PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Karya Ilmiah Berbasis *Evidence Based Practice*, Oktober 2025

Rizki Aulia, S.Kep
24502149

"Asuhan Keperawatan Keluarga Terhadap Masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Pada Lansia Dengan Hipertensi Melalui Edukasi Latihan Senam Hipertensi Di Desa Pagaruyung Kec. Tapung"

XIV + 120 Halaman + 9 Tabel + 7 Lampiran

ABSTRAK

Lansia merupakan tahap alami dalam siklus kehidupan manusia. Proses penuaan adalah proses sepanjang hayat yang dimulai sejak lahir dan berlangsung terus-menerus, bukan terjadi pada waktu tertentu. Salah satu masalah kesehatan yang paling sering dialami oleh lansia adalah hipertensi. Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah yang disebabkan oleh gangguan pada pembuluh darah, sehingga suplai oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh menjadi tidak optimal. Tujuan penulisan karya tulis ilmiah keperawatan profesi ini adalah untuk menggambarkan hasil praktik keperawatan melalui penerapan masalah keperawatan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif pada lansia dengan hipertensi di Desa Pagaruyung, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar. Intervensi keperawatan yang diterapkan adalah senam hipertensi. Intervensi dilakukan selama tiga hari, yaitu pada tanggal 17 hingga 21 September 2025, dengan durasi setiap sesi selama 10–15 menit. Senam hipertensi memiliki berbagai manfaat, antara lain menurunkan ketegangan otot, kecemasan, tekanan darah, denyut jantung, serta laju metabolisme, sehingga dapat membantu mengontrol tekanan darah. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi senam hipertensi selama tiga hari, terdapat peningkatan yang signifikan dalam keberhasilan keluarga dalam melaksanakan aktivitas kesehatan yang dianjurkan dibandingkan sebelum intervensi.

Kata Kunci: Senam Hipertensi, , Hipertensi, Lansia
Daftar Pustaka : 26 (2020-2025)

NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FAKULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Evidance Based Practice, Oktober 2025

Rizki Aulia
24502149

"Family Nursing Care on Ineffective Family Health Management in Elderly Patients with Hypertension through Hypertension Exercise Education in Pagaruyung Village, Tapung District"

XIV + 120 Pages + 9 Table + 7 Appendices

ABSTRACT

The elderly stage is a natural part of human life. Aging is a lifelong process that does not begin at a specific moment but rather from the beginning of life itself. One of the most common diseases experienced by the elderly is hypertension. Hypertension is a condition where blood pressure increases due to problems in the blood vessels, which results in oxygen and nutrients not reaching the body's tissues effectively. The objective of this final professional nursing paper is to describe the outcomes of nursing practice by applying the nursing problem of ineffective family health management in elderly patients with hypertension in Pagaruyung Village, Tapung District, Kampar Regency. The method used in this nursing intervention was the implementation of hypertension exercise. The intervention was carried out over three days, from September 17 to September 21, 2025, with each session lasting 10–15 minutes. The benefits of hypertension exercise include reducing muscle tension, anxiety, high blood pressure, heart rate, and metabolic rate, ultimately helping to lower blood pressure. The results of this case study indicated that after three days of implementing hypertension exercise, there was a significant difference in the family's success in carrying out recommended health activities before and after the intervention.

Keywords: *Hypertension Exercise1; Hypertension 2; Elderly 4*
References : 26 (2020-2025)