

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA TN.R DAN TN.W  
DENGAN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN SENAM  
*ERGONOMIC* DI PUSKESMAS KARANGSARI  
KABUPATEN CIREBON**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh :**

**ASTRIYANTI**

NIM. P2.06.20.22.0044

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

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA TN.R DAN TN.W  
DENGAN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN SENAM  
*ERGONOMIC* DI PUSKESMAS KARANGSARI  
KABUPATEN CIREBON**

**KARYA TULIS ILMIAH**

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



**Oleh ;**

**ASTRIYANTI**

NIM. P2.06.20.22.0044

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

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA TN.R  
DAN TN.W DENGAN HIPERTENSI YANG  
DILAKUKAN SENAM *ERGONOMIC* DI PUSKESMAS  
KARANGSARI KABUPATEN CIREBON

PENYUSUN : ASTRIYANTI  
NIM P2.06.20.22.0044

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui  
Oleh Pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 05 Juni 2023

Pembimbing

Pembimbing I



Ati Siti Rochayati, SKM, M.Kes.  
NIP. 196307181985032001

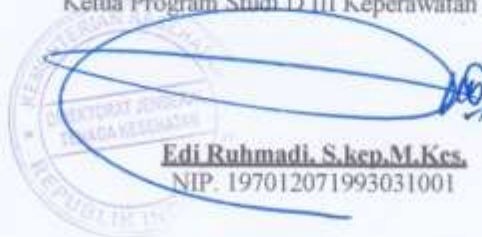
Pembimbing II



Syarif Zen Yahya, SKp, M.Kep.  
NIP. 196412121988031005

Mengetahui:

Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon



Edi Ruhmadi, S.kep,M.Kes.  
NIP. 197012071993031001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA TN.R  
DAN TN.W DENGAN HIPERTENSI YANG  
DILAKUKAN SENAM *ERGONOMIC* DI PUSKESMAS  
KARANGSARI KABUPATEN CIREBON**

**PENYUSUN : ASTRIYANTI  
NIM : P2.06.20.22.0044**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan dan dipertanggungjawabkan  
Pada tanggal 12 juni 2023

Penguji

Ketua

Anggota I

Anggota II



Ati Siti Rochayati, SKM, M.Kes.  
NIP. 196207181985032001



Svarif Zen Yahya, SKp, M.Kep.  
NIP. 196412121988031005



Omay Rohmana, S.Kep, Ns, M.Kep.  
NIP. 197210111999031001

Mengetahui :

Ketua Jurusan Keperawatan

Mengesahkan :

Ketua Program Studi D III Keperawatan  
Cirebon



Dudi Hartono, S.Kep, Ns, M.Kep.  
NIP. 197105121992031002



Edi Ruhmadi, S.Kep, M.Kes.  
NIP. 197012071993031001

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **ASTRIYANTI**  
NIM. : P2.06.20.22.0044  
Program : Prodi Keperawatan Cirebon  
Judul KTI : ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA TN.R  
DAN TN.W DENGAN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN  
SENAM *ERGONOMIC* DI PUSKESMAS KARANGSARI  
KABUPATEN CIREBON

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis yang saya susun ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Cirebon, 03 juni 2023

Yang Membuat Pernyataan,



**ASTRIYANTI**  
NIM. : P2.06.20.22.0044

## **SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **ASTRIYANTI**  
NIM. : P2.06.20.22.0044  
Program : Prodi Keperatan Cirebon  
Judul KTI : **ASUHAN KEPERAWATAN PADA KELUARGA TN.R  
DAN TN.W DENGAN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN  
SENAM *ERGONOMIC* DI PUSKESMAS KARANGSARI  
KABUPATEN CIREBON**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa saya mengizinkan / menyetujui Karya Tulis Ilmiah yang saya susun dipublikasikan untuk kepentingan akademis, baik secara keseluruhan maupun Sebagian dari karya tulis ini.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Cirebon, 03 juni 2023

