



**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP PERKEMBANGAN
USIA DEWASA MUDA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN UTAMA
MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF
DI DESA SEMPOR KECAMATAN SEMPOR**

RAYI KINASIAH RAHAYU

202201004

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN AKADEMIK
2024/2025**



**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP PERKEMBANGAN
USIA DEWASA MUDA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN UTAMA
MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF
DI DESA SEMPOR KECAMATAN SEMPOR**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk
menyelesaikan Pendidikan Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga

RAYI KINASIAH RAHAYU

202201004

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN AKADEMIK
2024/2025**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rayi Kinasih Rahayu

NIM : 202201004

Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga

Institusi : Universitas Muhammadiyah Gombong

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat di buktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atau perbuatan tersebut.

Gombong, 13 Januari 2025

Pembuat Pernyataan



(Rayi Kinasih Rahayu)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Rayi Kinasih Rahayu

NIM : 202201004

Program Studi : DIII Keperawatan

Demi mengembangkan Ilmu Pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Masalah Keperawatan Utama Manajemen kesehatan tidak efektif Di Desa Sempor Kecamatan Sempor"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Gombong

Pada tanggal : 25 April 2025

Yang menyatakan



(Rayi Kinasih Rahayu)

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Rayi Kinasih Rahayu dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Masalah Keperawatan Utama Manajemen kesehatan tidak efektif Di Desa Sempor Kecamatan Sempor”. Telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Gombong, 26 August 2025

Penguji



Ns. Ernawati, M.Kep

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Diploma III



Ns. Hendri Yama Yuda, M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Rayi Kinasih Rahayu dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Masalah Keperawatan Utama Manajemen kesehatan tidak efektif Di Desa Sempor Kecamatan Sempor” telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 13 Januari 2025

Dewan Penguji

Penguji Ketua :
Marsito, M.Kep., Sp.Kom

()

Penguji Anggota :
Ns. Ernawati, M.Kep

()

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Diploma III



Ns. Heni Yuda, M.Kep.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih dan maha penyayang segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Masalah Keperawatan Utama Manajemen kesehatan tidak efektif Di Desa Sempor Kecamatan Sempor”.

Adapun maksud penulis membuat laporan ini adalah sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan Diploma III Universitas Muhammadiyah Gombong.

Kelancaran penulisan karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan penulis kemudahan dan petunjuk dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
2. Ibu tercinta, Sri Tugianti terimakasih atas segala yang diberikan kepada penulis, tidak berhenti memberikan kasih sayang yang selalu memberikan motivasi dan doa hingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
3. Budhe Suprih, yang sudah seperti ibu bagi saya. Terimakasih atas segala doa dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis, hingga penulis mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Ibu Ernawati M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, ilmu, dan juga telah membimbing dengan sabar, memberikan masukan-masukan juga arahan, inspirasi, dan juga semangat dalam menjalani bimbingan sehingga terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.

5. Bapak Marsito, M.Kep., Sp.Kom selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran untuk kebaikan hasil laporan studi kasus ini.
6. Hendri Tamara Yuda, S.Kep.,Ns, M.Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III Universitas Muhammadiyah Gombong.
7. Kepada Bingah Tritih Timur, Cahya Ibrahim dan Zulkarnain Romadhon. Terimakasih telah menjadi kakak yang tidak pernah lelah memberikan support kepada penulis. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, baik tenaga maupun waktu kepada penulis.
8. Kepada Ilham Tahir Ramadhan, Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis.. Telah mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah, dan memberikan semangat untuk pantang menyerah.
9. Kepada sahabat penulis Elnita,Nanda,Keni,Eva,dan Rezqy, terimakasih sudah menjadi sahabat seperjuangan penulis selama masa perkuliahan ini, terimakasih telah menjadi pendengar yang baik untuk penulis dan terimakasih untuk dukungan serta segala bantuan selama penulis menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Semua teman D3 Keperawatan A yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan saran dan bantuan sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan dengan baik.
11. Terakhir, untuk diri penulis Rayi Kinasih Rahayu yang mampu bertanggung jawab dalam menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena tidak pernah menyerah dan tetap bertahan atas keraguan orang lain terhadap diri penulis.

Semoga atas kebaikan yang telah kalian berikan mendapatkan balasan yang setimpa dari Allah SWT. Kritik dan saran yang membangun untuk penulis sangat diharapkan. Semoga laporan ini dapat bermanfaat untuk kita semua. Amin.

