

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN SENAM JANTUNG UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA Ny. G DENGAN HIPERTENSI
STADIUM 1 DI DESA TEGALHARJO JEBRES SURAKARTA**



**Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan
Program Studi Keperawatan**

Disusun oleh :

HARYANI

NIM : B2014041

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

2017

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN SENAM JANTUNG UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA Ny. G DENGAN HIPERTENSI STADIUM 1 DI
TEGALHARJO JEBRES SURAKARTA

Disusun untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi
Keperawatan STIKES' AISYIYAH Surakarta.

Disusun oleh :

HARYANI

NIM : B2014041

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

2017

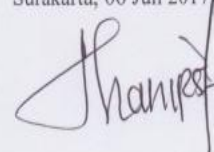
PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

**PENERAPAN SENAM JANTUNG UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA Ny. G DENGAN HIPERTENSI STADIUM 1 DI
TEGALHARJO JEBRES SURAKARTA**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Juli 2017,



Haryani

NIM : B2014041

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Haryani

NIM : B2014041

Jenis Karya : KTI

Judul : Penerapan Senam Jantung Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. G Dengan Hipertensi Stadium 1 Di Tegalharjo Jebres Surakarta

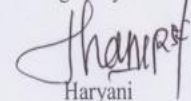
Dengan ini menutujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhasil menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pertanyaan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 10 Juli 2017

Yang menyatakan /


Haryani

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul : **"Penerapan Senam Jantung Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. G Dengan Hipertensi Stadium 1 Di Tegalarjo Jebres Surakarta"** telah diuji dan disahkan oleh tim penguji sebagai syarat menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta, pada :

Hari/Tanggal : 10 Juli 2017

Tempat : STIKES 'Aisyiyah Surakarta

TIM PENGUJI

Penguji Utama :

Anjar Nurrohmah, M.Kep

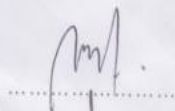
Penguji Pendamping I :

Wahyu Purwaningsih, M.Sc

Penguji Pendamping II :

Norman W Gati, S.Kep.Ns.M.Kep, Sp.J

TANDA TANGAN



Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



(Maryatun, A., S.Kep.Ns, M.Kes)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Tulis Ilmiah dengan Judul : **“Penerapan Senam Jantung Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Ny. G Dengan Hipertensi Stadium 1 Di Tegalharjo Jebres Surakarta”** telah diterima dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Ujian Akhir Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta Tahun Akademik 2016/2017

Surakarta, 8 Juli 2017

Pembimbing I



WAHYU PURWANINGSIH, M.Sc

Pembimbing II



NORMAN W GATI, M.Kep, Sp.Kep.J

KATA PENGANTAR

Assalamu Alaikum, Wr.Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan yang Maha Esa, karena Rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah. Karya Tulis ini merupakan tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan DIII-Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta dengan Judul “Penerapan Senam Jantung Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ny.G dengan Hipertensi Stadium 1 di Kelurahan Tegalarjo Jebres Surakarta”. Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan

Terwujudnya karya tulis ini tidak terlepas dari adanya hubungan dan arahan dari pembimbing. Serta tak lupa penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Mulyaningsih.,M.Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta
2. Maryatun, A.,S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta
3. Wahyu Purwaningsih, M.Sc selaku dosen Pembimbing yang senantiasa membimbing dengan sabar sehingga Karya Tulis Ilmiah selesai.
4. Norman W Gati, S.Kep,Ns.M.Kep,Sp.J selaku dosen Pembimbing yang senantiasa membimbing dengan sabar sehingga Karya Tulis Ilmiah selesai
5. Segenap Dosen STIKES ‘Aisyiyah Surakarta atas ilmu dan pelayanan pendidikan yang telah diberikan kepada penulis selama menempuh studi.

6. Kepada kedua orang tua tercinta (Bp.Beno Sutrisno dan Ibu Tuginah) yang selalu memberikan semangat dan doa tanpa henti.
7. Ny. G selaku klien dan keluarganya yang telah bersedia menjadi responden dan bekerja sama dalam melakukan penelitian guna menempuh tugas akhir.
8. Kepada Kakak Kandung saya (Partini dan Triyono Kaloka) beserta kakak-kakak ipar saya yang telah memberikan dukungan dan semangat.
9. Kepada teman-teman D III-Keperawatan Angkatan 2014 terima kasih atas kerja samanya selama ini, semangat dan sukses buat kita semua.
10. Kepada teman-temanku tercinta yang super gokil suka duka kita lalui bersama (Anisa, Afroh, Lusi, Lilis, Kurnia,Isti, Dwi, Azis, Ima, Lina Laila, Ika, Heni, Diana, Elisa, Feni, dan seluruh teman-temanku kelas A maupun B DIII keperawatan)
11. Teman – teman seperjuangan dalam satu bimbingan yang super semangat
12. Kepada seseorang yang selalu menjadi salah satu penyemangat saya dalam mengerjakan Tugas Akhir.

Akhirnya dengan Harapan yang sangat besar dari penulis kiranya Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat yang berguna bagi kita semua. Begitupun dengan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Surakarta, 10 Juli 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSYARATAN GELAR.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ix
HALAMAN ABSTRAK	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah.....	4
3. Tujuan Penelitian	5
4. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
1. Definisi Senam Jantung	7
2. Gerakan Senam Jantung.....	8
3. Waktu Pengukuran Tekanan Darah Setelah Senam Jantung	12
4. Pengaruh Senam Terhadap Penurunan Tekanan Darah.....	12
5. Definisi Tekanan Darah	13
6. Pengukuran Tekanan Darah.....	14
7. Pengertian Hipertensi.....	15
8. Klasifikasi Hipertensi.....	16
9. Penyebab Hipertensi	17
10. Tanda Dan Gejala Hipertensi.....	19

11. Penatalaksanaan Hipertensi.....	20
12. Komplikasi Tekanan Darah	22

BAB III METODE PENELITIAN

1. Rancangan Penelitian	24
2. Subjek Penelitian	24
3. Fokus Studi	24
4. Definisi Operasional Fokus Studi.....	25
5. Lokasi & Waktu Penelitian	25
6. Pengumpulan Data.....	26
7. Pengolahan Data.....	26
8. penyajian data.....	25
8. Etika Penelitian.....	27

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian.....	29
2. Pembahasan	33
3. Keterbatasan Penelitian	37

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan.....	39
2. Saran	39

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Klasifikasi hipertensi menurut Aspian.....	15
Tabel 3.2 Klasifikasi hipertensi menurut Fauzi	16
Tabel D.2.1 Definisi Operasi Operasional	24
Table 4.1 Tekanan Darah sebelum senam jantung.....	29
Tabel 4.2 Tekanan Darah setelah senam jantung.....	30
Tabel 4.3 perbedaan sebelum dan sesudah Penerapan Senam.....	31

LAMPIRAN

1. Jadwal Kegiatan
2. Surat Ijin Penelitian
3. Informasi & Pernyataan Persetujuan (*Informed Consent*)
4. Lembar Konsul dan Revisian KTI
5. Lembar Observasi
6. Lampiran Foto Pendokumentasian
7. Daftar Hidup