Yang Membuat Pernyataan,



**ASTRIYANTI**  
NIM. : P2.06.20.22.0044

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ Asuhan Keperawatan pada Keluarga Tn.R dan Tn.W Dengan Hipertensi Yang Dilakukan Senam *Ergonomic* Di Puskesmas Karang Sari Kabupaten Cirebon” dengan tepat waktu. karya Tulis Ilmiah ini di susun guna memenuhi salah satu syarat tugas akhir menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan III di Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang memberikan dukungan, bantuan pikiran, tenaga, serta motivasi oleh karenanya penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
3. Bapak Edi Ruhmadi, S.Kep, M.Kes selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon
4. Bapak Agus Nurdin, SKp,MKep selaku dosen pembimbing akademik
5. Ibu Ati Siti Rochayati, SKM, MKes selaku Pembimbing satu yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan masukan selama bimbingan.
6. Bapak Syarif Zen Yahya, SKp, MKep selaku pembimbing kedua sekaligus penguji satu yang telah meluangkan waktu untuk dapat memberi arahan dalam penyusunan karya tulis ilmiah
7. Bapak Omay Rohmana S.Kep., Ns M.Kep., selaku dosen penguji dua yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan dalam penyusunan karya tulis ilmiah
8. Ibu Iis Kartini Ismiani. S Kep,.Ners selaku pembimbing Puskesmas Karang Sari yang telah membantu dan membimbing dalam pelaksanaan studi kasus

9. Seluruh staff dosen karyawan politeknik kesehatan kemenkes Tasikmalaya program studi keperawatan Cirebon
10. Kedua orang tua dan adik tercinta yang selalu mendoakan, mendukung, dan memotivasi penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan tepat waktu
11. Seluruh teman-teman yang bertukar pikiran dalam penyelesaian Karya tulis ilmiah
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian karya tulis ilmiah.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan penulisan selanjutnya.

Cirebon 03 juni 2023



Penulis



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN CIREBON**

Karya Tulis Ilmiah, juni 2023

**Asuhan Keperawatan Pada Keluarga Tn.R Dan Tn.W Dengan Hipertensi  
Yang Dilakukan Senam *Ergonomic* Di Puskesmas  
Karangsari Kabupaten Cirebon**

Astriyanti<sup>1</sup>, Ati Siti Rochayati, SKM,MKes<sup>2</sup>, Syarif Zen Yahya, SKP,MKep<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Hipertensi adalah penyakit kronik yang ditandai adanya kenaikan tekanan darah melebihi 140/90 mmHg. World Health Organization (WHO) menjelaskan periode 2015- 2020 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia terkena penyakit hipertensi. Tujuan dari Karya Tulis Ilmiah ini adalah mampu melakukan dan menggambarkan tahapan proses keperawatan pada penderita hipertensi dengan pelaksanaan senam *ergonomic*, membandingkan respon serta kesenjangan diantara dua penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Karangsari. Metode yang digunakan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek studi kasus yang dikaji dengan kriteria inklusi : pada dua keluarga yang didalamnya terdapat lansia yang menderita hipertensi perempuan/laki-laki berusia lebih dari 60 tahun dan kriteria eksklusi : penderita penderita yang memiliki penyakit komplikasi. Data yang diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan masalah utama keperawatan nyeri akut. setelah dilakukan kunjungan rumah selama lima hari didapatkan hasil dua penderita memahami penyakit hipertensi, mempraktikkan senam *ergonomic* secara mandiri, tekanan darah dan skala nyeri menurun. penulis menyimpulkan setelah dilakukan senam *ergonomic* terdapat perbedaan respon antara penderita satu dan dua, respon penderita 1 lebih baik daripada respon penderita dua. saran penulis menganjurkan keluarga agar dapat melakukan senam *ergonomic* dengan rutin selama 30 menit atau sesuai dengan kondisi penderita, memotivasi keluarga untuk melakukan pola hidup sehat serta keluarga mampu menyusun menu makanan yang sehat sesuai dengan diet hipertensi.