Gombong, 9 Januari 2025

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
KTI, Juni 2025
Rayi Kinasih Rahayu¹, Ernawati²
kinasyira@gmail.com

ABSTRAK
ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN USIA DEWASA MUDA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN UTAMA MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA
TIDAK EFEKTIF DI DESA SEMPOR
KECAMATAN SEMPOR

Latar Belakang: Berdasarkan jumlah penduduk usia dewasa di Kabupaten Kebumen sebesar 902.480 jiwa dari total penduduk. Masalah yang sering terjadi pada dewasa adalah meningkatnya kasus hipertensi. Kurangnya dukungan keluarga menyebabkan pengobatan tidak optimal. Salah satu penanganan hipertensi yaitu dengan terapi pijat kaki relaksasi sebagai upaya non-farmakologis menurunkan tekanan darah.

Tujuan: Memberikan gambaran tentang asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia dewasa dengan masalah keperawatan hipertensi menggunakan pendekatan terapi non-farmakologis pijat kaki relaksasi.

Metode: Karya tulis ilmiah ini menggunakan metode deskriptif, dengan pendekatan studi kasus. Data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subyek studi kasus yaitu tiga keluarga dengan tahap perkembangan dewasa muda yang mengalami manajemen kesehatan keluarga tidak efektif.

Hasil: Asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia dewasa dengan masalah keperawatan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif meliputi identifikasi masalah keluarga, intervensi, diskusi terapi, edukasi, dan pijat kaki relaksasi. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan, keterlibatan keluarga dalam perawatan, serta penurunan tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

Rekomendasi: Terapi pijat kaki relaksasi merupakan cara yang efektif untuk menangani masalah hipertensi

Kata kunci : *Hipertensi, Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif*

¹Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Scientific Paper, March 2025
Rayi Kinasiah Rahayu¹, Ernawati²
kinasyira@gmail.com

ABSTRACT

FAMILY NURSING CARE AT THE YOUNG ADULT AGE DEVELOPMENT STAGE WITH THE MAIN NURSING PROBLEM OF INEFFECTIVE FAMILY HEALTH MANAGEMENT IN *SEMPOR* VILLAGE, *SEMPOR* DISTRICT

Background: The background is based on the number of adults in *Kebumen* Regency, totaling 902,480 people. A common health issue among adults is the increasing prevalence of hypertension. Lack of family support leads to suboptimal treatment outcomes. One of the non-pharmacological approaches to managing hypertension is foot massage relaxation therapy to help lower blood pressure.

Objective: To provide an overview of family nursing care during the early adulthood developmental stage with the nursing problem of hypertension using a non-pharmacological approach through foot massage relaxation therapy.

Method: This scientific paper uses a descriptive method with a case study approach. Data were collected through interviews, observation, and documentation. The case study subjects were three families in the early adulthood developmental stage experiencing ineffective family health management.

Result: Family nursing care at the early adulthood developmental stage with the main nursing problem of ineffective family health management included identifying family problems, interventions, therapy discussions, education, and foot massage relaxation. The evaluation results showed an increase in family knowledge, involvement in care, and a reduction in blood pressure in family members with hypertension.

Recommendation: Foot massage relaxation therapy is an effective method for managing hypertension problems.

Keywords: Hypertension, Ineffective Family Health Management

¹Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

²Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	6
BAB II TINJAUAN LITERATUR	7
A. Konsep Keluarga	7
B. Hipertensi	12
C. Fokus Asuhan Keperawatan Keluarga.....	15
D. Pijat Kaki Relaksasi.....	34
E. Kerangka Konsep.....	36
BAB III METODE PENGAMBILAN KASUS.....	37
A. Jenis Studi Kasus	37
B. Subyek Studi Kasus	37
C. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	38
D. Definisi Operasional	38
E. Instrumen Studi Kasus	39
F. Metode Pengumpulan Data	39
G. Etika Studi Kasus	44
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Proses Asuhan Keperawatan	44
B. Hasil Inovasi	54

C. Pembahasan	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Format Pengkajian Keluarga
- Lampiran 3. SOP
- Lampiran 4. Informed Consent
- Lampiran 5. Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian
- Lampiran 6. Lembar Observasi
- Lampiran 7. Lembar Balik Edukasi Pijat Kaki Relaksasi
- Lampiran 8. Pre-Planning Kunjungan Keluarga
- Lampiran 9. SAP Pijat Kaki Relaksasi Hipertensi dan Terapi Pijat Kaki Relaksasi
- Lampiran 10. Kuisisioner
- Lampiran 11. Checklist Monitoring Tekanan Darah
- Lampiran 12. Surat Legalisasi Similarity
- Lampiran 13. Dokumentasi
- Lampiran 14. Lembar Konsultasi Bimbingan
- Lampiran 15. Lembar Konsultasi Abstrak

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Dewasa adalah siklus hidup manusia yang sudah sempurna. Ketika seseorang berubah menjadi dewasa dia menyelesaikan masa kanak-kanak dan berubah menjadi pria dan wanita. Dewasa adalah orang dengan rentang usia 15-64 tahun(WHO,2023). Pada pertengahan 2023,jumlah penduduk Indonesia mencapai 278,69 juta jiwa, dengan sekitar 69% berada dalam kelompok usia produktif (15-64 tahun) yang mencakup sebagian besar populasi dewasa (Katadata,2023). Di tahun yang sama populasi usia dewasa (15-59 tahun) di Kabupaten Kebumen mencapai sekitar 902.480 jiwa atau 62,93% dari total penduduk (BPS,2023).

