



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN KELUARGA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KESIAPAN PENINGKATAN KOPING
KELUARGA DILAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE*
DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh
Rayyasti Nur Asyifa, S.Kep
2022030080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2023**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN KELUARGA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KESIAPAN PENINGKATAN KOPING
KELUARGA DILAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE*
DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Disusun Oleh

Rayyasti Nur Asyifa, S.Kep

2022030080

PEMINATAN KEPERAWATAN KOMUNITAS

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2023

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Rayyasti Nur Asyifa

NIM : 2022030080

Tanggal :

Tanda tangan :



HALAMAN PERSETUJUAN

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN KELUARGA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KESIAPAN PENINGKATAN KOPING
KELUARGA DILAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE*
DI DESA PEKUNCEN KECAMATAN SEMPOR**

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Untuk diujikan pada tanggal 2023

Pembimbing



(H. Marsto, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



(Wuri Utami, M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Rayyasti Nur Asyifa, S.Kep
NIM : 2022030080
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Judul KTA-N : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor

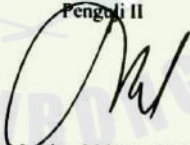
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Ners Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penguji I



(Hartono, S.Kep.Ns)

Penguji II



(H. Marsito, M.Kep., Sp.Kom)

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal :

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warohmatullohi wabarokatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta memberikan nikmat, kekuatan dan rizki-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor”. Terwujudnya proposal ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang setulus tulusnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman dan nikmat sehat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan lancar.
2. Kedua orang tua yang selalu mendukung baik dukungan moral, materil maupun financial, nasihat, semangat dan doa yang tiada putusnya serta pelajaran berharga bagi penulis.
3. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
5. Wuri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong.
6. H. Marsito, M.Kep.,Sp.Kom selaku pembimbing yang selalu memberikan waktu dan berbagi ilmunya untuk membuat KIA ini.
7. Hartono, S.Kep.Ns selaku dosen penguji dalam KIA ini.
8. Teman-teman seperjuangan penulis dalam menempuh Tugas Akhir jenjang Sarjana Keperawatan yang ikut serta dalam memberikan bantuan, semangat, serta saran untuk kelancaran Tugas Akhir ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu, memberikan semangat dan mendoakan peneliti sehingga terselesaikannya KIA ini. Peneliti menyadari bahwa KIA ini masih banyak kekurangan baik dari isi

maupun penulisan. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan KIA ini. Semoga dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Wassalamu'alaikum warohmatullohi wabarokatuh

Gombong, September 2023

Penulis



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rayyasti Nur Asyifa
NIM : 2022030080
Program studi : Pendidikan Profesi Ners
Jenis karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Besas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Roralty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN KELUARGA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KESIAPAN PENINGKATAN KOPING KELUARGA
DILAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE* DI DESA PEKUNCEN
KECAMATAN SEMPOR**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalin media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, 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.

Di buat di : Gombong, Kebumen
Pada tanggal : September 2023

Yang menyatakan



(Rayyasti Nur Asyifa, S. Kep)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORSINILITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERNYATAAN PUBLIKASI	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	4
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Konsep Media	6
B. Konsep Dasar Masalah Keperawatan.....	21
C. Asuhan Keperawatan Berdasarkan Teori	31
D. Kerangka Konsep	36
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Studi Kasus.....	37
B. Subjek Studi Kasus.....	37
C. Lokasi dan Waktu Studi Kasus	38
D. Fokus Studi Kasus	38
E. Definisi Operasional	38
F. Instrumen Studi Kasus	39
G. Metode Pengumpulan Data.....	39

H. Analisis Data dan Penyajian Data	41
I. Etika Studi Kasus	41
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	
A. Profil Lahan Praktik	42
B. Ringkasan Proses Asuhan Keperawatan	43
C. Rencana Asuhan Keperawatan	49
D. Implementasi Keperawatan.....	50
E. Evaluasi Keperawatan.....	51
F. Hasil Penerapan Tindakan Keperawatan	56
G. Pembahasan	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	65
DATAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skala Prioritas	33
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	38
Tabel 4.1 Rencana Asuhan Keperawatan.....	49
Tabel 4.2 Hasil Penerapan Tindakan Keperawatan	57



