-18, 2023. Data collection techniques by means of interviews, observation and physical examination The results obtained after being given health education interventions on ergonomic gymnastics through audiovisual media and demonstration methods, found that family 1 and family 2 experienced an increase in terms of knowledge, attitudes and skills. The level of independence of both families increased to the third level of independence. Scientific papers are expected to be a source as a reference and foundation to support learning and develop learning nursing care for families experiencing hypertension, and families are able to behave and improve skills in accordance with the knowledge that has been obtained. The conclusion obtained is that nursing care for families through health education with audiovisual media about ergonomic exercises to improve family abilities in caring for hypertensive family members is very helpful in the family health education process.

Keyword : Hypertension, Health Education, Family, Ergonomic Exercise,

Bibliography : 56 pieces (2013-2023)

DAFTAR ISI

COVER DALAM	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus	7
D. Manfaat	7
1. Manfaat Bagi Peneliti	7
2. Manfaat Bagi Instansi Pendidikan	8
3. Manfaat Bagi Klien Keluarga	8
4. Manfaat Bagi Puskesmas	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Hipertensi	9
1. Definisi	9
2. Etiologi	10
3. Patofisiologi	11
4. Tanda dan Gejala	12

5.	Penatalaksanaan.....	13
6.	Klasifikasi.....	15
7.	Komplikasi	16
B.	Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga.....	17
1.	Pengkajian	19
2.	Diagnosa.....	21
3.	Perencanaan.....	24
4.	Implementasi	24
5.	Evaluasi	25
C.	Konsep Senam Ergonomis	27
1.	Pengertian.....	27
2.	Manfaat Senam ergonomis.....	28
3.	Teknik senam ergonomis.....	28
4.	Indikasi	33
5.	Kontraindikasi	33
6.	Pengaruh senam ergonomis terhadap penurunan tekanan darah.....	33
7.	Waktu pengukuran	34
8.	Hal yang perlu diperhatikan	34
D.	Konsep Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual.....	35
1.	Pengertian.....	35
2.	Media.....	36
3.	Konsep pengetahuan,sikap, dan keterampilan.....	37
E.	Kerangka Teori.....	40
BAB III	METODE KTI	41
A.	Desain KTI.....	41
B.	Subyek KTI.....	41
C.	Definisi Operasional / Batasan Istilah.....	42
D.	Lokasi dan waktu	44
E.	Prosedur Penyusunan KTI.....	44
F.	Teknik Pengumpulan Data.....	45
G.	Instrumen Pengumpulan Data	46

H. Keabsahan Data.....	46
I. Analisa Data	47
J. Etika Penelitian	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Studi Kasus	49
B. Pembahasan.....	57
C. Keterbatasan KTI/TA.....	64
D. Implikasi untuk keperawatan	64
BAB V PENUTUP.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

<i>Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi JNC - VII</i>	15
<i>Tabel 2. 2 Tingkat Kemandirian Keluarga</i>	20
<i>Tabel 2. 3 Menentukan prioritas masalah</i>	23

DAFTAR BAGAN

<i>Bagan 2. 1 Kerangka Teori</i>	40
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden 1</i>	73
<i>Lampiran 2 Surat Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden 2</i>	74
<i>Lampiran 3 Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. S</i>	75
<i>Lampiran 4 Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. K</i>	82
<i>Lampiran 5 Pedoman Wawancara</i>	89
<i>Lampiran 6 Lembar Observasi pada Keluarga 1</i>	90
<i>Lampiran 7 Lembar Observasi pada Keluarga 2</i>	92
<i>Lampiran 8 Lembar Observasi Tekanan Darah</i>	94
<i>Lampiran 9 Satuan Acara Penyuluhan</i>	95
<i>Lampiran 10 SOP Senam Ergonomis</i>	103
<i>Lampiran 11 Loogbook Bimbingan</i>	107
<i>Lampiran 12 Jadwal Kegiatan</i>	113
<i>Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup</i>	114