Meskipun jumlah orang dewasa terus meningkat setiap tahun, orang-orang di usia ini harus menghadapi masalah kesehatan yang semakin serius. Masalah kesehatan yang umum dihadapi oleh orang dewasa, terutama dari usia muda hingga akhir melibatkan gangguan kesehatan baik fisik maupun mental(Frans Judea , 2021). Di antara masalah fisik, obesitas dan hipertensi menjadi perhatian utama.Masalah kesehatan hipertensi muncul karena faktor resiko konsumsi obat-obatan tertentu,gangguan ginjal, dan riwayat penyakit keturunan(Dian Isti et.all, 2020).Hipertensi tidak menunjukkan gejala yang jelas dan dapat menyebabkan kerusakan pada organ tubuh jika tidak ditangani dengan baik (Steven & Tommy,2019).

Penyakit hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala dan menjadi masalah kesehatan paling utama karena membahayakan seluruh masyarakat dunia terutama orang-orang dengan usia dewasa.Hipertensi merupakan tendensi utama penyebab kematian muda di dunia.Mengurangi 33 % prevalensi global hipertensi adalah target utama dunia untuk mengurangi penyakit tidak menular pada tahun 2010 dan 2030 (WHO,2023). Apabila hipertensi tidak segera ditangani maka bisa memperburuk kondisi penderitanya. Berdasarkan data laporan SKI (2023), prevalensi angka penderita hipertensi di Indonesia adalah 30,8 % meliputi usia 18 tahun <

seterusnya. Di Kabupaten Kebumen terdapat 586.918 jiwa penduduk yang masih berada di usia produktif . Data yang ditunjukkan Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen (2022) mencatat penderita hipertensi sebesar 15,21 %. Jumlahnya lebih banyak dari prevalensi penderita diabetes sebesar 2,05%.

Apabila ditilik dari jumlah prevalensi penderita hipertensi yang lebih besar dari prevalensi penderita diabetes, maka komplikasi hipertensi bisa menyebabkan masalah berat seperti infark miokardial, gagal jantung, retinopati hipertensi, gagal ginjal, aneurisma, dan stroke. Komplikasi hipertensi sangat berpotensi merusak produktivitas orang-orang usia dewasa (Pradono et al., 2020). Hipertensi sering kali berhubungan erat dengan kondisi obesitas sentral dan kebiasaan hidup yang kurang sehat. Pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, dan minum obat tidak sesuai anjuran menjadi faktor utama yang memperburuk situasi ini. Kombinasi dari faktor-faktor tersebut tidak hanya memperburuk kondisi individu, tetapi juga meningkatkan beban kesehatan masyarakat secara keseluruhan serta risiko komplikasi serius yang menyertainya (Kemenkes BKKP, 2023).

Jika kondisi individu semakin memburuk maka pasien hipertensi yang memerlukan pengobatan jangka panjang sangat bergantung pada dukungan berkelanjutan dari keluarganya. Menurut Ariyanti dkk. (2023) tugas perkembangan keluarga pada tahap anak usia dewasa melibatkan beberapa tanggung jawab penting, di antaranya meluaskan keluarga inti menjadi keluarga besar, menjaga keintiman hubungan pasangan, menjadi suri tauladan bagi anaknya untuk hidup mandiri di masyarakat, menentukan peran dalam setiap kegiatan rumah tangga, dan pada tahap ini keluarga diharapkan mampu memberikan dukungan kepada orang tua atau pasangan yang sedang sakit dan memasuki masa tua.

Dukungan keluarga berperan signifikan dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan diet hipertensi. Bentuk dukungan ini mencakup pengingat untuk konsumsi obat secara teratur dan penyediaan makanan rendah garam, yang keduanya terbukti efektif dalam membantu pasien menjaga kepatuhan terhadap rencana perawatan.

Berdasarkan penelitian, pasien yang menerima dukungan keluarga memiliki kemungkinan hingga 4,5 kali lebih besar untuk mematuhi pengobatan dibandingkan dengan pasien yang tidak mendapatkan dukungan serupa. Hal ini menegaskan bahwa keterlibatan aktif keluarga dapat menjadi faktor kunci dalam keberhasilan pengelolaan hipertensi.(Auwalia et al.,2020).