**Kata Kunci** : Hipertensi, Senam *Ergonomic*, tekanan darah

<sup>1</sup>penulis/Mahasiswa Program Studi DIII Keperawaatan Poltekkes Tasikmalaya

<sup>2,3</sup>Dosen DIII Keperawatan Poltekkes Kemeskes Tasikmalaya

**MINISTRY OF HEALTH REPUBLIC OF INDONESIA  
POLYTECHNIC OF HEALTH MINISTRY OF HEALTH TASIKMALAYA  
CIREBON DIII NURSING STUDY PROGRAM**

Scientific Writing, June 2023

**Nursing Care For The Family Of Mr.R And Mr.W With Hypertension  
carried out ergonomic exercises at the karangsari health  
center Cirebon district**

Astriyanti<sup>1</sup>, Ati Siti Rochayati, SKM,MKes <sup>2</sup>, Syarif Zen Yahya, SKP,MKep <sup>3</sup>

**ABSTRACT**

Hypertension is a chronic disease characterized by an increase in blood pressure exceeding 140/90 mmHg. The World Health Organization (WHO) explains that the 2015-2020 period shows that around 1.13 billion people in the world are affected by hypertension. The purpose of this Scientific Writing Card is to be able to carry out and describe the stages of the nursing process for hypertension sufferers by implementing ergonomic exercises, comparing the responses and gaps between two hypertension sufferers in the working area of the Karangasari Health Center. The method used in the preparation of this scientific paper uses a qualitative method with a case study approach. The case study subjects were studied with inclusion criteria: in two families in which there were elderly women/men suffering from hypertension aged over 60 years and exclusion criteria: patients with complicated disease. Data obtained from interviews, observation, and physical examination. Based on the results of the study, it was found that the main problem is acute pain nursing. after a five-day home visit, the results showed that two sufferers understood hypertension, practiced *ergonomic* exercises independently, decreased blood pressure and pain scale. the authors conclude that after doing ergonomic exercises there are differences in response between sufferers one and two, the response of patient 1 is better than the response of sufferer two. the author's suggestion is to encourage families to be able to do *ergonomic* exercises routinely for 30 minutes or according to the patient's condition, motivate families to adopt a healthy lifestyle and the family is capable of compiling a healthy food menu according to a hypertension diet.

**Keywords:** Hypertension, *Ergonomic* Exercise, blood pressure

<sup>1</sup>writer/Student of the DIII Study Program Poltekkes Tasikmalaya

<sup>2,3</sup> Lecturer DIII Nursing Poltekkes Manistry of Health Kemenkes Tasikmalaya

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PUBLIKASI</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktik .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
<b>2.1 Hipertensi</b> .....	<b>7</b>
2.1.1 Definisi Hipertensi .....	7
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi .....	8
2.1.3 Etiologi Hipertensi .....	9
2.1.4 Tanda dan Gejala .....	11
2.1.5 Komplikasi .....	12
2.1.6 Pencegahan Hipertensi .....	12
2.2.7 Penatalaksanaan Hipertensi .....	14

<b>2.3 Keluarga</b> .....	15
2.3.1 Pengertian Keluarga.....	15
2.3.2 Ciri-ciri Keluarga.....	16
2.3.3 Tipe-tipe Keluarga .....	16
2.3.4 Struktur Keluarga.....	18
2.3.5 Fungsi Keluarga.....	19
2.3.6 Tugas Keluarga.....	20
2.3.7 Tingkat Kemandirian Keluarga.....	20
2.3.8 Tahap Perkembangan Keluarga .....	22
<b>2.4 Lansia</b> .....	26
2.4.1 Definisi Lansia.....	26
2.4.2 Batasan Lansia.....	26
2.4.3 Ciri-ciri Lansia.....	27
2.4.4 Kebutuhan Dasar Lansia.....	28
2.4.5 Hipertensi pada Lansia .....	28
<b>2.5 Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Hipertensi</b> .....	29
2.5.1 Pengkajian .....	29
2.5.4 Diagnosa Keperawatan.....	34
2.5.5 Intervensi Keperawatan.....	37
2.5.6 Implementasi .....	42
2.5.7 Evaluasi.....	42
<b>2.6 Senam Ergonomic</b> .....	43
2.6.1 Pengertian.....	43
2.6.2 Manfaat .....	43
2.6.3 indikasi dan kontraindikasi.....	44
2.6.4 Langkah-langkah .....	44
2.6 kerangka teori .....	50
2.7 Kerangka konsep.....	51
<b>BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH</b> .....	52
3.1 Desain Karya Tulis Ilmiah.....	52
3.2 Subjek Karya Tulis Ilmiah.....	52
3.3 Definisi Operasional .....	53
3.4 Lokasi dan Waktu .....	53
3.5 Prosedur Penyusunan Karya Tulis ilmiah.....	55

