

Digital Repository Universitas Jember

JOURNAL

The Indonesian Journal of Health Science

SEMINAR NASIONAL KEPERAWATAN “APLIKASI TERAPI KOMPLEMENTER DAN ALTERNATIF DALAM KEPERAWATAN KOMUNITAS”

Gedung Ahmad Zainuri
Universitas Muhammadiyah Jember

Sabtu, 14 Juli 2018

Diterbitkan Oleh:

Universitas Muhammadiyah Jember
didukung:



Edisi Khusus

HAL 1-204

JEMBER
September 2018

P-ISSN
2087-5053

E-ISSN
2476-9614

DAFTAR ISI

1. Daftar Isi	ii
2. Sambutan Ketua Panitia	iii
3. Kepanitiaan	v
4. Materi pembicara	vii
5. Susunan acara	xlvii
6. Daftar artikel	xlvii
7. Tim Publikasi Jurnal	205



Sambutan Ketua Panitia

Perkembangan penggunaan terapi komplementer dan alternatif oleh masyarakat di Indonesia mengalami peningkatan. Terapi komplementer dan alternatif berdasarkan hasil Riskesdas Tahun 2013 menunjukkan proporsi rumah tangga yang memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional adalah 30,4% dengan jenis pelayanan yang paling banyak digunakan adalah keterampilan tanpa alat sebesar 77,8% dan ramuan sebesar 49%. Kondisi ini menggambarkan bahwa pelayanan kesehatan tradisional mempunyai potensi yang cukup besar untuk dikembangkan dan perlu mendapat perhatian yang serius dari sistem pelayanan kesehatan untuk mewujudkan tujuan pembangunan kesehatan nasional.

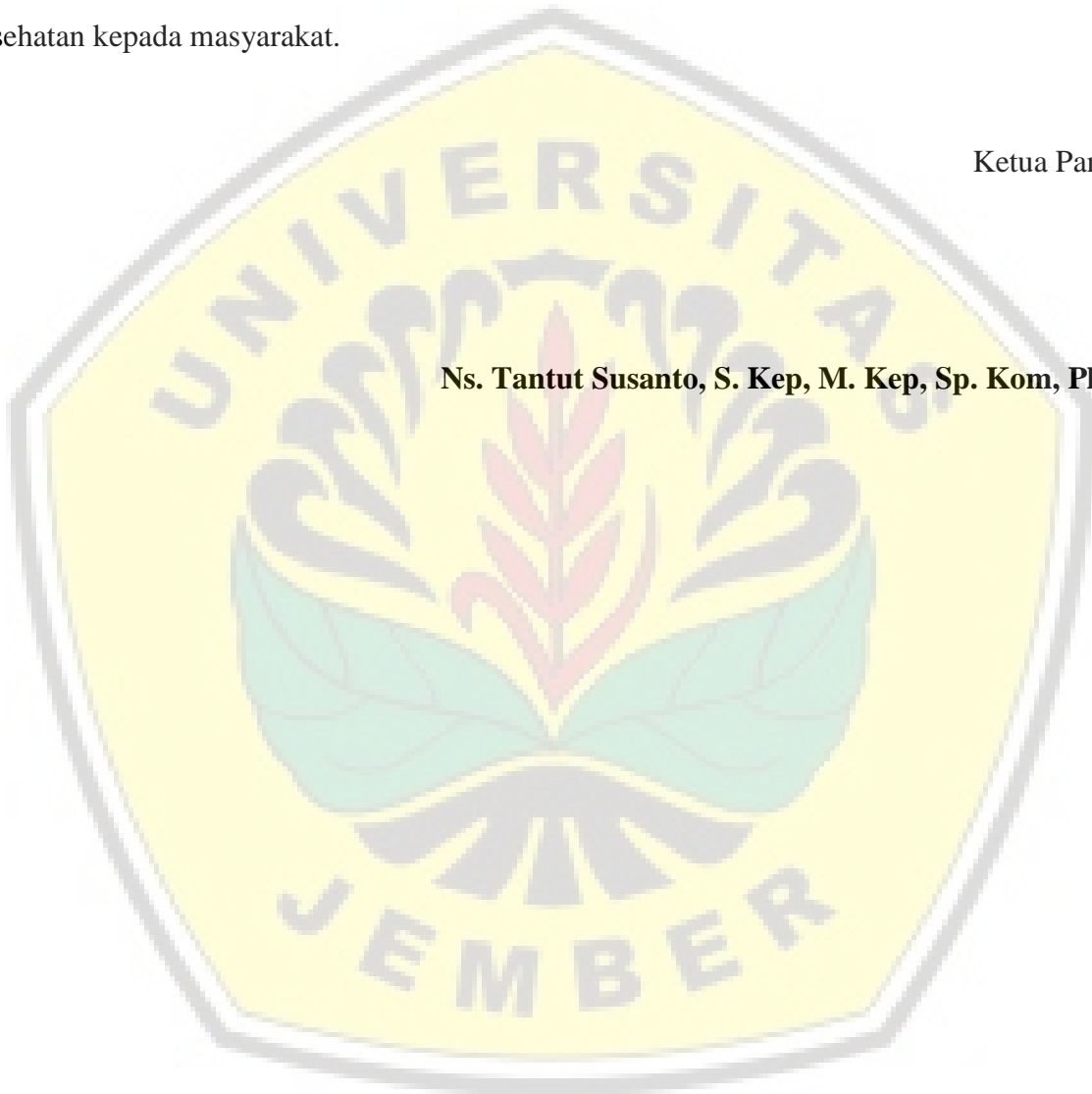
Undang-Undang Nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan pada pasal 48 menyatakan bahwa salah satu dari 17 upaya kesehatan komprehensif adalah Pelayanan Kesehatan Tradisional. Sementara itu, Peraturan Pemerintah Nomor 103 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional mengatur tentang penyelenggaraan pelayanan kesehatan tradisional. Berdasarkan kedua hal tersebut, maka penggunaan pelayanan kesehatan tradisional dalam hal ini terapi komplementer dan alternatif dapat dilakukan di Indonesia sebagai bagian dari upaya pelayanan kesehatan bagi masyarakat.