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pohon Masalah	20
Gambar 2.2 Teknik Jalan Cepat	28
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	36



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1	Jadwal Kegiatan
Lampiran	2	Hasil Uji Plagiarism
Lampiran	3	Lembar Penjelasan Responden
Lampiran	4	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran	5	Lembar Observasi
Lampiran	6	SOP Intervensi
Lampiran	7	Lembar Bimbingan
Lampiran	8	Pre Planning Keperawatan Keluarga
Lampiran	9	Askep Keluarga



**Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Karya Ilmiah Akhir Ners, September 2023**

Rayyasti Nur Asyifa¹, Marsito²
rayyastisyifa@gmail.com

ABSTRAK
**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN KELUARGA LANSIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN KESIAPAN PENINGKATAN KOPING KELUARGA
DILAKUKAN *BRISK WALKING EXERCISE* DI DESA PEKUNCEN
KECAMATAN SEMPOR**

Latar Belakang : Lansia atau lanjut usia yaitu seseorang dengan usia yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Kelompok lansia rawan terhadap berbagai penyakit kronik seperti hipertensi. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengontrol hipertensi salah satunya dengan aktivitas fisik misalnya olahraga *Brisk Walking Exercise*.

Tujuan : Melakukan analisis asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga lansia dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan koping keluarga dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.

Metode : Menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek studi kasus yang akan dikaji adalah lima lansia dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan koping keluarga. Alat dalam penelitian ini adalah format asuhan keperawatan, Nursing kit, dan SOP *Brisk Walking Exercise*. Penyajian data yang penulis lakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan data subyektif dan obyektif, yang disajikan dalam metode pendokumentasian dan resume asuhan keperawatan.

Hasil : Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga didapatkan data salah satu anggota keluarga mengalami hipertensi. Diagnosa keperawatan priorita pada studi kasus ini yaitu kesiapan peningkatan koping keluarga lansia hipertensi. Intervensi keperawatan yang dilakukan yaitu status koping keluarga dan penerapan *Brisk Walking Exercise*. Hasil inovasi Tindakan pemberian terapi *Brisk Walking Exercise* menunjukkan penurunan tekanan darah. Pemberian terapi *Brisk Walking Exercise* efektif menurunkan tekanan darah.

Rekomendasi : Hasil asuhan keperawatan ini dapat dijadikan acuan penyusunan SOP manajemen hipertensi dalam komunitas menggunakan metode *Brisk Walking Exercise*.

Kata Kunci : *Brisk Walking Exercise*; Kesiapan peningkatan koping keluarga; Lansia

.....

¹ Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gombong

² Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

PROFESIONAL (NURSE) PROGRAM

Faculty of Health Science

Universitas Muhammadiyah Gombong

Nursing Report, September 2023

Rayyasti Nur Asyifa¹, Marsito²

rayyastisyifa@gmail.com

ABSTRACT

ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE AT THE DEVELOPMENT STAGE OF ELDERLY FAMILY WITH NURSING PROBLEMS OF IMPROVING FAMILY COPING READINESS CONDUCTED BRISK WALKING EXERCISE IN PEKUNCEN VILLAGE, SEMPOR DISTRICT

Background: Elderly individuals, commonly defined as those aged 60 years and older, are susceptible to various chronic diseases, including hypertension. One effective approach to managing hypertension is through physical activity, such as brisk walking.

Objective: To analyse family nursing care at the developmental stage of elderly families facing nursing problems and assess their readiness to enhance family coping by implementing the Brisk Walking Exercise program in Pekuncen Village, Sempor District.

Method: A descriptive method with a case study approach was employed in this research. The study focused on five elderly individuals experiencing nursing issues related to improving family coping readiness. The tools used for this study included nursing care formats, nursing kits, and the Standard Operating Procedure (SOP) for Brisk Walking Exercise. The author presented the data and drew conclusions based on subjective and objective data documented in nursing care reports.

