



**KARYA TULIS ILMIAH**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA NY.I  
DAN NY.M YANG DILAKUKAN TERAPI SENAM  
HIPERTENSI PROLANIS DI PUSKESMAS  
SINDANG JAWA KABUPATEN CIREBON**

**NOVIRIYANTI DIZA RAMADHANI**

**NIM P20620221004**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN CIREBON  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
CIREBON  
2024**





**KARYA TULIS ILMIAH**

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

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA NY.I  
DAN NY.M YANG DILAKUKAN TERAPI SENAM  
HIPERTENSI PROLANIS DI PUSKESMAS  
SINDANG JAWA KABUPATEN CIREBON**

**NOVIRIYANTI DIZA RAMADHANI**

**NIM P20620221004**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN CIREBON  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
CIREBON  
2024**



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil alamin, puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya serta sholawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA NY.I DAN NY.M YANG DILAKUKAN TERAPI SENAM HIPERTENSI PROLANIS DI PUSKESMAS SINDANG JAWA KABUPATEN CIREBON” yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan karya tulis ilmiah ini tidak mudah dan banyak tantangan yang harus dihadapi namun atas kehendak Allah SWT dan dukungan dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
2. Bapak Ns. Dudi Hartono, S.Kep, M. Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Edi Ruhmadi, S.Kep, M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya wilayah Cirebon
4. Bapak Syarif Zen yahya, SKp Mkep. Selaku dosen Pembimbing I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, pikiran, dan motivasi dengan sabar dalam memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini
5. Bapak Omay Rohmana, S.Kep,Ners,M.Kep. Selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Mamah dan Bapa saya yang saya sayangi yang telah membesarkan dan merawat serta membantu saya dalam mengerjakan karya tulis ilmiah dan memberikan motivasi hingga saat ini.

7. Kakak /Kembaran saya yang sama-sama berjuang menyusun KTI juga semoga sehat selalu di kota orang semoga dipermudah KTI nya
8. Sepupu-Sepupu yang sama-sama berjuang semester ini saya bangga karna mereka selalu mensupport saya dalam keadaan apapun.
9. Teman-Teman seangkatan D III Keperawatan Cirebon tahun 2021 yang telah memberikan semangat dan dukungan.

Akhir kata penulis berharap Allah SWT membalas kebaikan-kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun yang dapat menyembuhkan penulisan ini sehingga dapat bermanfaat dan berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan.

Cirebon, 28 Februari 2024

Penulis

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

**ABSTRAK**

**Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny.I dan Ny.M  
yang Dilakukan Terapi Senam Hipertensi Prolanis Di Wilayah  
Kerja Puskesmas Sindang Jawa Kabupaten Cirebon**

Noviriyanti<sup>1</sup>, Zen Yahya<sup>2</sup>, Omay Rohmana<sup>3</sup>

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg. Penderita hipertensi mengalami gejala seperti nyeri di tengkuk, pusing, dan gangguan pola tidur. Usia yang semakin tua berarti berbagai kemunduran kesehatan, terutama kesehatan fisik. Dalam mengatasi masalah hipertensi pada lansia intervensi yang dapat dilakukan yaitu terapi senam prolanis untuk menurunkan tekanan darah. Tujuan : Memberikan asuhan keperawatan pada lansia yang dilakukan terapi senam prolanis. Metode : Karya tulis ilmiah ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan subjek dua lansia. Hasil : Tekanan darah pasien 1 sebelum dilakukan intervensi yaitu TD : 150/110mmHg dan setelah dilakukan intervensi yaitu 130/90mmHg. Tekanan darah pasien 2 sebelum dilakukan intervensi yaitu TD: 160/110mmHg dan setelah dilakukan intervensi yaitu TD: 140/90mmHg. Kesimpulan : Terapi senam prolanis menunjukkan keberhasilan dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Saran: Terapi senam prolanis diharapkan dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Lansia, Senam Prolanis, Tekanan Darah

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasimalaya

<sup>2 3</sup>Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

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

**ABSTRACT**

**Family Nursing Care for the Elderly Mrs. I and Mrs. M Hypertension that is  
Carried out by Prolanis exercise therapy in the region Work at the  
Sindang Jawa Community Health Center, Cirebon Regency**

