



**MANUSKRIP  
KESEIAPAN PENINGKATAN MANAJEMEN KESEHATAN  
PADA KELUARGA TN. S DENGAN HIPERTANDI  
DI KELURAHAN CANDIREJO UNGARAN**

**Oleh :  
MAYA MILASARI  
080117A033**

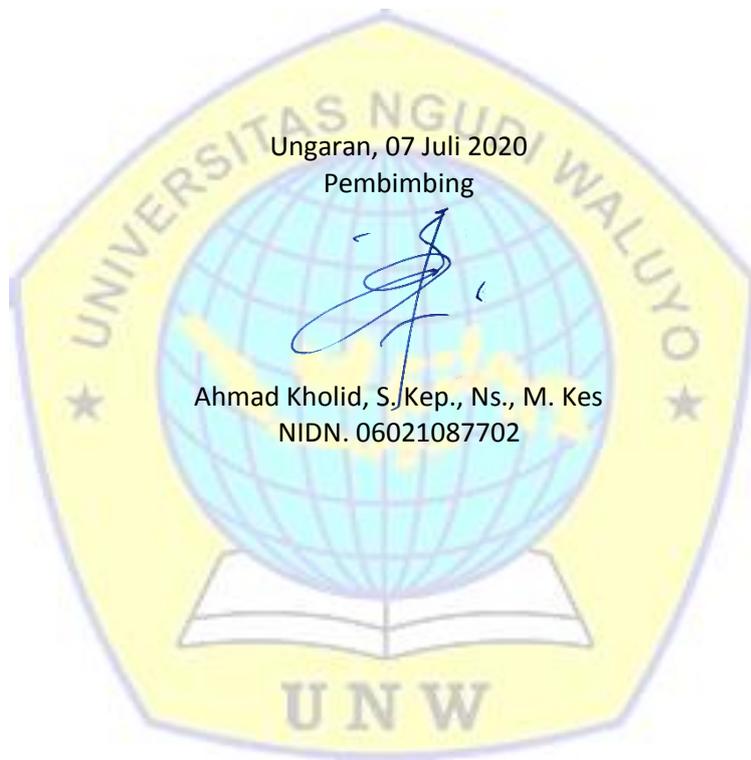
**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO  
2020**

## HALAMAN PENGESAHAN

Manuskrip dengan judul “Pengelolaan Kesiapan Peningkatan Manajemen Kesehatan Pada Keluarga Tn. S Dengan Hipertensi Di Kelurahan Candirejo Ungaran” disetujui oleh pembimbing utama program studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo disusun oleh:

Nama : Maya Milasari

Nim : 080117A033



## **Pengelolaan Kesiapan Peningkatan Manajemen Kesehatan Pada Keluarga Tn. S Dengan Hipertensi Di Kelurahan Candirejo Ungaran**

Febri Ria Chahnia\*, Ahmad Kholid\*\*  
Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo  
[mayamilasari28@gmail.com](mailto:mayamilasari28@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas ambang batas normal yaitu 120/80 mmHg. Penderita hipertensi dalam menjalani manajemen kesehatan hipertensi membutuhkan peran serta dari keluarga sebagai pihak terdekat dari klien. Kesehatan keluarga dapat tergambar dari kemampuan keluarga memberikan bantuan kepada anggota keluarga untuk memenuhi kebutuhan perawatan diri dan kemampuan keluarga memenuhi fungsi keluarga serta mencapai tugas perkembangan yang sesuai dengan tingkat perkembangan keluarga.

Pengelolaan dengan proses keperawatan, dengan intervensi memberikan pendidikan kesehatan. Implementasi yang dilakukan pendidikan kesehatan senam hipertensi dan demonstrasi senam hipertensi, pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan dan komplikasi hipertensi. Evaluasi dari implementasi yang telah dilakukan yaitu klien lebih mengetahui tentang senam hipertensi, penatalaksanaan dan komplikasi hipertensi.

Hasil pengelolaan didapatkan keluarga memahami dan mengerti penyakit hipertensi serta keluarga dapat melakukan perawatan penyakit hipertensi dan hasil akhir menunjukan masalah kesiapan peningkatan manajemen kesehatan keluarga teratasi. Saran bagi pelayanan kesehatan diharapkan lebih aktif dalam memberikan informasi mengenai kesehatan dengan melakukan penyuluhan langsung kemasyarakat. Sehingga masyarakat mengetahui dan memahami tentang suatu penyakit dan perawatannya khususnya penyakit hipertensi.

