



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN
MASALAH NYERI AKUT DENGAN INTERVENSI
SENAM TERA DI PUSKESMAS PRIGEN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

FIKHI FAHMI

202503027

**FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
MOJOKERTO TAHUN 2025/2026**



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN
MASALAH NYERI AKUT DENGAN INTERVENSI
SENAM TERA DI PUSKESMAS PRIGEN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Ners (Ns)

OLEH :

FIKHI FAHMI

202503027

**FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
MOJOKERTO TAHUN 2025/2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fikhi Fahmi

NIM : 202503027

Prodi : PROFESI NERS

Fakultas : FIKES

Judul : ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN
MASALAH NYERI AKUT DENGAN INTERVENSI
SENAM TERA DI PUSKESMAS PRIGEN

Saya menyatakan bahwa KIAN ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 18/08/2026



Fikhi Fahmi
202503025

QR REPOSITORI



HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunanya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang karya ilmiah akhir untuk memperoleh gelar Ners Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, dengan :

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Dengan Intervensi Senam Tera di Puskesmas Prigen

Nama : Fikhi Fahmi
NIM : 202503027

Oleh :
Pembimbing :



Emyk Windartik, S.Kep.,Ns.M.Kes
NIK. 162.601.102



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

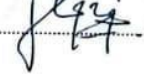
LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

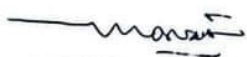
Nama : FIKHI FAHMI
NIM : 202503027
Program Studi : Profesi Ners
Pada Tanggal : 14 Agustus 2026
Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH NYERI AKUT DENGAN INTERVENSI SENAM TERA DI PUSKESMAS PRIGEN"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Arum Dwi Ningsih, S.Kep.Ns., M.Kep (.....)
Penguji I : Emyk Windartik, S.Kep.Ns., M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto
Tanggal : 14 Agustus 2026
Ka. Prodi Profesi Ners


Dr. Faisal Ibnu, S.Kep.Ns., M.Kes
NIK : 162.601.026

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners saya yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Melalui Pemberian Terapi *Slow Stroke Back Massage* Di Ruang Anggrek RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan”. Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ners di Fakultas Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
2. Ibu Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners dan melakukan penelitian
3. Dr. Faisal Ibnu, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ka. Prodi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners dan melakukan penelitian
4. Emyk Windartik, S.Kep.Ns., M.Kes selaku pembimbing KIAN yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan KIAN.
5. Arum Dwi Ningsih, S.Kep.Ns., M.Kep selaku penguji utama yang telah berkenan menjadi dosen penguji KIAN ini. Semoga kritik, saran, dan arahan yang akan diberikan dapat menjadi penyempurna karya ilmiah ini.
6. Seluruh staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang turut membantu menyediakan fasilitas dalam pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

7. Kepada orang tua saya, terima kasih atas doa, kasih sayang, dan dukungan yang tiada henti sehingga saya dapat menyelesaikan KIAN ini.

Mojokerto, Juli 2026

Fikhi Fahmi



DAFTAR ISI

LEMBAR ORSINALITAS.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRACT.....	iii
ABSTRAK.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Teoritis.....	4
1.4.2 Praktis	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Tekanan Darah	6
2.1.1 Pengertian Tekanan darah.....	6
2.1.2 Cara Mengukur Tekanan Darah.....	6
2.1.3 Klasifikasi Tekanan Darah	7
2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah.....	8
2.2 Konsep Dasar Hipertensi	9
2.2.1 Pengertian Hipertensi	9
2.2.2 Etiologi Hipertensi	10
2.2.3 Manifestasi Klinik.....	13
2.2.4 Patofisiologi Hipertensi	13
2.2.5 Pathway Hipertensi.....	16
2.2.6 Penatalaksanaan Hipertensi.....	17
2.2.7 Komplikasi Hipertensi	19
2.2.8 Pencegahan Hipertensi.....	20