Noviriyanti<sup>1</sup>, Zen Yahya<sup>2</sup>, Omay Rohmana<sup>3</sup>

**Background :** Hypertension is an increase in systolic blood pressure  $\geq 140$  mmHg and diastolic blood pressure  $\geq 90$  mmHg. Hypertension sufferers experience symptoms such as pain in the nape of the neck, dizziness, and disturbed sleep patterns. Increasing age means various health declines, especially physical health. To overcome the problem of hypertension in the elderly, the intervention that can be carried out is prolanis exercise therapy to lower blood pressure. Objective: To provide nursing care to elderly people undergoing prolanis exercise therapy. Method: This scientific paper uses qualitative methods with a case study approach with the subject of two elderly people. Results: Patient 1's blood pressure before the intervention was BP: 150/110mmHg and after the intervention was 130/90mmHg. Patient 2's blood pressure before the intervention was BP: 160/110mmHg and after the intervention was BP: 140/90mmHg. Conclusion: Prolanis exercise therapy shows success in reducing blood pressure in elderly people with hypertension. Suggestion: It is hoped that prolanis exercise therapy can be used to help lower blood pressure in elderly people with hypertension.

**Keywords:** Hypertension, Elderly, Prolanis Exercise, Blood Pressure

<sup>1</sup>Student of Cirebon D III Nursing Study Program, Tasimalaya Health Polytechnic

<sup>2</sup> <sup>3</sup>Lecturer in Cirebon D III Nursing Study Program, Tasikmalaya Health Polytechnic

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	iii
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xv
<b>LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan .....	7
1.3.1 Tujuan Umum .....	7
1.3.2 Tujuan Khusus .....	8
1.4 Manfaat .....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2 Manfaat Praktik .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Keluarga .....	10
2.1.1 Definisi Keluarga .....	10
2.1.2 Tipe Keluarga .....	11
2.1.3 Struktur Keluarga .....	11
2.1.4 Peran Keluarga .....	12
2.1.5 Fungsi Keluarga .....	12
2.1.6 Tugas Keluarga Dalam Bidang Kesehatan .....	14
2.1.7 Tahap-Tahap Perkembangan Keluarga .....	16
2.2 Konsep Lansia .....	18
2.2.1 Definisi Lansia .....	18
2.2.2 Batasan Umur Lansia .....	19
2.2.3 Proses Penuaan .....	19
2.2.4 Perubahan-Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia .....	20
2.2.5 Penyakit Yang Sering Dialami Lansia .....	24
2.3 Konsep Hipertensi .....	24
2.3.1 Pengertian Hipertensi .....	24
2.3.2 Etiologi .....	25
2.3.3 Manifestasi Klinis .....	27
2.3.4 Patofisiologi .....	27

2.3.5	Tanda dan Gejala.....	29
2.3.6	Pemeriksaan Penunjang .....	29
2.3.7	Komplikasi .....	29
2.3.8	Penatalaksanaan .....	30
2.4	Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga.....	33
2.4.1	Tahap Pengkajian Asuhan Keperawatan .....	33
2.4.2	Pengkajian Khusus Gerontik.....	41
2.4.3	Skala Prioritas Masalah.....	49
2.4.4	Diagnosa Keperawatan.....	50
2.4.5	Intervensi Keperawatan.....	51
2.4.6	Implementasi Keperawatan.....	54
2.4.7	Evaluasi Keperawatan.....	55
2.5	Konsep Senam Hipertensi Prolanis.....	56
2.5.1	Definisi Senam Hipertensi Prolanis .....	56
2.5.2	Manfaat Senam Hipertensi Prolanis.....	56
2.5.3	Tujuan Senam Hipertensi Prolanis.....	56
2.5.4	Gerakan-Gerakan Senam Hipertensi Prolanis.....	57
2.6	Kerangka Teori.....	59
2.6.1	Kerangka Teori.....	59
2.6.2	Kerangka Konsep.....	59
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>		
3.1	Desain Karya Tulis Ilmiah .....	61
3.2	Subyek Karya Tulis Ilmiah.....	61
3.3	Definisi Operasional .....	61
3.4	Lokasi dan Waktu Penyusunan Karya Tulis Ilmiah .....	62
3.5	Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.....	62
3.6	Teknik Pengumpulan Data .....	63
3.7	Instrumen Pengumpulan Data.....	63
3.8	Keabsahan Data.....	63
3.9	Analisis Data .....	64
3.10	Etika Penulisan .....	64
<b>BAB IV HASIL KARYA TULIS ILNIAH DAN PEMBAHASAN</b>		
4.1	Laporan Studi Kasus 1 .....	66
4.1.1	Gambaran Proses Keperawatan.....	66
4.1.2	Gambaran Pelaksanaan Tindakan .....	117
4.1.3	Gambaran Respon Kedua Klien.....	118
4.1.4	Menganalisi Respon Beserta Hasil Kedua Klien .....	121
4.2	Pembahasan.....	122
4.2.1	Diagnosa Keperawatan.....	122
4.2.2	Pemberian Terapi Senam Hipertensi Prolanis .....	123
4.3	Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah.....	124