Results: The study identified one family member with hypertension within the sampled family. The primary nursing diagnosis in this case study was the readiness to enhance coping in elderly families dealing with hypertension. The nursing interventions applied included assessing the family's coping status and implementing brisk walking exercise therapy. The implementation of nursing care involved evaluating the family's coping status and delivering brisk walking exercise therapy. The innovative approach of providing brisk walking exercise therapy resulted in a notable decrease in blood pressure, demonstrating the effectiveness of this intervention in lowering blood pressure.

Recommendation: The results of this nursing care study can serve as a valuable reference for establishing standard operating procedures (SOPs) for hypertension management within the community, specifically utilizing the brisk walking exercise method.

Keywords:

Brisk Walking Exercise; Readiness to improve family coping; Elderly

.....
¹ Nursing Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

² Nursing Lecturer of Muhammadiyah University of Gombong

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia yaitu seseorang dengan usia yang telah mencapai 60 tahun ke atas. Lanjut usia merupakan proses alami semua orang, dimasa lansia ini, seseorang akan mengalami kemunduran fisik, psikologis, dan sosial secara bertahap. Kelompok lansia rawan terhadap berbagai penyakit kronik seperti diabetes melitus, stroke, gagal ginjal, dan hipertensi disebabkan karena pada usia lansia mengalami kemunduran fungsi organ. Hipertensi atau darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia (Ilmiah dan Imelda, 2020).

Hipertensi atau yang lebih familiar disebut darah tinggi termasuk golongan penyakit tidak menular dengan tanda dan gejala tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Hipertensi merupakan penyakit pembunuh diam-diam (*silent killer*) disebabkan tidak adanya gejala yang khas, beresiko kematian, dan dapat menimbulkan komplikasi jika tidak terkontrol. Banyak penderita hipertensi yang tidak mengetahui bahwa dirinya mengalami hipertensi sebelum mengecek tekanan darah atau disebut *the silent disease*, menyebabkan masyarakat tidak sadar jika mengalami hipertensi kebanyakan mereka menyadari hipertensi ketika hipertensi itu sudah parah dan menimbulkan komplikasi (Nirmasari Meily et al, 2020).

Hipertensi menyebabkan tingginya angka morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Tercatat data di seluruh dunia setiap tahunnya hampir 9,5 juta kasus hipertensi, angka tersebut termasuk dalam bahaya yang mengancam (Situmorang, 2020). Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indoneasia (2019) menyatakan bahwa total penderita hipertensi akan terus meningkat, diperkirakan tahun 2025 sejumlah 1.5 Miliar orang mengidap hipertensi dan 9,4 orang akan mengalami mortalitas akibat komplikasi dari hipertensi.

Penyebab kematian tertinggi di Indonesia yaitu akibat penyakit tidak menular salah satunya hipertensi dengan pravelensi 66% (Wardoyo, 2021). Data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (2018) memaparkan data bahwa 26,4% penduduk dunia mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Pengidap hipertensi di negara berkembang sejumlah 60%, termasuk Indonesia. Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) pravelensi hipertensi berdasarkan kategori usia >18 tahun terdiagnosis tenaga kesehatan dengan jumlah 9,4%, minum obat hipertensi sejumlah 9,5%. Jadi, terdapat 0,1% penduduk tidak terdiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan tetapi patuh minum obat. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen (2021) pravelensi penyakit tidak menular (PTM) hipertensi sejumlah 69.899 penduduk.

Resiko penderita hipertensi dapat meningkat disebabkan kurangnya aktivitas fisik dan dapat meningkatkan resiko obesitas. Orang yang tidak aktif melakukan olahraga atau tidak melakukan aktivitas fisik cenderung detak jantungnya lebih tinggi sehingga otot jantung bekerja lebih keras setiap kontraksinya. Semakin otot jantung memompa dengan keras dan sering maka tekanan pada arteri akan semakin besar (Yulisa, 2018). Seseorang yang tidak melakukan aktivitas fisik secara rutin memiliki resiko 30-50% lebih besar mengalami hipertensi (Price dalam Muirah, 2018). Dalam melakukan aktivitas fisik, lansia memerlukan dukungan keluarga, dukungan keluarga berperan penting dalam memberikan kenyamanan fisik serta psikologis. Terdapat berbagai macam dukungan keluarga, misalnya dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan dukungan informasional (Sugiharti et al, 2020).