2.3	Konsep Lansia	21
2.3.1	Definisi Lansia	21
2.3.2	Batasan Lansia	21
2.3.3	Karakteristik Lansia.....	22
2.3.4	Tipe Lansia	23
2.3.5	Proses Menua.....	23
2.3.6	Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Lansia	24
2.4	Konsep Senam Tera	24
2.4.1	Pengertian Senam Tera	24
2.4.2	Indikasi dan Kontraindikasi Senam tera.....	25
2.4.3	Manfaat Senam Tera.....	25
2.4.4	Pelaksanaan Senam Tera.....	26
2.4.5	Cara kerja Senam Tera Menurunkan Hipertensi.....	27
2.5	Konsep Nyeri Akut.....	27
2.5.1	Definisi Nyeri Akut	27
2.5.2	Etiologi Nyeri Akut	29
2.5.3	Manifestasi Klinis Nyeri Akut	30
2.5.4	Pengukuran Nyeri.....	31
2.5.5	Respon Tubuh Terhadap Nyeri.....	34
2.6	Jurnal PICO	36
2.7	Konsep Asuhan Keperawatan.....	39
2.7.1	Pengkajian.....	39
2.7.2	Pemeriksaan fisik.....	41
2.7.3	Diagnosis Keperawatan	44
2.7.4	Intervensi Keperawatan	46
2.7.5	Implementasi Keperawatan.....	49
3.1	Pengkajian.....	52
	Hari/Tgl	57
	Data	57
	Etiologi	57
	Masalah Keperawatan.....	57
3.2	Diagnosis Keperawatan.....	58
3.3	Rencana Tindakan Keperawatan	59
	Diagnosa Keperawatan	59
	Tujuan dan Kriteria Hasil.....	59
	Intervensi Keperawatan	59
3.4	Implementasi Keperawatan	61

3.5	Evaluasi Keperawatan	66
BAB 4	PEMBAHASAN.....	69
4.1	Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Konsep Kasus Terkait	69
4.2	Analisis Penerapan Intervensi Senam Tera Pada Pasien Hiper Tensi.....	74
BAB 5	PENUTUP.....	78
6.1	Kesimpulan	78
6.2	Saran	80
DAFTAR PUSTAKA.....		82



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	7
---	---



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 .Numeric Rating Scale	33
Gambar 2. 2 Verbal descriptive scale (VDS)).....	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar persetujuan menjadi responden	87
Lampiran 2 SOP Senam Tera	88
Lampiran 3 lembar bimbingan.....	9091
Lampiran 4 uji similaritas.....	9192
Lampiran 5 dokumentasi	93



DAFTAR PUSTAKA

- Ahadi, G. D., & Zain, N. N. L. E. (2023). Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk. *Eigen Mathematics Journal*, 6(1), 11–19. <https://doi.org/10.29303/emj.v6i1.131>
- Anshori, A. D. (2016). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tingkat Stress pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 1–7.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2007). *Buku ajar fisiologi kedokteran*.
- Hasibuan, R., Sri, M., Dalimunthe, R., Ramadani, A. R., & Panjaitan, N. W. (2024). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat Di Desa Mekar Laras, Kab. Batubara, Prov. Sumatra Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 7892–7897. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.37148>
- Jumari, J., & Putri, W. I. (2021). Pengaruh Terapi Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 5(1), 48. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss1.539>
- Mayasari, M., Waluyo, A., Jumaiah, W., & Azzam, R. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 344–353.
- Melati, M., Utomo, W., & Agrina, A. (2021). Pengaruh Senam Anti Stroke Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(2), 206. <https://doi.org/10.31258/jni.11.2.206-214>
- Noyumala, N., Darmawan, S., & Seltit, A. (2021). Blood Pressure Changes in Lans Who Do Prolanism in Tamalanrea Puskesmas Tamalanrea. *Jurnal Ilmiah*

- Keperawatan Imelda*, 7(2), 181–186.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2016). Asuhan Keperawatan Praktis: Berdasarkan Penerapan Diagnosa Nanda, Nic, Noc dalam Berbagai Kasus. *Yogyakarta: Penerbit Mediaction*.
- Nurhayati, E. L., Gusman, W., & Winanda, S. (2019). PELATIHAN SENAM TERRA UNTUK MENURUNKAN DARAH TINGGI DI KELURAHAN HELVETIA. *Mitra Keperawatan dan Kebidanan Prima*, 1(2).
- Pratiwi, P., & Muflihatin, S. K. (2021). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Di PSTW Nirwana Puri Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 248–253.
- Putri, A. A. (2022). Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Gunung Medan. *jurnal ilmu kesehatan dharmas Indonesia*, 2(1), 23–37.
- Rahmattilah, A. S., Wardhana, M. R., & Nazara, M. (2021). Senam Jantung Sehat Ahadi, G. D., & Zain, N. N. L. E. (2023). Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk. *Eigen Mathematics Journal*, 6(1), 11–19. <https://doi.org/10.29303/emj.v6i1.131>
- Anshori, A. D. (2016). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tingkat Stress pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 1–7.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2007). *Buku ajar fisiologi kedokteran*.
- Hasibuan, R., Sri, M., Dalimunthe, R., Ramadani, A. R., & Panjaitan, N. W. (2024). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat Di Desa Mekar Laras, Kab. Batubara, Prov. Sumatra Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 7892–7897.

