

**PENERAPAN PEMBERIAN REBUSAN DAUN SALAM DAN  
JALAN KAKI 30 MENIT TERHADAP PERUBAHAN  
TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
DI WILAYAH PUSKESMAS KERSANAGARA  
CIBEUREUM TASIKMALAYA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**Oleh:**

**EVI TAN SUN LAN**

**NIM. P.2.06.20.6.23.010**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN & PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**JURUSAN KEPERAWATAN**

**POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

**2023**

## **KATA PENGANTAR**

Puji serta syukur kepada Tuhan Yang maha Esa karena dengan berkat dan pimpinan-Nya penulis mampu menyelesaikan Tugas Akhir dengan Judul “Penerapan Pemberian Rebusan daun salam dan jalan kaki 30 Menit terhadap Perubahan Tekanan darah Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kersanagara Cibeureum Tasikmalaya”

Dalam penulisan Tuga akhir ini penulis mendapatkan banyak bantuan serta dukungan yang tiada henti dari berbagai pihak sehingga pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep.Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. H. Ridwan Kustiawan, M.Kep.,Ns., Sp.Kep.Jiwa, selaku Ketua Program Studi Ners Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Hj.Siti Badriah, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Kom, selaku pembimbing yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya tulis Ilmiah ini sehingga dapat diselesaikan tepat waktu.

5. Seluruh staf pendidikan dan Dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
6. Pihak Puskesmas Kersanagara, Cibeureum Tasikmalaya yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian
7. Suami dan anak -anakku tercinta yang telah memberikan motivasi dan dukungan baik berupa fisik, mental, dan spiritual serta senantiasa selalu mendoakan penulis.
8. Rekan rekan seperjuangan angkatan I Program Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir ini masih memiliki kekurangan serta keterbatasan, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat diperlukan. Semoga Karya Ilmiah Akhir ini dapat bermanfaat pula bagi pembaca.

Tasikmalaya, Desember 2023

Penulis

## **ABSTRAK**

Hipertensi adalah masalah kesehatan masyarakat yang signifikan dan memerlukan pendekatan holistik dalam pengelolaannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penerapan kombinasi pemberian rebusan daun salam dan aktivitas jalan kaki selama 30 menit terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Kersanagara Cibeureum Tasikmalaya.

Penelitian ini menggunakan pengujian terhadap 2 sampel yaitu keluarga Ny A dan keluarga Ny I. Klien menerima rebusan daun salam secara teratur dan diwajibkan melakukan jalan kaki selama 30 menit setiap hari. Data tekanan darah diukur sebelum intervensi, selama intervensi, dan setelah intervensi.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman kita tentang manfaat pemberian rebusan daun salam dan aktivitas jalan kaki selama 30 menit sebagai strategi pengelolaan hipertensi. Implikasi klinis dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan program intervensi yang lebih terfokus pada pencegahan dan pengendalian hipertensi di tingkat masyarakat.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Daun Salam, Jalan Kaki 30 Menit

## ABSTRACT

Hypertension is a significant public health issue that requires a holistic approach in its management. This study aims to evaluate the effectiveness of implementing a combination of bay leaf decoction administration and a 30-minute daily walking activity in reducing blood pressure among hypertensive individuals in the Kersanagara Cibereum Tasikmalaya Primary Health Care (Puskesmas) area.

The research involves testing two samples, namely the families of Mrs. A and Mrs. I. Clients receive bay leaf decoction regularly and are required to engage in a 30-minute daily walking activity. Blood pressure data are measured before, during, and after the intervention.

The results of this study are expected to contribute to our understanding of the benefits of bay leaf decoction administration and a 30-minute walking activity as a hypertension management strategy. The clinical implications of this research are anticipated to serve as a foundation for the development of intervention programs more focused on the prevention and control of hypertension at the community level.