Keluarga adalah tempat yang memberikan rasa aman dan nyaman, serta memainkan peran penting dalam proses pemulihan penyakit. Individu tidak dapat sepenuhnya memenuhi kebutuhan fisik dan psikologisnya sendiri, sehingga dukungan sosial, terutama dari keluarga, menjadi sangat penting. Dalam kasus hipertensi, keluarga berperan sebagai pendukung utama yang membantu mencegah kondisi pasien semakin memburuk dan menghindari komplikasi serius(Rahmaudina et al.,2020).

Keluarga sebagai pendukung utama yang mempengaruhi keberhasilan pengobatan pasien, keluarga harus memiliki pengetahuan mengenai kesehatan. Kurangnya pengetahuan keluarga tentang hipertensi dan keterbatasan dalam modifikasi lingkungan rumah dapat menghambat pengelolaan yang efektif terhadap kondisi ini. Keluarga yang tidak memahami pentingnya pengobatan rutin dan diet rendah garam mungkin gagal memberikan dukungan yang diperlukan untuk menjaga kepatuhan penderita hipertensi. Selain itu, tantangan dalam menciptakan lingkungan rumah yang mendukung seperti menyediakan makanan sehat atau menciptakan suasana yang mendukung kebiasaan hidup sehat dapat memperburuk kondisi pasien, terutama jika keluarga kekurangan informasi atau sumber daya yang memadai. Hal ini mendasari manajemen kesehatan tidak efektif keluarga. (Auwalia et al. , 2020).

Manajemen kesehatan keluarga yang efektif akan menyelaraskan aktivitas keluarga sehari-hari dengan proses perawatan penyakit. Pendekatan ini bertujuan memastikan semua anggota keluarga berperan dalam mendukung pemulihan pasien, mengelola gejala yang tersisa, dan mencapai kondisi kesehatan yang lebih baik. Pendekatan keluarga yang menyeluruh, mencakup perubahan gaya hidup, pengobatan, dan dukungan

psikologis, sangat efektif untuk mengurangi dampak hipertensi serta memperbaiki kesejahteraan pasien secara keseluruhan. (Rahmaudina et al., 2020).

Cara mengurangi dampak hipertensi salah satunya dengan Teknik non-farmakologis. Beberapa teknik non farmakologis sederhana yang dapat membantu menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi adalah pijat kaki relaksasi (Nahda & Aisyah, 2021). Terapi ini membantu tubuh menjadi lebih rileks, dan melancarkan aliran darah untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Terapi pijat relaksasi, adalah cara untuk mengelola stres yang dapat memicu hipertensi. Dengan terapi tersebut tekanan darah bisa turun rata-rata 7,5/mmHg sistolik dan 5,3/mmHg diastolik. Terapi ini bermanfaat karena mengurangi stres yang sering menjadi penyebab utama tekanan darah tinggi (Adriani Salangka et al., 2024).

Pijat kaki melibatkan pengendalian jaringan ikat melalui teknik pukul, menggosok, atau remasan, yang bertujuan untuk meningkatkan aliran sirkulasi darah, memperbaiki fungsi otot, dan memberikan efek relaksasi untuk menurunkan stress (Gustini et al., 2021). Terapi pijat relaksasi dapat mengurangi rasa sakit, menjaga fleksibilitas tubuh, dan mendukung performa atletik. Selain itu, terapi ini membantu relaksasi anggota tubuh, terutama tangan dan kaki, serta merangsang pelepasan zat kimia alami seperti endorfin. Terapi ini bersifat non-invasif dan hemat biaya, sehingga cocok untuk berbagai kalangan, termasuk anak-anak, lansia, pasien kanker, dan wanita hamil (Deng Chuan Cai et al., 2023).

Berdasarkan latar belakang diatas mendasari penulis untuk melakukan asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia dewasa dengan masalah keperawatan utama Manajemen Kesehatan Tidak Efektif di Desa Sempor Kecamatan Sempor.