4.4 Impilikasi Karya Tulis Ilmiah .....	125
4.4.1 Implikasi Untuk Penderita.....	125
4.4.2 Implikasi Untuk Pelayanan Kesehatan(Puskesmas) .....	126

**DAFTAR PUSTAKA**  
**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Komposisi Keluarga.....	20
2.2 Pengkajian Status Fungsional(Indeks Kemandirian Katz).....	28
2.3 Pengkajian Fungsi Kognitif (SPMSQ).....	31
2.4 Format Pengkajian MMSE.....	32
2.5 Geriatric Depression Scale (Skala Depresi).....	34
2.6 Skala Prioritas Masalah.....	35
2.7 Intervensi Keperawatan.....	37
2.8 Definisi Operasional.....	62
4.1 Komposisi Keluarga Tn.A.....	66
4.2 Pemeriksaan Fisik Keluarga Tn.A .....	72
4.3 Pengkajian Status Fungsional (Indeks Kemandirian Katz)Ny.I.....	74
4.4 Pengkajian Fungsi Kognitif (SPMSQ) Ny.I.....	75
4.5 Format Pengkajian MMSE Ny.I.....	76
4.6 Geriatric Depression Scale(Skala Depresi)Ny.I.....	77
4.7 Analisa Data Ny.I .....	78
4.8 Skoring Masalah Keperawatan 1 Ny.I .....	80
4.9 Skoring Masalah Keperawatan 2 Ny.I .....	81
4.10 Skoring Masalah Keperawatan 3 Ny.I .....	82
4.11 Rencana Asuhan Keperawatan Ny.I.....	83
4.12 Implementasi Keperawatan Ny.I.....	85
4.13 Evaluasi Keperawatan Ny.I.....	89
4.14 Komposisi Keluarga Tn M.....	92
4.15 Pemeriksaan Fisik Keluarga Tn.M.....	97
4.16 Pengkajian Status Fungsional(Indeks Kemandirian Katz)Ny.M .....	99
4.17 Pengkajian Fungsi Kognitif (SPMSQ) Ny.M .....	101
4.18 Format Pengkajian MMSE Ny.M .....	102
4.19 Geriatric Depression Scale (Skala Depresi)Ny.M.....	104
4.20 Analisa Data Ny.M .....	105
4.21 Skoring Masalah Keperawatan 1 Ny.M .....	107
4.22 Skoring Masalah Keperawatan 2 Ny.M .....	107
4.23 Skoring Masalah Keperawatan 3 Ny.M .....	108
4.24 Rencana Asuhan Keperawatan Ny.M.....	109
4.25 Implementasi Keperawatan Ny.M.....	112
4.26 Evaluasi Keperawatan Ny.M.....	116

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
4.1 Genogram Keluarga Tn.A.....	67
4.2 Denah Rumah Tn.M.....	69
4.3 Genogram Keluarga Tn.M.....	93
4.4 Denah Rumah Keluarga Tn.M.....	95

## DAFTAR BAGAN

<b>Bagan</b>	<b>Halaman</b>
2.6.1 Kerangka Teori.....	58
2.6.2 Kerangka Konsep.....	58

## **DAFTAR LAMPIRAN**

### **Lampiran**

1. Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI/TA
2. Informed Consent
3. SOP Senam Prolanis
4. Lembar Konsultasi KTI
5. Rekomendasi Konsultasi KTI
6. Lembar Konsultasi KTI
7. Lembar Observasi
8. SAP Hipertensi
9. Leaflet
10. Dokumentasi