3.5.2 Pengumpulan Data .....	55
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	55
3.6.1 Wawancara .....	55
3.6.2 Pemeriksaan fisik dan Observasi.....	55
3.6.3 Studi Dokumentasi.....	55
3.7 Instrumen Pengumpulan Data.....	56
3.8 Keabsahan Data .....	56
3.8.1 Kepercayaan ( <i>credibility</i> ) .....	56
3.8.2 Keteralihan ( <i>transferability</i> ) .....	56
3.8.3 Ketergantungan ( <i>dependability</i> ).....	57
3.8.4 Kepastian ( <i>confirmability</i> ).....	57
3.9 Analisa Data .....	57
3.10 Etika Penelitian.....	57
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>59</b>
4.1 Hasil Laporan Studi Kasus.....	59
4.1.1 hasil studi kasus .....	59
4.1.1.1 pengkajian .....	59
4.1.1.2 Analisa Data.....	74
4.1.1.3 Diagnosa keperawatan .....	80
4.1.1.4 intervensi keperawatan .....	82
4.1.1.4 implementasi keperawatan .....	88
4.1.1.6 Evaluasi Keperawatan .....	108
4.2 pembahasan .....	121
4.3 keterbatasan karya tulis ilmiah .....	123
4.4 implikasi untuk keperawatan .....	124
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>125</b>
5.1 Kesimpulan .....	125
5.2 Saran .....	126
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi .....	8
Tabel 2.2 Komposisi Keluarga .....	29
Tabel 2.3 Skoring Masalah Keperawatan.....	35
Tabel 2.4 Intervensi Keperawatan.....	37
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	52
Tabel 3.2 Rincian Kegiatan.....	54
Tabel 4.1 Anamnesis Keluarga Klien 1 dan 2 Dengan Hipertensi .....	59
Tabel 4.2 Hasil Pemeriksaan Fisik Anggota Kelurga Klien 1 Dan 2.....	72
Tabel 4.3 Analia Data Keluarga Klien 1 dan 2.....	74
Tabel 4.4 Skoring Prioritas Masalah Keperawatan Keluarga Klien 1 dan 2 .....	77
Tabel 4.5 Prioritas Masalah Leperawatam Keluarga Klien 1 dan 2.....	80
Tabel 4.6 Tingkat Kemandirian Keluarga Klien 1 dan 2 .....	81
Tabel 4.7 Intervensi Keperawatan Keluarga Klien 1 dan 2 .....	83
Tabel 4.8 Implementasi Keperawatan Keluarga Klien 1 dan 2 .....	88
Tabel 4.9 Evaluasi Keperawatan .....	112

## DAFTAR BAGAN

Bagan Kerangka teori .....	50
Bagan Kerangka konsep .....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Pembuka berdiri sempurna .....	45
Gambar 2.2 Gerakan lapang dada .....	46
Gambar 2.3 Gerakan tunduk syukur .....	47
Gambar 2.4 Gerakan duduk perkasa .....	48
Gambar 2.5 Gerakan duduk pembakaran .....	49
Gambar 4.1 Genogram keluarga Tn.R.....	62
Gambar 4.2 Genogram keluarga Tn.W .....	62
Gambar 4.3 Denah Rumah Keluarga Tn.R .....	66
Gambar 4.4 Denah Rumah Keluarga Tn.W .....	66



## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 penjelasan sebelum pelaksanaan KTI/TA
- Lampiran 2 Informed consent
- Lampiran 3 Lembar Observasi tekanan darah dan skala nyeri
- Lampiran 4 SOP senam ergonomic
- Lampiran 5 lembar pemeriksaan khusus pada lansia
- Lampiran 6 SAP
- Lampiran 7 Dokumentasi
- Lampiran 8 lembar konsultasi