B. Rumusan Masalah

“Bagaimana gambaran asuhan keperawatan tahap perkembangan keluarga anak usia dewasa muda dengan masalah keperawatan utama manajemen kesehatan tidak efektif di Desa Sempor Kecamatan Sempor.”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Dilakukannya studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan yang tepat untuk tahap perkembangan keluarga anak usia dewasa muda dengan masalah keperawatan utama manajemen kesehatan tidak efektif di Desa Sempor Kecamatan Sempor.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian asuhan keperawatan pada keluarga dengan tahap perkembangan anak usia dewasa muda dengan masalah keperawatan utama manajemen kesehatan keluarga tidak efektif di desa sempor kecamatan sempor
- b. Mendeskripsikan diagnosa asuhan keperawatan pada keluarga dengan tahap perkembangan anak usia dewasa muda dengan masalah keperawatan utama manajemen kesehatan keluarga tidak efektif di desa sempor kecamatan sempor
- c. Mendeskripsikan intervensi asuhan keperawatan pada keluarga dengan tahap perkembangan anak usia dewasa muda dengan masalah keperawatan utama manajemen kesehatan keluarga tidak efektif di desa sempor kecamatan sempor
- d. Mendeskripsikan Implementasi asuhan keperawatan pada keluarga dengan tahap perkembangan anak usia dewasa muda dengan masalah keperawatan utama manajemen kesehatan keluarga tidak efektif di desa sempor kecamatan sempor
- e. Mendeskripsikan evaluasi asuhan keperawatan pada keluarga dengan tahap perkembangan anak usia dewasa muda dengan

masalah keperawatan utama manajemen kesehatan keluarga tidak efektif di desa sempor kecamatan sempor

D. Manfaat

1. Bagi Keluarga

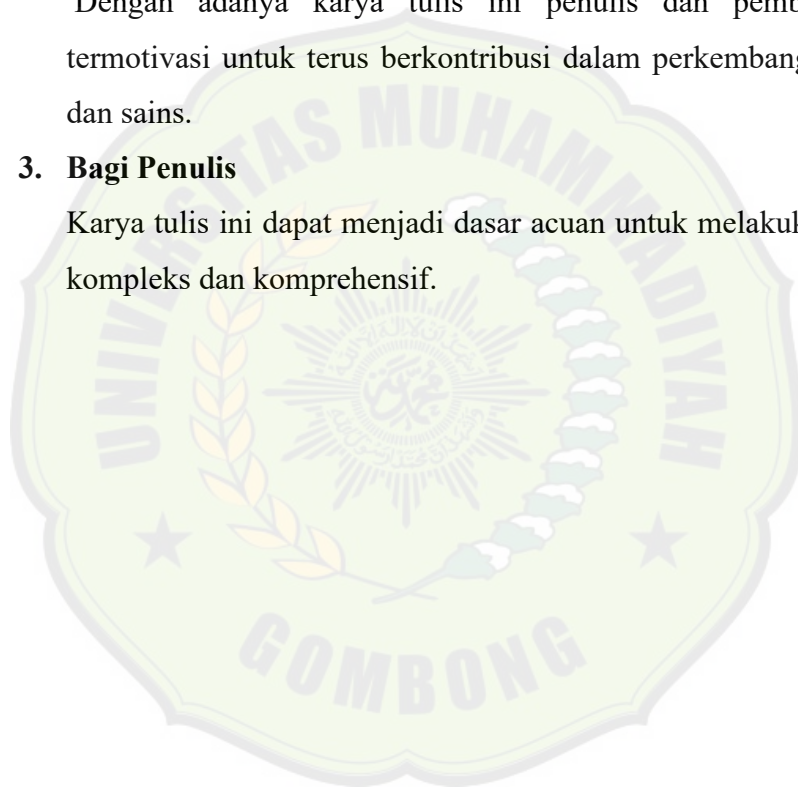
Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan yang sederhana, mudah dipahami , dan di implementasikan oleh keluarga sebagai pembaca.

2. Bagi IPTEKS

Dengan adanya karya tulis ini penulis dan pembaca menjadi termotivasi untuk terus berkontribusi dalam perkembangan teknologi dan sains.

3. Bagi Penulis

Karya tulis ini dapat menjadi dasar acuan untuk melakukan penelitian kompleks dan komprehensif.



DAFTAR PUSTAKA

- PPNI (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- World Health Organization. (2023, March 16). Hypertension. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Prevalensi hipertensi Indonesia Turun Jadi 30,8% PADA 2023: Databoks*. Pusat Data Ekonomi dan Bisnis Indonesia. (2024b, July 5) <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/8a60c7f555dd1ac/prevalensi-hipertensi-indonesia-turun-jadi-308-pada-2023>
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). Hipertensi: Pembunuh Terselubung di Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Budiarti, U. (2023). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PONCOWARNO KABUPATEN KEBUMEN. *PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG*.
- Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun). (2019). *HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND Development*, 3(ISSN 1475-222656).
- Iswati, I., Orizani, C. M., Istifada, R., & Susila, W. D. (2023). Edukasi Pijat Kaki RELAKSASI (Pijar) Dalam Upaya MENGONTROL TEKANAN darah di Wilayah Kecamatan Tambak Sari. *Community Development in Health Journal*, 139. <https://doi.org/10.37036/cdhj.v1i2.473>
- S. Kep , M.Kep, Ns. T. W., Ns. Parliani MNS, & S.Kep, D. H. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Dilengkapi Riset & Praktik* (1st ed., Vol. 1, Ser. 1). CV Jejak.
- Irwina Angelia Silvanasari, M Elyas Arif Budiman *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"*(Journal of Health Research" Forikes Voice") 13 (2), 557-561, 2022
- S.Kep, S. A., & S.Kep, R. E. S. (2023). *BUKU AJAR KEPERAWATAN KELUARGA* (1st ed., Vol. 1, Ser. 1). SONPEDIA.COM.
- European Heart Journal, Volume 45, Issue 38, 7 October 2024, Pages 3912–4018, <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehae178>
- Manifestasi Klinis Pada Pasien Hipertensi Urgensi. (2023). *JURNAL IMPLEMENTA HUSADA*, 4(1). doi:10.30596/jih.v4i1.12448