Penanganan penyakit hipertensi dilakukan dengan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi yang digunakan untuk penanganan penyakit hipertensi dengan cara pemberian obat-obatan yang mengandung antihipertensive, sedangkan terapi non-farmakologis merupakan penanganan penyakit hipertensi dengan bahan-bahan alami atau terapi olahraga (*exercise*) (Nirnasari et al, 2020). Dalam penanganan penyakit hipertensi memerlukan dukungan peningkatan coping keluarga. Namun, sangat kerap keluarga mengalami penurunan coping keluarga yang disebabkan kurangnya

pengetahuan anggota keluarga, keterbatasan dalam komunikasi antar keluarga dan penderita, sikap produktif keluarga tidak sesuai dengan kemampuan, dan gaya coping tidak sesuai antara keluarga dengan penderita (Prasetyo, 2017).

Upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk mengontrol hipertensi salah satunya dengan aktivitas fisik misalnya olahraga (Siswati et al, 2021). *Brisk Walking Exercise* merupakan olahraga atau aktivitas fisik yang dapat menurunkan tekanan darah, teknik ini merupakan latihan jalan cepat. Terapi ini merupakan bentuk latihan aerobik, latihan aktivitas sedang pada pasien hipertensi dengan teknik jalan cepat selama 20-30 menit dengan rata-rata kecepatan 4-6 km/jam (Ramayanti, 2021). Keunggulan dari latihan ini yaitu cukup efektif meningkatkan kemampuan denyut jantung, memacu kontraksi otot, pemecahan glikogen dan peningkatan oksigen jaringan. Latihan ini bisa meminimalisir pembentukan plak dengan perantara penggunaan lemak dan peningkatan penggunaan glukosa (Ramayanti et al, 2021).

Latihan jalan kaki salah satu cara yang dapat diterapkan untuk aktivitas fisik sederhana yang menghasilkan sesuatu yang positif terhadap tingkat kesehatan dan kebugaran. Manfaat jalan kaki tidak jauh berbeda dengan olahraga aerobik. Jalan kaki bermanfaat meningkatkan ketahanan jantung dan paru-paru serta meningkatkan kemampuan diri untuk melakukan aktivitas sehari-hari tanpa mudah merasa lelah (Rezky et al, 2019).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Astuti dkk (2020) diperoleh hasil bahwa *Brisk Walking Exercise* dapat menurunkan tekanan darah selama kurun waktu tiga kali implementasi, diperoleh hasil tekanan darah awal 166/94 mmHg, setelah implementasi menjadi 158/87 mmHg.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Ismilania, dkk (2022) dengan judul “Pemberian *Brisk Walking Exercise* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Kedungjati Kecamatan Kedungjati Kabupaten Grobogan” diperoleh hasil penurunan darah tinggi grade 1 menurun setelah diberikan implementasi *Brisk Walking Exercise* selama 3 hari berturut-turut.

Hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan pada penderita hipertensi di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen dengan

jumlah 3 responden, diperoleh hasil 1 responden rutin mengikuti kegiatan Prolanis di Puskesmas Sempor 2, 2 responden tidak pernah mengikuti kegiatan Prolanis. Berdasarkan kepatuhan minum obat dari hasil wawancara diperoleh 2 responden patuh minum obat, 1 responden tidak pernah minum obat sama sekali.

Berdasarkan dari studi kasus tersebut, penulis tertarik mengambil penelitian karya ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menjelaskan Asuhan Keperawatan Keluarga Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian pada lansia dengan masalah kesiapan peningkatan koping keluarga.
- b. Memaparkan hasil analisa data pada lansia dengan masalah kesiapan peningkatan koping keluarga.
- c. Memaparkan hasil intervensi pada lansia dengan masalah kesiapan peningkatan koping keluarga.
- d. Memaparkan hasil implementasi pada lansia dengan masalah kesiapan peningkatan koping keluarga.
- e. Memaparkan hasil evaluasi pada lansia dengan masalah kesiapan peningkatan koping keluarga.
- f. Menganalisis *Brisk Walking Exercise* pada lansia dengan masalah kesiapan peningkatan koping keluarga.