Kata kunci : Kesiapan, Keluarga, Hipertensi

Kepustakaan : 44 (2014-2020)

## ABSTRACT

Hypertension or often referred to as high blood pressure is a condition where there is an increasing blood pressure above the normal of 120/80 mmHg. Hypertension sufferers do hypertension health management needs the participation of the family as the closest part to the patient. Family health can be illustrated by the ability of the family to provide assistance to family members to fulfill their personal care needs and the ability of the family to fulfill family functions and achieve developmental tasks that are appropriate to the level of family development.

Management was by the nursing process, with interventions providing health education. The implementation of health education was hypertension gymnastics and the demonstration of hypertension gymnastics, other implementations carried out health education about the management and complications of hypertension. Evaluation of the implementation was that the patient knew more about hypertension gymnastics, hypertension management and complications.

Management results obtained families could understand about hypertension and they could treat hypertension and the final result indicated the problem of readiness to improve family health management was resolved. Suggestions for health service are expected to be more active in providing information about health by conducting direct public service. So that people know and understand about a disease and its treatment, especially about hypertension.

Keywords : Readines, Hypertension, Family

Literatures : 44 (2014-2020)

## PENDAHULUAN

Masalah kesehatan dapat muncul pada tahap sesuai perkembangan keluarga, salah satunya tahap perkembangan keluarga dengan lansia. Bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit degeneratif banyak muncul pada lansia (Zaenurohmah & Rachmayanti, 2017). Masalah kesehatan yang sering muncul pada lansia antara lain hipertensi, radang sendi, stroke, diabetes mellitus (Yulianti, 2016).

Hipertensi atau sering disebut dengan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas ambang batas normal yaitu 120/80 mmHg (Tarigan, dkk 2018). Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi (Kemenkes, 2019).

Hasil riset kesehatan dasar tahun 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Kemenkes, 2019).

Menurut Dinkes Jateng, (2019) kasus baru penyakit tidak menular 2019 adalah 3.074.607 kasus. Adapun proporsi kasus baru Penyakit Tidak Menular (PTM) tertinggi yaitu Hipertensi 58.61% dan Diabetes Melitus 13.39% . Menurut Dinkes Kab Semarang (2018) Berdasarkan data 10 penyakit di kab semarang hipertensi menunjukkan angka paling tinggi dengan 9527 jiwa. Dan untuk data di puskesmas ungaran terdapat 847 jiwa

Menurut Friedman, (2014) Penderita hipertensi dalam menjalani manajemen kesehatan hipertensi membutuhkan peran serta dari keluarga sebagai pihak terdekat dari klien, Keluarga adalah suatu ikatan atau persekutuan hidup yang terdiri dari beberapa anggota keluarga yang hidup bersama dalam sebuah rumah tangga

Berdasarkan penjelasan dan data yang didapatkan maka penulis tertarik untuk mengambil kasus pengelolaan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan pada keluarga tn. S dengan hipertensi di kelurahan candirejo ungaran.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengkajian**

Dari hasil pengkajian yang dilakukan pada hari kamis, tanggal 21 Januari 2020 dengan melakukan metode *autoanamnesa* dan *alloanamnesa* di candirejo ungaran

Diperoleh identitas pasien Tn. S berusia 70 tahun sebagai kepala keluarga tinggal bersama istrinya Ny. J dengan tipe keluarga nuclear family. Saat ini keluarga Tn. S memiliki masalah kesehatan didalam keluarganya yaitu Tn. S sendiri yang kini menderita Hipertensi, hasil Td 190/100 mmHg. Masalah yang ditemukan Tn. S memiliki tanggung jawab terhadap keluarga intinya secara mandiri. Tapi menurut Tn. S kondisi ini tidak masalah, Tn. S mengatakan saat ini dirinya menderita hipertensi, tekanan darahnya masih sering tinggi, Tn. S mengatakan mengontrol kesehatan secara rutin dengan mengikuti posbindu setiap hari sabtu, Tn. S mengatakan badannya sering terasa lemas dan kelelahan, dan kekakuan pada kaki, Tn. S mengatakan berkeinginan untuk lebih mengetahui mengenai komplikasi, penatalaksanaan, dan senam hipertensi, Tn. S mengatakan akan mempertahankan kontrol kesehatan dan mengikuti posbindu