**Keywords:** Hypertension, Bay Leaf, 30-Minute Walking

## 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 ORISINALITAS .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang.....	1
1.2    Rumusan Masalah .....	5
1.3    Tujuan.....	5
1.3.1.    Tujuan Umum .....	5
1.3.2.    Tujuan Khusus .....	5
1.4    Manfaat Karya tulis Ilmiah.....	6
<b>BAB II TINJAUAN LITERATUR.....</b>	<b>7</b>
2.1    Konsep Dasar Hipertensi.....	7
2.1.1    Definisi Penyakit Hipertensi .....	7
2.1.2    Etiologi.....	8
2.1.3    Faktor Resiko .....	10
2.1.4    Tanda dan Gejala.....	10
2.1.5    Pemeriksaan Laboratorium .....	10
2.1.6    Komplikasi .....	11
2.1.7    Prognosis .....	12

2.1.8	Penatalaksanaan .....	12
2.1.9	Patofisiologi .....	14
2.1.10	Pathway Hipertensi .....	15
2.2	Konsep Intervensi Kasus .....	16
2.2.1	Daun Salam Untuk Hipertensi dan berjalan kaki selama 30 menit.	16
2.2.2	Karakteristik Daun Salam .....	17
2.2.3	Prosedur dan cara mengolah daun salam sebagai obat Herbal serta khasiat berjalan kaki bagi hipertensi.....	18
2.2.4	Khasiat dan manfaat daun salam serta jalan kaki 30 Menit.....	18
2.3	Konsep Asuhan Keperawatan.....	20
2.3.1	Pengkajian .....	20
2.3.2	Diagnosa Keperawatan.....	31
2.3.3	Perencanaan Keperawatan .....	33
2.3.4	Perumusan tujuan.....	34
2.3.5	Menyusun Rencana Tindakan .....	35
2.3.6	Implementasi.....	36
2.3.7	Evaluasi .....	37
2.4	Kerangka Teori.....	38
<b>BAB III GAMBARAN KASUS.....</b>		<b>39</b>
3.1	Gambaran lokasi Penelitian .....	39
3.2	Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2 .....	39
3.2.1	Karakteristik anggota keluarga klien .....	39
3.2.2	Gambaran tahapan pelaksanaan .....	40
3.2.3	Diagnosa keperawatan .....	42
3.2.4	Intervensi Keperawatan.....	43
3.2.5	Implementasi .....	44
3.2.6	Evaluasi .....	45
3.3	Gambaran Pelaksanaan tindakan pemberian terapi rebusan air daun salam dan berjalan kaki selama 30 menit. ....	46
3.4	Gambaran respon atau perubahan pasien setelah diberi air rebusan daun salam dan berjalan selama 30 menit. ....	47

<b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>	<b>49</b>
4.1    Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan penerapan pendidikan kesehatan dengan minum rebusan daun salam dan berjalan kaki selama 30 menit untuk meningkatkan kemampuan keluarga: manajemen hipertensi .....	49
4.2    Menggambarkan pelaksanaan tindakan pemberian terapi rebusan air daun salam dan berjalan kaki selama 30 menit pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.....	50
4.3    Menggambarkan respon atau perubahan kemampuan pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah pemberian rebusan air daun salam serta berjalan kaki selama 30 menit .....	51
4.4    Menganalisis kesenjangan pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah pemberian rebusan air daun salam dan berjalan kaki selama 30 menit.....	51
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>53</b>
5.1    Kesimpulan.....	53
5.2    Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>xiv</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>xvi</b>



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1</b> Pathway Hipertensi.....	15
<b>Gambar 2.2</b> Flavonoid bekerja dalam tubuh.....	17
<b>Gambar 2.3</b> Kerangka Teori.....	38

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.1</b> Data Hipertensi di Puskesmas Kersanagara Tasikmalaya.....	2
<b>Tabel 2.1</b> Klasifikasi Hipertensi menurut JNC VIII .....	7
<b>Tabel 2.2</b> Tabel Kemandirian Keluarga.....	31
<b>Tabel 2.3</b> Penilaian Terhadap Masalah Keperawatan.....	33
<b>Tabel 3.1</b> Karakteristik anggota keluarga yang sakit .....	39
<b>Tabel 3.2</b> Karakteristik anggota keluarga klien Hipertensi.....	40
<b>Tabel 3.3</b> Identifikasi kemampuan keluarga dalam merawat klien hipertensi.....	41
<b>Tabel 3.4</b> Tindakan Keperawatan pada klien Hipertensi.....	44
<b>Tabel 3.5</b> Tekanan Darah Klien.....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Dokumentasi Bersama Klien .....	xvi
<b>Lampiran 2</b> Informed Consent .....	xvii
<b>Lampiran 3</b> Daftar Riwayat Hidup .....	xix
<b>Lampiran 4</b> Lembar Bimbingan KIA .....	xx