C. Manfaat

1. Manfaat Keilmuan

Menambah informasi dan referensi kepustakaan bagi mahasiswa dengan melakukan asuhan keperawatan keluarga pada lansia tahap perkembangan keluarga lansia dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan coping keluarga dilakukan *Brisk Walking Exercise*.

2. Manfaat Aplikatif

a. Penulis

Menambah wawasan dan pengalaman penulis tentang asuhan keperawatan pada lansia tahap perkembangan keluarga lansia dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan coping keluarga.

b. Puskesmas

Sebagai dasar masukan bagi puskesmas dalam memberikan dan meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan coping keluarga dilakukan *Brisk Walking Exercise*.

c. Masyarakat/Klien

Memberikan informasi dan manfaat nyata pada klien dan keluarga terkait pemberian asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan coping keluarga dilakukan *Brisk Walking Exercise*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82–89. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2558>
- Apriyani, T., Fatrin, T., & Kebidanan, J. (2022). Health education about physiological changes before and during menopause to make productive elderly in plaju palembang, 2(April), 185–190.
- Craven dan Hirnie. (2020). *Fundamentals of Nursing Human Health and Function*. New York: Lippincott.
- Effendy. (2014). *Dasar-Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
- Ervina Dwi. (2018). Hubungan Tugas Perkembangan Lanjut Usia Dengan Tingkat Stres Berbasis Teori Adaptasi Calista Roy. *Tugas Perkembangan Lansia, Tingkat Stres*, 53(9), 1689–1699.
- Friedman, M.M et al. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, dan Praktik*. Ed 5. Jakarta: EGC
- Harjo, M. S., Setiyawan, S., & Rizqie, N. S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia Peserta Prolanis Upt Puskesmas Jenawi Karanganyar. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 7(2), 34. <https://doi.org/10.20961/placentum.v7i2.29734>
- Indriyati. (2014). Pengaruh Health Locus Of Control Terhadap Kepatuhan Diet pada Penderita Hipertensi. *JurnalUnmuh Jember*. 10(2)
- Jannah, A. N., Rahmatina, A., Fitrianti, A. N., & Nurr, A. F. (2023). TEKANAN DARAH DI PADUKUHAN BENYO, 6(1).
- Kaplan, NM. (2018). *Primary hypertension: pathogenesis, Kaplan's clinical hypertension (10th ed)*. Philadelphia Lippincot Williams and Wilkins. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Kim, I. H., S. Noh, dan H. Chun. (2016). Mediating And Moderating Effects In Ageism And Depression Among The Korean Elderly: The Roles Of Emotional Reactions And Coping Reponses. *Osong Public Health and Research Perspectives*. 7(1):3–11.

- Kumar, R., S. Kaur, dan K. Reddemma. (2015). Needs , Burden , Coping and Quality Of Life In Stroke Caregivers A Pilot Survey. *Nursing and Midwifery Research Journal*. 11(2).
- Lee, H. S. dan D. Mason. (2014). Cultural and Gender Differences In Coping Strategies Between Caucasian American And Korean American Older People. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*. 29(4):429–446.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping : Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*. 1(2):102.
- Meléndez, J. C., F. B. Fortuna, A. Sales, dan T. Mayordomo. (2015). The Effects Of Instrumental Reminiscence on Resilience and Coping in Elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 60(2):294–298.
- Mubarak, Wahid iqbal dkk. (2013). *Ilmu Pengantar Komunitas Pengantar dan Teori Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Oktaviani, E., Noor Prastia, T., & Dwimawati, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Puskesmas Bojonggede Tahun 2021. *Promotor*, 5(2), 135. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i2.6148>
- Olack, B., F. Wabwire-mangen, L. Smeeth, J. M. Montgomery, N. Kiwanuka, dan R. F. Breiman. (2015). Risk factors of hypertension among adults aged 35 – 64 years living in an urban slum nairobi , kenya. *BMC Public Health*. 1–9.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>
- Ryan, Cooper, & Tauer. (2013). *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Sari, N. P. W. P. (2018). Pengaruh Meditation Healing Exercise terhadap Tingkat Stres dan Kualitas Hidup Lansia Penderita Penyakit Kronis: Hipertensi dan Diabetes Mellitus (The Effect Of Meditation Healing Exercise (Mhe) On Stress Level And Quality Of Life In Elderly Who Are Live. (45):39.
- SDKI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI

- Setiadi. (2014). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Siburian, Imelda. (2016). *Gambaran Kejadian Hipertensi dan Faktor-Faktor yang Berhubungan*. Skripsi: FKM UI
- SIKI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (II)*. Jakarta: DPP PPNI
- SLKI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (I)*. Jakarta: DPP PPNI
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>
- Tamher dan Noorkasiani. 2011. *Kesehatan Lanjut Usia Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.



Lampiran 1 Jadwal Kegiatan

Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penyusunan Proposal dan Hasil KIA Ners Tahun Ajaran 2022/2023

No	Kegiatan	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Maret	April	Mei	Juni	Juli
1.	Penentuan Tema											
2.	Penyusunan Proposal											
3.	Ujian Proposal											
4.	Pengambilan Data Hasil Penelitian											
5.	Penyusunan Hasil Penelitian											
6.	Ujian Hasil Penelitian											

Lampiran 2 Hasil Uji Plagiarism

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : http://library.stikesmuhgombong.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 : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor
Nama : Rayyasti Nur Asyifa, S.Kep
NIM : 2022030080
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Hasil Cek : 15%

Gombong, 22 Agustus 2023

Pustakawan


(Awir Rahmahyanti Ugi S.IP)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, IT


(Sawiji, S.Kep.Ns., M.Sc)

Lampiran 3 Lembar Penjelasan Responden

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

Saya mahasiswa berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong dengan ini meminta Bapak/Ibu untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam studi kasus yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor”.

1. Tujuan dari studi kasus ini adalah melakukan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan *Brisk Walking Exercise* Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor.
2. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung lebih kurang 20- 30 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi Bapak/Ibu tidak perlu khawatir karena studi kasus ini untuk kepentingan pengembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
3. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada studi kasus ini adalah Bapak/Ibu turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan dan tindakan yang diberikan.
4. Identitas beserta seluruh informasi yang Bapak/Ibu sampaikan akan tetap dirahasiakan.

Mahasiswa

Rayyasti Nur Asyifa, S.K

Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden

INFORMED CONCENT

(Persetujuan Menjadi Partisipasi)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai studi kasus yang akan dilakukan oleh Rayyasti Nur Asyifa, S.Kep dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lansia Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga Dilakukan Brisk Walking Exercise Di Desa Pekuncen Kecamatan Sempor”.

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

Saksi

Gombong,

2023

Yang Membuat Pernyataan

(.....)

(.....)

Lampiran 5 Lembar Observasi

Lembar Observasi Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga

No	Observasi	Pre					Post				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.	Perasaan diabaikan										
2.	Kekhawatiran tentang anggota keluarga										
3.	Kemampuan memenuhi kebutuhan anggota keluarga										
4.	Komitmen pada perawatan atau pengobatan										
5.	Komunikasi antar anggota keluarga										

Lembar Observasi *Brisk Walking Exercise*

No	Observasi	Dilakukan	Tidak Dilakukan
1.	Tahap I melangkahkan satu kaki ke depan		
2.	Tahap II melakukan tarikan kaki belakang ke depan		
3.	Tahap III relaksasi		
4.	Tahap IV dorong		

Lembar Observasi Tekanan Darah

Keluarga	Pertemuan	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Pre								
	Post								
2	Pre								
	Post								
3	Pre								
	Post								
4	Pre								
	Post								
5	Pre								
	Post								
Rata-rata TD Pre									
Rata-rata TD Post									