- Zatihulwani, E., Rustanti, E., Puspita, S., & Sholikhah, D. (2023). EDUKASI MANAJEMEN DIRI PASIEN HIPERTENSI SEBAGAI UPAYA PENGENDALIAN DAN PENCEGAHAN KOMPLIKASI HIPERTENSI. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara (JPPNu)*, 5(1), 85 - 90. <https://doi.org/10.28926/jppnu.v5i1.184>
- Beo, Y. A., Hariati, & Agustina, A. N. (2022). *ETIKA KEPERAWATAN* (1st ed., Vol. 1). Padang, Sumatera Barat: PT. GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.
- Nahda Syaidah, & Aisyah Sijid. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Jurnal UIN Alauddin*. <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb/article/view/23080/12483>
- Ferdinan Sihombing, Sudiono, & Elly Junalia. (2021). *BUKU AJAR KEPERAWATAN KELUARGA (KURIKULUM AIPNI TAHUN 2021)* (1st ed., Vol. 1). Purbalingga, Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.



LAMPIRAN



Lampiran 1

Jadwal Kegiatan

No.	kegiatan	Oktober				November				Desember	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
1.	Penentuan tema										
2.	Penyusunan proposal										
3.	Uji turnitin										
4.	Pengumpulan drive proposal										
5.	Uji proposal										

Lampiran 2

FORMAT PENGKAJIAN KELUARGA

1. Data Umum

1. Nama Kepala Keluarga (KK) :
2. Alamat dan Telepon :
3. Pekerjaan KK :
4. Pendidikan KK :
5. Komposisi keluarga :

No	Nama	JK	Hub KK	Umur	Pendidikan	Imunisasi	Ket
1							
2							

Genogram :

Keterangan :

6. Tipe keluarga
7. Suku bangsa
8. Agama
9. Status Sosial ekonomi Keluarga
10. Aktivitas Rekreasi Keluarga

2. Riwayat dan Tahap Perkembangan Keluarga

1. Tahap perkembangan keluarga saat ini
2. Tahap perkembangan keluarga yang belum terpenuhi
3. Riwayat keluarga inti
4. Riwayat keluarga sebelumnya

3. Lingkungan

1. Karakteristik rumah

2. Denah Rumah
3. Karakteristik tetangga dan komunitas RW
4. Mobilitas geografis keluarga
5. Perkumpulan keluarga dan interaksi dengan masyarakat
6. Sistem pendukung keluarga

4. Struktur Keluarga

1. Pola komunikasi keluarga
2. Struktur kekuatan keluarga
3. Struktur peran
4. Nilai dan norma budaya

5. Fungsi Keluarga

1. Fungsi afektif
2. Fungsi sosialisasi
3. Fungsi perawatan keluarga
 - a. Kemampuan keluarga mengenal masalah kesehatan
 - b. Kemampuan keluarga memutuskan masalah
 - c. Kemampuan keluarga merawat anggota keluarga yang sakit
 - d. Kemampuan keluarga memodifikasi lingkungan
 - e. Kemampuan keluarga memanfaatkan fasilitas kesehatan
4. Fungsi Reproduksi
5. Fungsi Ekonomi

6. Stress dan Koping

1. Stressor jangka pendek
2. Stressor jangka Panjang
3. Kemampuan keluarga berespon terhadap masalah
4. Strategi koping yang digunakan
5. Strategi adaptasi disfungsional

7. Harapan Keluarga

8. Pemeriksaan Fisik

ANALISA DATA

NO	DATA	DIAGNOSA KEPERAWATAN
	Data Subjektif Data Objektif	

SKORING DAN PRIORITAS MASALAH

Problem:.....

KRITERIA	SKOR	BOBOT	NILAI	PEMBEN ARAN
1. Sifat Masalah 2. Kemungkinan masalah dapat diubah 3. Potensi masalah untuk dicegah 4. Menonjolnya masalah				
			JUMLAH	

DIAGNOSA KEPERAWATAN BERDASARKAN PRIORITAS

1.....

