

KARYA TULIS ILMIAH

**STUDI KASUS PELAKSANAAN TERAPI SENAM ERGONOMIS TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
GRIYA WERDHA SURABAYA**



Oleh :

SYAIFUL A
201646603002

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2018

KARYA TULIS ILMIAH

**STUDI KASUS PELAKSANAAN TERAPI SENAM ERGONOMIS TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
GRIYA WERDHA SURABAYA**

**Untuk Memperoleh Gelar Profesi Ners
Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya**



Oleh :

**SYAIFUL A
201646603002**

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2018

Pernyataan Tidak Melakukan Plagiat

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Syaiful A
NIM : 20164663055
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Profesi Ners

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan, bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 12 Juli 2018

Yang menyatakan

Syaiful A

NIM. 20164663002

PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang KTI pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 12 Juli 2018

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Asri S.Kep., Ns., MNS

Siti Aisyah S.Kep., Ns., M.Kes

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ners

Reliani S.Kep., Ns., M.Kes

PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian KTI pada tanggal 5
Maret 2018 oleh mahasiswa atas nama .Syaiful A. NIM 20164663002
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

Ketua : Dede Nasrullah S.Kep.,Ns.M.Kep. (.....)

Anggota 1 : Asri S.Kep., Ns., MNS . (.....)

Anggota 2 : Siti Aisyah S.kep.,Ns.,M.Kes. (.....)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dr. Mundakir S.Kep.,Ns.M.Kep.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada ALLAH SWT atas Ridha-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “*Studi Kasus Pelaksanaan Terapi Senam Ergonomis Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada lansia di panti UPTD Griya Werdha Surabaya.*” KTI ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Dalam penulisan KTI ini peneliti telah banyak mendapat dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan kali ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan setulus hati kepada semua pihak yang telah membantu penyusunan karya tulis ilmiah ini, khususnya dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, untuk itu saran dan kritik khususnya kepada Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji, demi perbaikan sangat peneliti harapkan. Dan semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi peneliti dan pembaca serta perkembangan Ilmu Keperawatan pada umumnya.

Surabaya, 12 Juli 2018

Peneliti

Syaiful A.

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Persetujuan	iii
Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Ucapan Terima Kasih	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Lampiran	xii
Daftar Singkatan	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	
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 Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Hipertensi	6
2.1.1 Definisi Hipertensi	6
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	6
2.1.3 Penyebab Hipertensi	7
2.1.4 Manifestasi Klinis	8
2.1.5 Patofisiologi	8
2.1.6 Penatalaksanaan	9
2.1.7 Komplikasi	10
2.2 Mekanisme Senam Ergonomis	12
2.2.1 Definisi	12
2.2.2 Gerakan dan manfaat senam ergonomis	12
2.3 Relevansi penelitian sebelumnya	16
2.4 Kerangka Berfikir	19
BAB 3 ANALISA KASUS	
3.1 Deskripsi Kasus	20
3.2 Desain Penelitian	21
3.3 Unit Analisa dan Kriteria Interpretasi	21
3.3.1 Unit Analisis	21
3.3.2 Kriteria Intepretasi	21
3.4 Lokasi dan waktu Penelitian	22
3.5 Etika Penelitian	22
3.5.1 <i>Informed Consent</i>	22
3.5.2 <i>Anonimity</i>	23
3.5.3 <i>Confidentially</i>	23
3.5.4 <i>Beneficence dan maleficence</i>	23
3.5.5 <i>Justice</i>	23

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil penelitian	24
4.1.1 Karakteristik Responden	24
4.1.2 Tujuan perencanaan senam	25
4.1.3 Hasil tekanan darah sebelum senam ergonomis	25
4.1.4 Respon dan pelaksanaan senam ergonomis	25
4.1.5 Hasil tekanan darah sesudah senam ergonomis	26
4.2 Pembahasan	26
4.2.1 Hasil identifikasi tekanan darah sebelum senam ergonomis	27
4.2.2 Respon responden saat diberikan senam ergonomis	28
4.2.3 Hasil identifikasi tekanan darah sesudah senam ergonomis	29

BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	32
5.2 Saran	33

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 : indikator TD menurut AHA (<i>American Heart Association, 2013</i>) ...	22
Tabel 4.1 : TD pada responden sebelum dilakukan senam ergonomis	25
Tabel 4.2 : TD pada responden setelah dilakukan senam ergonomis	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.	19
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Permohonan untuk mengadakan penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Observasi
- Lampiran 4 : SOP
- Lampiran 5 : SAK senam ergonomis
- Lampiran 6 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 7 : Dokumentasi

DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN dan ISTILAH

AHA	: American Heart Association
WHO	: World Health Organization
UPTD	: Unit Pelaksana Teknik Daerah

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, M 2012, *Medikal Bedah untuk Mahasiswa*, Jogjakarta, Diva Press.
- Beevers, 2008. *Tekanan Darah*. Jakarta : Dian Rakyat
- Gayatri, SD & Setianingsih, TY 2012, '*Pengaruh senam ergonomis terhadap perubahan tekanan darah pada klien hipertensi di kelurahan bendan kota pekalongan*', Skripsi SKep, STIKES Muhammadiyah Pekajangan
- Hidayat, A.A. (2007). *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Edisi 2. Salemba Medika, Jakarta
- Kowalski, RE 2010, *Terapi Hipertensi : Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi dan Stroke Secara Alami*, Bandung, Mizan Pustaka.
- Muttaqin, A 2009, *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler dan Hematologi*, Jakarta, Salemba Medika.
- Prasetyaningrum, YI 2014, *Hipertensi Bukan untuk Ditakuti*, Jakarta, FMedia
- Sagirani 2007, *Mukjizat Gerakan Shalat*, Jakarta, QultumMedia.
- Shanty, M 2011, *Silent Killer Disease Penyakit yang Diam-diam Mematikan*, Jogjakarta, Javalitera.
- Smeltzer and Bare. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Edisi 8, Volume 2, Jakarta: EGC
- Townsend, RR 2010, *100 Tanya-Jawab Mengenai Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)*, Jakarta, Indeks.
- Widharto 2007, *Bahaya Hipertensi*, Jakarta, Sunda Kelapa Pustaka.
- Wratsongko, M & Budisulistyo, T 2005, *Cara Cerdas untuk Sehat Senam Ergonomik & Pijat Getar saraf*, Jakarta, PT. Kawan Pustaka.
- Wratsongko, M. 2006. *Senam Ergonomik dan Pijat Getar*. Jakarta
- Wratsongko, Madyo. 2010. *Shalat Jadi Obat*. Jakarta: Elex Media Komputindo