Lampiran 6 SOP Intervensi

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR <i>BRISK WALKING EXERCISE</i>
PENGERTIAN	Olahraga aerobik dengan teknik gerakan berjalan secepat mungkin tanpa kehilangan kontak atau sentuhan dengan tanah
TUJUAN	1. Meningkatkan kapasitas maksimal denyut jantung, merangsang kontraksi otot, pemecahan glikogen dan peningkatan oksigen 2. Mengurangi pembentukan plak melalui peningkatan penggunaan lemak dan peningkatan penggunaan glukosa 3. Menurunkan tekanan darah, kolesterol baik HDL meningkat, dan darah tidak saling lengket, sehingga resiko penggumpalan darah yang berpotensi menyumbat darah menjadi berkurang 4. Meningkatkan kekuatan otot, kelenturan persendian, dan kelincahan gerak
KEBIJAKAN	Klien yang menderita hipertensi
PETUGAS	Tim penelitian
ALAT DAN BAHAN	1. Speaker 2. Spighnomanometer 3. Lembar Observasi 4. Musik
PROSEDUR PELAKSANAAN	A. Tahap Pra Interaksi 1. Melihat data hipertensi klien B. Tahap Orientasi 1. Memberi salam 2. Memperkenalkan diri

	3. Menanyakan perasaan klien hari ini 4. Menjelaskan tujuan dan prosedur 5. Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien C. Tahap Kerja 1. Membaca tasmiyah 2. Lakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum melakukan <i>brisk walking exercise</i> 3. Melangkahkan satu kaki ke depan 4. Melakukan tarikan kaki belakang ke depan 5. Relaksasi (pinggang berada pada posisi yang sama dengan bahu, sedangkan lengan vertical dan parallel disamping badan) 6. Dorongan (mempercepat laju jalan kaki dengan dorongan tenaga secara penuh untuk mendapatkan rentang waktu yang sesingkat mungkin ketika melakukan langkah-langkah kaki, langkah kaki jangan terlalu pendek dan jangan pula terlalu panjang, jaga keseimbangan tubuh) 7. Lakukan pemeriksaan tekanan darah berulang setelah melakukan <i>brisk walking exercise</i> D. Tahap Terminasi 1. Evaluasi perasaan klien setelah dilakukan tindakan 2. Memberikan apresiasi kepada klien 3. Rencana tindak lanjut (kontrak waktu, tempat, dan tanggal) 4. Membaca tahmid 5. Berpamitan dengan klien 6. Mengisi lembar observasi
--	---

Sumber : Nadesul (2017)

FORMAT KEGIATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Rayyasti Nur Asyifa
 NIM : 2022030080
 Pembimbing : H. Marsito, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Kom

Hari/Tanggal Bimbingan	Topik/Materi dan Saran Pembimbing	Paraf Pembimbing
Selasa, 1 November 2022	- Konsul tema - Konsul judul	
Kamis, 3 November 2022	- Konsul BAB I - Perbaiki penulisan judul - Revisi BAB I Latar Belakang : - Inovasi dikaitkan dengan diagnosa keperawatan - Pengobatan hipertensi dikaitkan dengan diagnosa keperawatan	
Senin, 21 November 2022	- Konsul revisi BAB I - Inovasi dikaitkan dengan diagnose keperawatan - Pengobatan hipertensi dikaitkan dengan diagnose keperawatan	
Kamis, 24 November 2022	ACC BAB I	
Senin, 16 Januari 2023	- Konsul BAB II - Revisi konsep kesiapan peningkatan coping keluarga terhadap perkembangan lanjut usia	
Senin, 6 Februari 2023	- Konsul revisi BAB II - Konsul BAB III	

Rabu, 8 Februari 2023	- ACC BAB II - Revisi BAB III : Definisi Operasional	
Senin, 27 Februari 2023	- Konsul revisi BAB III : Definisi Operasional - ACC BAB III	
Kamis, 10 Agustus 2023	Konsul pre planning dan askep	
Senin, 14 Agustus 2023	Konsul revisi pre planning dan askep	
Rabu, 16 Agustus 2023	- Konsul revisi pre planning dan askep - Konsul BAB IV	
Jumat, 18 Agustus 2023	- Konsul revisi pre planning dan askep - Konsul revisi BAB IV - ACC BAB IV	
Revisi 7/8/2023	Revisi 7/8/2023	

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan
Profesi Ners Program Profesi,

(Wuri Utami, M.Kep)