### **Diagnosa Keperawatan**

Setelah diuraikan dari data pengkajian yang di dapatkan, diagnosa yang ditegakkan untuk menjadi prioritas adalah kesiapan peningkatan manajemen

kesehatan. Batasan karakteristik karakteristik dari masalah kesiapan peningkatan manajemen kesehatan yaitu mengekspresikan keinginan untuk mengelola masalah kesehatan dan pencegahannya, pilihan hidup sehari-hari tepat untuk memenuhi tujuan program kesehatan, mengekspresikan tidak adanya hambatan yang berarti dalam mengintegrasikan program yang ditetapkan untuk mengatasi masalah kesehatan, menggambarkan berkurangnya factor resiko terjadinya masalah kesehatan, dan tidak ditemukan adanya gejala masalah kesehatan atau penyakit yang tidak terduga.

Dalam tahap skoring masalah diagnosa keperawatan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan memperoleh skor 4 1/6, dan merupakan skor tertinggi dibandingkan diagnosa yang lain. Diagnosa keperawatan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan dijelaskan sebagai berikut: yang pertama sifat masalah yaitu keadaan sejahtera dengan Tn. S mengatakan tidak ada keluhan pada hipertensinya dan mempunyai keinginan lebih untuk mengetahui hipertensi. Kemungkinan masalah dapat diubah yaitu mudah karena keluarga Tn. S sebelumnya sudah mengetahui apa itu hipertensi. Potensi masalah untuk dicegah tinggi dikarenakan keluarga ada keinginan untuk mengetahui tentang penatalaksanaan penyakitnya, menonjolnya masalah ada masalah tapi tak perlu segera ditangani dikarenakan pasien sudah rajin mengikuti kegiatan posbindu di balai kesehatan

### **Intervensi**

Intervensi yang disusun pada klien hipertensi dengan masalah keperawatan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan meliputi intervensi bimbingan antisipatif dan edukasi kesehatan. Intervensi yang pertama, yaitu program senam hipertensi. Senam hipertensi diprogramkan sesuai dengan keadaan fisik

penderita yaitu dengan prinsip tidak perlu berat, namun olahraga ringan asal teratur.

Intervensi yang kedua adalah pendidikan kesehatan komplikasi dan penatalaksanaan hipertensi, dengan menggunakan media lembar balik. Pendidikan kesehatan menggunakan media lebih efektif meningkatkan pengetahuan manajemen hipertensi dibandingkan dengan tidak menggunakan media (Ulya, 2017).

### Implementasi

Implementasi pertama yaitu memberikan pendidikan kesehatan mengenai senam hipertensi. Senam anti hipertensi merupakan olah raga yang salah satunya bertujuan untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen kedalam otot-otot dan rangka yang aktif khususnya terhadap otot jantung (Anwari,dkk 2018).

Implementasi yang kedua mengajarkan gerakan-gerakan senam hipertensi yang dapat mengontrol tekanan darah yang tinggi dengan melakukan aktivitas yang dapat dilakukan diwaktu luang. Pada seseorang yang belum menderita penyakit hipertensi langkah ini merupakan upaya yang dapat bersifat pencegahan bagi lansia. Senam lansia adalah serangkaian gerakan, nada yang teratur, terarah serta terencana dalam bentuk latihan fisik yang berpengaruh terhadap latihan fisik lansia (Nur Ichsanna, 2017).

Senam hipertensi adalah bagian dari usaha untuk mengurangi berat badan dan mengelola stress yang merupakan dua faktor yang mempertinggi resiko hipertensi (Vitahealth, 2004 dalam Safitri & Puji Astuti, 2017).

Implementasi hari ketiga yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang komplikasi dan penatalaksanaan pada hipertensi. Pengetahuan kesehatan memiliki pengaruh terhadap perilaku sebagai hasil jangka menengah (*intermediate impact*) dari pendidikan kesehatan. Kemudian perilaku kesehatan akan memiliki pengaruh terhadap

meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran (*outcome*) pendidikan kesehatan. Salah satu contoh pengetahuan tentang kesehatan yaitu tentang hipertensi (Notoadmojo, 2012 dalam Rika Novia, Zaimy, dkk 2019).