2.....

RENCANA ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA

Data	Diagnosa Keperawatan		SIKI		SLKI	
	Kode	Diagnosis	Kode	Hasil	Kode	Hasil
Data pendukung masalah Keluarga						

CATATAN ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA

Diagnosa ke.....	Tgl dan waktu	Implementasi	Evaluasi	Paraf

Lampiran 3

Tabel standar operasional prosedur (SOP)

No	Prosedur tetap	PIJAT KAKI RELAKSASI
1.	Pengertian	Pijat kaki relaksasi melibatkan manipulasi jaringan ikat melalui teknik pukulan, gosokan, atau remasan, yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah. Pijat dilakukan selama 2 menit sehari.
2.	Tujuan	1. Mengoptimalkan status kesehatan. 2. Menurunkan tekanan darah 3. Melancarkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh.
3.	Indikasi	Penderita Hipertensi Grade II
4.	Kontraindikasi	1. Klien dengan fraktur 2. Klien penderita luka bakar
5.	Persiapan Penderita Hipertensi Grade I	1. Jelaskan manfaat dan tujuan tindakan yang akan dilakukan. 2. Pastikan penderita sudah siap untuk dilakukan tindakan 3. Lakukan pengukuran tekanan darah dan observasi tanda-tanda vital lainnya sebelum melakukan pijat kaki relaksasi 4. Anjurkan responden untuk memakai pakaian yang nyaman dan menyerap keringat. 5. Anjurkan responden untuk melepas kaus kaki selama dilakukan pemijatan.
6.	Persiapan Alat	1. Minyak Zaitun 2. Tensimeter 3. Lembar balik 4. Stetoskop 5. Lembar observasi
7.	Persiapan Lingkungan	1. Lingkungan yang aman dan tertutup untuk menjaga privasi pasien 2. Berikan alas yang nyaman untuk pasien, seperti kasur atau karpet

8.	Prosedur	1. Jelaskan manfaat dan tujuan tindakan yang akan dilakukan. 2. Tanyakan kesiapan responden sebelum kegiatan dilakukan. 3. Lakukan pengukuran tekanan darah, observasi TTV sebelum melakukan Pijat Kaki Relaksasi 4. Memastikan kaki pasien bersih, kemudian mengoleskan minyak zaitun secukupnya. 5. Meletakkan kaki sejajar 6. Pijat kaki dari pergelangan kaki ke atas 7. Tarik ibu jari 3x 8. Letakan tangan dibawah telapak kaki, lalu pijat dari tumit hingga bawah tempurung kaki 9. Pijat bagian kaki dengan kedua tangan 10. Rileks kan jari-jari dengan telapak tangan 11. Letakan tangan di bagian atas kaki, dan satunya bagian tumit lalu pijat. 12. Setelah melakukan Pijat Kaki Relaksasi selama 2 menit, waktu terbaik untuk memeriksa tekanan darah pada pasien hipertensi adalah sekitar 15-20 menit setelah latihan selesai. Waktu ini memberikan gambaran efek langsung latihan terhadap penurunan tekanan darah melalui gerakan pijat yang melancarkan aliran darah. 13. Berikan reinforcement pada responden setelah melakukan latihan. 14. Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya.
9.	Evaluasi	1. Evaluasi tindakan yang telah dilakukan sebelum dan sesudah 2. Lakukan penilaian pengukuran tekanan darah setiap responden

Lampiran 4

INFORMED CONSENT

(Persetujuan Menjadi Partisipan)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Rayi Kinasih Rahayu dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Masalah Keperawatan Utama Manajemen Kesehatan Tidak Efektif Di Desa Sempor Kecamatan Sempor”.

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa saksi apapun.

Gombong, ...

Yang memberikan persetujuan

Saksi

Sempor Kecamatan Sempor

.....

Gombong, ...

Peneliti

Rayi Kinasih Rahayu

Lampiran 5

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah peneliti berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong Program Studi Diploma III Keperawatan dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Usia Dewasa Dengan Masalah Keperawatan Utama Manajemen kesehatan tidak efektif Di Desa Sempor Kecamatan Sempor.
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah untuk menggambarkan asuhan keperawatan keluarga dengan salah satu anggotanya yang menderita hipertensi di lakukan Pijat Kaki Relaksasi yang dapat memberikan manfaat berupa penurunan tekanan darah. Penelitian ini berlangsung selama 7 kali pertemuan dalam dua minggu.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung kurang lebih 15 - 30 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan atau tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti pada nomo Hp: 0895377232450

Peneliti

Rayi Kinasih Rahayu

Lampiran 6

LEMBAR OBSERVASI KEGIATAN PIJAT KAKI RELAKSASI

Nama pasien :

Kunjungan	Pre	Post
Kunjungan 1		
Kunjungan 2		
Kunjungan 3		
Kunjungan 4		
Kunjungan 5		
Kunjungan 6		
Kunjungan 7		

Lampiran 7

LEMBAR BALIK EDUKASI MANAJEMEN STRESS HIPERTENSI & PIJAT KAKI RELAKSASI



Hubungan Stres & Hipertensi

Stres memicu aktivasi saraf simpatis, meningkatkan hormon adrenalin → tekanan darah naik.