<https://doi.org/https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.37148>

- Jumari, J., & Putri, W. I. (2021). Pengaruh Terapi Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 5(1), 48. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss1.539>
- Mayasari, M., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 344–353.
- Melati, M., Utomo, W., & Agrina, A. (2021). Pengaruh Senam Anti Stroke Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(2), 206. <https://doi.org/10.31258/jni.11.2.206-214>
- Noyumala, N., Darmawan, S., & Seltit, A. (2021). Blood Pressure Changes in Lans Who Do Prolanism in Tamalanrea Puskesmas Tamalanrea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(2), 181–186.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2016). Asuhan Keperawatan Praktis: Berdasarkan Penerapan Diagnosa Nanda, Nic, Noc dalam Berbagai Kasus. *Yogyakarta: Penerbit Mediaction*.
- Nurhayati, E. L., Gusman, W., & Winanda, S. (2019). PELATIHAN SENAM TERRA UNTUK MENURUNKAN DARAH TINGGI DI KELURAHAN HELVETIA. *Mitra Keperawatan dan Kebidanan Prima*, 1(2).
- Pratiwi, P., & Muflihatin, S. K. (2021). Pengaruh Senam Tera Terhadap Tekanan Darah Dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Di PSTW Nirwana Puri Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 248–253.
- Putri, A. A. (2022). Pengaruh Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Gunung Medan. *jurnal ilmu*

kesehatan dharmas Indonesia, 2(1), 23–37.

PPNI, im Pokja SLKI DPP. Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan: DPP

PPNI, 2018. PPNI, Tim Pokja DPP. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia.

Jakarta Selatan: DPP PPNI, 2018. PPNI, Tim Pokja SDKI DPP. Standar Diagnosis

Keperawata Indonesia. Jakarta Selatan: DPP PPNI, 2016.

Rahmattillah, A. S., Wardhana, M. R., & Nazara, M. (2021). Senam Jantung Sehat

Berpengaruh terhadap Perubahan Hemodinamik pada Pasien Hipertensi.

Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 3(2), 375–382.

<https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.467>

Renni, R., Solikhah, S., & Sukei, T. W. (2023). Perbedaan Gula Darah Sewaktu

pada Pasien Hipertensi yang Melakukan Olahraga dan Tidak Melakukan

Olahraga. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12),

2458–2463. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i12.4172>

Sari, M., Sari, D. V., Fatmawati, & Munawaraah. (2024). Efektifitas Senam Tera

Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di

Wilayah Kerja Puskesmas Kota Lhokseumawe. *jurnal kesehatan akimal*, 3(2),

30–34.

<https://www.jurnal.akimal.ac.id/index.php/jka/article/download/136/60/447>

Siregar, P. A., Simanjuntak, S. F. S., Ginting, F. H. B., Tarigan, S., Hanum, S., &

Utami, F. S. (2020). Aktivitas Fisik , Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian

Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan Physical Activity , Consumption

of Salty Foods and the Occurrence of. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(1),

1–8.

Sitinjak, E. C., Agustu, L., & Erwansyah, R. (2022). Pengaruh Senam Tera

Indonesia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Desa

Pasar Melintang Kecamatan Lubuk Pakam. *Jurnal Kesehatan dan Fisioterapi*, 139–144.

Smeltzer & Bare. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarath (8th ed.). Jakarta : EGC

Vinet, L., & Zhedanov, A. (2011). A ‘missing’ family of classical orthogonal polynomials. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 85201.

Warjiman, W., Jamini, T., Kristiana, D., & Chrisnawati, C. (2021). Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Angsau. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 6(1), 59–66. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.268>

