

Studi Kasus Pengaruh Senam Ling Tien Kung Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Mengalami Keluhan Hipertensi Di Wilayah Dusun Gondanglegi RT 02 RW 11 Kec Beji

Oleh : Khoiriatus Sa'diyah

ABSTRAK

Hipertensi merupakan gangguan pada pembuluh darah mengakibatkan supplay oksigen dan nutrisi tidak optimal. Hipertensi disebut sebagai Penyakit Tidak Menular (PTM), namun penyakit ini sering kali tidak menimbulkan gejala sehingga disebut juga sebagai "*Silent Killer*" (Pembunuh Diam). Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari dan memahami secara mendalam mengenai pengaruh senam ling tien kung terhadap tekanan darah pada lansia yang mengalami keluhan hipertensi di wilayah dusun gondanglegi kec beji.

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Penulis akan menjelaskan tentang pengaruh senam ling tien kung terhadap tekanan darah pada lansia yang mengalami keluhan hipertensi di wilayah dusun gondanglegi kec beji.

Unit analisis yang digunakan dalam penulisan kererawatan ini adalah individu dengan kasus yang akan dilaksanakan asuahn keperawatan secara rinci dan mendalam. Adapun unit analisis yang dilaksanakan adalah asuahn keperawatan yang berjumlah dua pasien, yang memiliki karakteristik yang sesuai dengan yang ditetapkan oleh penulis.

Diharapkan untuk lebih diperhatikan bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan keterampilan. Implementasi dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan diagnosa medis Hipertensi dalam memberikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan sehingga dapat menekan menambahnya jumlah penderita hipertensi. Edukasi secara promotif dan preventif (senam ling tien kung) dapat dijadikan pilihan utama sebelum melanjut pada fase kuratif dan rehabilitatif.

Kata Kunci : Hipertensi, senam ling tien kung.