### Evaluasi

Berdasarkan tindakan keperawatan yang telah dilakukan oleh penulis, didapatkan hasil bahwa kesiapan peningkatan manajemen kesehatan pada Tn. S mengalami peningkatan pemahaman sesuai tahap perkembangan pengetahuan, melakukan tindakan fisik senam hipertensi dan mengetahui komplikasi serta penatalaksanaan hipertensi

### DAFTAR PUSTAKA

- Anwari, Misbakhul,. dkk. (2018). *Pengaruh Senam Anti Hipertensi Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Di Desa Kemuning Sari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember* . The Indonesia Journal Of Health Science. ISSN 2476-9614. Hal 160-164.  
<http://jurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/TIJHS/article/viewFile/1541/1275>. Diakses pada tanggal 5 february 2020.
- Dinkes Jateng. (2019). *Profil Jateng*. Diakses melalui [https://dinkesjatengprov.go.id/v2/018/storage/2020/03/1\\_Buku-Saku-Kes-Th2019\\_FINAL.pdf](https://dinkesjatengprov.go.id/v2/018/storage/2020/03/1_Buku-Saku-Kes-Th2019_FINAL.pdf) pada tanggal 11 juni 2020.
- Dinkes Kabupaten semarang (2018). *Profil Kabupaten Semarang*. <https://dkk.semarangkab.go.id/profil-kesehatan/> diakses pada tanggal 5 february 2020.
- Friedman. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga Edisi : 5*. Jakarta : EGC

- Kemenkes. (2019). *Hari Hipertensi Dunia 2019 : "Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK."*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik>. Diakses tanggal 6 februari 2020.
- Nur Ichsanna. (2017). *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kebugaran Lanjut Usia Di Posyandu Lanjut Usia Tegalsari Dan Posyandu Lanjut Usia Lodalang Siswodipuran Boyolali*. <http://eprints.ums.ac.id/49740/naspub%202.pdf>. Diakses pada tanggal 25 februari 2020.
- Rika Novia, Zaimy dkk. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penatalaksanaan Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun Debai*. *Jurnal Abdimas Santika* Vol. 1 No. 1 hal 115-123. <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/abdimas/article/view/481/271> diakses tanggal 5 februari 2020.
- Safitri,W & Puji Astuti,H. (2017). *Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Desa Blembem Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo*. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. Vol. 8 No. 2 hal 129-134. <http://jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/view/230/221>. Diakses pada tanggal 5 februari 2020.
- Tarigan., dkk (2018). *Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu*. *Jurnal Kesehatan* Vol 11 No 1 Tahun 2018. <http://journal.uin-alauddin.ac.id>. diakses pada tanggal 28 januari 2020
- Ulya ,Z,. Iskandar A., & Tri Asih F. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media poster Terhadap Pengetahuan Manajemen Hipertensi Pada Hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, Vol. 12, No. hal 138-46. Diakses melalui <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/715/403>. Diakses pada tanggal 4 februari 2020.
- Yulianti, Tutik & Zakiyah, Erna (2016). *Tugas Kesehatan Keluarga Sebagai Upaya Mmperbaiki Status Kesehatan Dan Kemandirian Lanjut Usia*. *Jurnal Profesi* Vol. 14 No. 1 Hal 49-55. Diakses melalui [https://www.researchgate.net/publication/318952856\\_TUGAS\\_KESEHATAN\\_KELUARGA\\_SEBAGAI\\_UPAYA\\_MEMPERBAIKI\\_STATUS\\_KESEHATAN\\_DAN\\_KEMANDIRIAN\\_LANJUT\\_USIA](https://www.researchgate.net/publication/318952856_TUGAS_KESEHATAN_KELUARGA_SEBAGAI_UPAYA_MEMPERBAIKI_STATUS_KESEHATAN_DAN_KEMANDIRIAN_LANJUT_USIA). Pada tanggal 4 Juni 2020.
- Zaenurohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). *Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia*. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Volume 5 Nomor 2, Mei 2017, hlm. 174-184. Diakses melalui <http://e-journal.unair.ac.id> tanggal 28 januari 2020.