Hipertensi & stres saling memengaruhi:

- Stres menjadi faktor risiko hipertensi
- Hipertensi menjadi sumber stres kronis
- Stres kronis → dampak fisik (detak jantung, napas, tekanan darah naik) dan psikologis.

Manajemen Stres Hipertensi

Tujuan: Mengubah cara berpikir, perasaan, dan perilaku agar lebih sehat (Abadi & Manee, 2015)

1. CBT (Cognitive Behavioral Therapy): Melatih individu mengendalikan stres → kesejahteraan psikologis (Putrikita, 2018)
2. Individual Health Management (IHM) (Melchart et al., 2018):
 - 3 hari pengenalan
 - 9 bulan pelatihan gaya hidup sehat
 - Konseling intensif untuk manajemen gaya hidup & stres

Cara Menangani Stres

Beberapa teknik relaksasi:

- Napas dalam
- Relaksasi otot progresif
- Akupresur
- CBT, EFT (Emotional Freedom Technique)
- Genggam jari
- Foot Massage (Pijat Kaki)

Manfaat Foot Massage (Pijat Kaki Relaksasi)

- Memberi efek relaksasi mendalam
- Mengurangi stres & rasa sakit
- Meningkatkan sirkulasi darah
- Mengeluarkan sisa metabolisme

Terapi komplementer yang aman & nyaman
(Alfanti & Mardiyah, 2017)



Any Question ?

Lampiran 12

Surat Legalisasi Similarity

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : https://library.unimugo.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com
---	---

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan
Usia Dewasa Muda Dengan Masalah Keperawatan Utama
Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Di Desa
Sempor Kecamatan Sempor

Nama : Rayi Kinasih Rahayu
NIM : 202201004
Program Studi : D3 Keperawatan
Hasil Cek : Lolos similarity 22 %

Gombong, ...5... Juni ...2025

Pustakawan


(...Desy Setijawati...)

Mengetahui,

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 13

Dokumentasi



Lampiran 14

Lembar konsultasi bimbingan



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

NAMA MAHASISWA : Rayi Kinasiah Rahayu
 NIM/NPM : 202201004
 NAMA PEMBIMBING : Marsito, M.Kep., Sp.Kom

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	6 Juni 2025	- Dokumentasi dan checklist	Om	[Signature]
2.	14 Agustus 2025	- Hasil Inovasi dan Pembahasan	Om	[Signature]
3.	14 Agustus 2025	- Perbaikan penulisan fungsi	Om	[Signature]
4.	14 Agustus 2025	ACC	Om	[Signature]

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



(Ns. Henna Liana Yuda, M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA MAHASISWA : Rayi Kinasih Rahayu
NIM/NPM : 202201004
NAMA PEMBIMBING : Ns. Ernawati, M. Kep

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	19 Oktober 2024	Judul Askep		
2.	20 Oktober 2024	Perbaikan Rumusan Masalah		
3.	26 Oktober 2024	Sumber jurnal dicontumkan		
4.	28 November 2024	Bab I & Bab II diperkaya		
5.	3 Januari 2025	Pengantar, Evaluasi digelarkan		
6.	6 Januari 2025	Melengkapi BAB III		

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



(Ns. Ernawati, M. Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA MAHASISWA : Rayi Kinasih Rahayu
NIM/NPM : 202201004
NAMA PEMBIMBING : Ns. Ernawati, M. Kep

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
7.	8 Januari 2025	Kriteria responden		
8.	13 Januari 2025	- Perbaiki Judul		
9.	6 Mei 2025	- Lampiran - lampiran		
10.	26 Agustus 2025	ACC		

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III

(Ns. Hendri Firdausy Yuda, M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong

Lampiran 15

Lembar Konsultasi Abstrak



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN ABSTRAK KARYA TULIS ILMIAH**

NAMA MAHASISWA : Rayi Kinasih Rahayu
NIM/NPM : 202201004
NAMA PEMBIMBING : Khamim Mustofa S.Pd , M.Pd

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1	26 Juni 2025	Send File		
2	26 Juni 2025	Has Been Revised		

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



(Ns. Hsadi Lantana Yuda, M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong