



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI SENAM
AEROBIK PADA TN. A YANG MENDERITA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS SOMPAK**

**KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)
Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

**OLEH:
PAULA LINA PUDAKA
NIM. 89223009**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

**Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah hasil karya saya sendiri
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.**

Nama : PAULA LINA PUDAKA

Nim 892233009

Tanda Tangan : materai 10000

Tanggal : 12 Januari 2025

LEMBAR PENGESAHAN
ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN INTERVENSI
SENAM AEROBIK PADA TN. A YANG MENDERITA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS SOMPAK

Disusun Oleh:

PAULA LINA PUDAKA
NIM. 892233009

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada Tanggal 7 Februari 2025

Penguji I

Penguji II

Ns. Masmuri, M. Kep
NIDN. 1112028403

Ns. Nurul Hidayah, M. Kep
NIDN. 1119079101

Penguji III

Ns. Dodik Limansyah., M. Kep., Sp. Kep. Kom
NIDN. 1115017704

Mengetahui
Pontianak, Februari 2025

Ketua
STIKes YARSI Pontianak

Ketua
Program Studi Pendidikan Profesi
Ners

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep
NIDN. 1123058801

Ns. Nurpratiwi, M. Kep
NIDN. 1110118703

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

Nama : Paula Lina Pudaka
NIM : 892233009
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI
Pontianak
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam
Aerobik Pada Tn. A Yang Menderita Hipertensi Di
Puskesmas Sompak

Untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak

Pembimbing



Ns. Dodik Limansyah, M.Kep., Sp.Kep., Kom

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 12 Januari 2025

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul: “Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Intervensi Senam Aerobik Pada Tn. A Yang Menderita Hipertensi Di Puskesmas Sompak”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Profesi Ners keperawatan di STIKES YARSI Pontianak Tahun Ajaran 2024/2025. Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan dorongan baik moril maupun material kepada penulis. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) YARSI Pontianak,yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan.
2. Ibu Ns. Nurpratiwi, M.Kep. selaku Kepala Prodi Pendidikan Profesi Ners.
3. Bapak Ns. Dodik Limansyah, M.Kep., Sp.Kep., Kom selaku pembimbing yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan KIA ini.
4. Ibu Ns. Masmuri, M.Kep selaku penguji 1 yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan KIA ini.
5. Ibu Ns. Nurul Hidayah, M.Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan KIA ini.
6. Dosen dan Staf STIKES YARSI Pontianak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan inspirasi hingga terselesaikan KIAN ini.
7. Kepada Kepala Puskesmas Sompak yang sudah mendukung penelitian ini.
8. Teman-teman Prodi Ners yang saya sayangi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah mendukung atas selesainya KIAN saya ini.
9. Kepada semua pihak yang bersangkutan dalam penyelesaian KIAN ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih atas dukungannya.

Penulis berharap semoga amal kebajikan yang telah diberikan oleh semua pihak di atas mendapat imbalan yang sesuai dari Tuhan yang Maha Esa. Semoga KIAN ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Pontianak, 2025

Penulis

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKes YARSI Pontianak, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Paula Lina Pudaka
NIM : 892233009
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis Karya : Karya Tulis Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKes YARSI Pontianak **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Intervensi Senam Aerobik Pada Tn. A Yang Menderita Hipertensi Di Puskesmas Sompak.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini STIKes YARSI Pontianak berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Pontianak
Pada tanggal : 23 Oktober 2024

Yang menyatakan



Paula Lina Pudaka

ABSTRAK

Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Intervensi Senam Aerobik Pada Tn. A Yang Menderita Hipertensi Di Puskesmas Sompak

Paula Lina Pudaka¹, Dodik Limansyah²

¹Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

²Dosen STIKes YARSI Pontianak

Email: pudakapaulalina@gmail.com

Latar Belakang : Salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang cukup tinggi di dunia berupa hipertensi. Masalah yang sering muncul pada pasien berupa sulitnya mengontrol tekanan darah. Pengontrolan tekanan darah pada hipertensi dapat menggunakan pendekatan non farmakologi berupa penerapan senam aerobik.

Tujuan : Menggambarkan hasil Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Senam Aerobik Pada Tn. A Yang Menderita Hipertensi Di Puskesmas Sompak

Metode : Metode yang digunakan dalam penulisan karya ilmiah akhir menggunakan metode analisis kasus dengan penerapan *evidence based nursing practice*.

Hasil : Hasil penerapan senam aerobik dapat mengontrol tekanan darah pada penderita Hipertensi.

Kesimpulan : Dari hasil analisis didapatkan bahwa senam aerobik dapat mengontrol tekanan darah pada penderita Hipertensi

Kata Kunci : Senam, Aerobik, Hipertensi

Sumber : 2015 -2024 (30)

ABSTRACT

Analysis of Nursing Care with Aerobic Gymnastics Interventions on Mr. A Who Suffers from Hypertension at Puskesmas Sompak

Paula Lina Pudaka¹, Dodik Limansyah²

¹ Student of STIKes YARSI Pontianak

² Lecture of STIKes YARSI Pontianak

Email: pudakapaulalina@gmail.com

Background: One of the non-communicable diseases with a high prevalence in the world is hypertension. Problems that often arise in patients in the form of difficulty controlling blood pressure. Blood pressure control in hypertension can use a non-pharmacological approach in the form of aerobic exercise.

Objective: Describe the results of Nursing Care Analysis with the Application of Aerobic Gymnastics to Mr. A Who Suffers from Hypertension in Mr. A who suffers from Hypertension. A Who Suffers from Hypertension at Sompak Health Centre

Methods: The method used in writing the final scientific paper uses a case analysis method with the application of evidence based nursing practice.

Results: The results of the application of aerobic exercise can control blood pressure in patients with hypertension.

Conclusion: From the results of the analysis it is found that aerobic exercise can control blood pressure in patients with hypertension.

Keywords: Gymnastics, Aerobics, Hypertension

Source: 2015 -2024 (30)

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)	i
KARYA ILMIAH AKHIR (KIA)	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
KATA PENGANTAR	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	11
BAB I PENDAHULUAN	13
A. Latar Belakang	13
B. Batasan Masalah	15
C. Rumusan Masalah	15
D. Tujuan	15
E. Manfaat	16
F. Penelitian Terkait	17
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	20
A. Konsep Hipertensi	20
B. Konsep Senam Aerobik	28
C. Asuhan Keperawatan Secara Teoritis	34
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	44
A. Identitas Pasien	44
B. Status Kesehatan	44
C. Pengkajian pola fungsi dan pemeriksaan fisik	44
BAB IV PEMBAHASAN	65
A. Analisis Proses Keperawatan Dengan Konsep Teori dan Kasus Terkait	65
B. Analisis penerapan intervensi berdasarkan Evidence Based Nursing Practice 69	
C. Alternatif Pemecahan Masalah atau Solusi yang dapat dilakukan	72

BAB V PENUTUP	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN.....	77