Keperawatan sebagai bagian dari pelayanan kesehatan dapat menggunakan terapi komplementer dan alternatif sebagai salah satu tindakan dalam pemberian asuhan keperawatan. UU Nomor 38 Tahun 2014 tentang Keperawatan terutama Pasal 30 Ayat 2 sub ayat menyebutkan “Dalam menjalankan tugas sebagai pemberi Asuhan Keperawatan di bidang upaya kesehatan masyarakat, Perawat berwenang melakukan penatalaksanaan Keperawatan komplementer dan alternatif”. Hal ini perlu direspon oleh perawat komunitas dalam menjalankan perawatan kesehatan masyarakat (Perkesmas) untuk menggunakan terapi komplementer dan alternatif dalam memberikan pelayanan pada masyarakat, baik pada kunjungan rumah, asuhan keperawatan pada kelompok khusus, maupun asuhan keperawatan pada masyarakat.

Berdasarkan ulasan tersebut diatas, maka Ikatan Perawat Kesehatan Komunitas Indonesia (IPKKI) Propinsi Jawa Timur sebagai kelengkapan organisasi Persatuan perawat Nasional Indonesia (PPNI) bermaksud mengadakan Seminar Nasional Keperawatan dengan judul “*Aplikasi* Terapi Komplementer dan Alternatif dalam Keperawatan Komunitas”. Kegiatan ini dilakukan dalam upaya mendukung Pencapaian Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga yang dilakukan oleh perawat komunitas melalui penggunaan terapi komplementer dan alternatif sebagai salah satu tindakan keperawatan dalam pelayanan kesehatan kepada masyarakat.

Ketua Panitia

Ns. Tantut Susanto, S. Kep, M. Kep, Sp. Kom, Ph.D.



SUSUNAN PANITIA

- Pelindung** : Ns. Awatiful Azza, M.Kep. Sp.Mat
(Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember)
Ns. Lantin Sulistyorini, S. Kep, M. Kes
(Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
Ns. Asrah Joyo Widono, S. Kep, M.Si.
(Ketua PPNI Kabupaten Jember)
- Penanggung Jawab** : DR. Ns. Siti Nur Kholifah, S. KM, M. Kep, Sp. Kom.
(Ketua IPKKI Provinsi Jawa Timur)
- Ketua Panitia** : Ns. Tantut Susanto, M. Kep, Sp. Kep. Kom, Ph. D
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
- Sekretaris I** : Ns. Rismawan Adi Yunanto, M. Kep
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
- Sekretaris II** : DR. Ns. Yessy Desi Arna, M. Kep, Sp. Kom
(Prodi D3 Keperawatan Poltekes Surabaya Kampus Sidoarjo)
- Bendahara I** : Ns. Latifa Aini S, M. Kep, Sp. Kom
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
- Bendahara II** : Ns. Minarti, M. Kep, Sp. Kom
(Prodi D3 Keperawatan Poltekes Surabaya Kampus Sutopo)

SIE ACARA

- Koordinator** : Hanny Rasni, S. Kp, M. Kep
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
- Anggota** : Ns. Sofia Rhosma Dewi, M. Kep
(FIKES Universitas Muhammadiyah Jember)
Ns. Elida Ulfiana, M. Kep
(Fakultas keperawatan Universitas Airlangga)
Ns. Dian Satya Rahmawati, M. Kep.
(STIKES Hang Tuah Surabaya)

SIE PUBLIKASI, DEKORASI, DAN DOKUMENTASI

- Koordinator** : Ns. Kholid Rosyidi MN, MNS
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
- Anggota** : DR. Makfudli, M. Ked. Trop
(Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga)

SIE KESEKRETARIATAN

- Koordinator** : Ns. Trisna Vitalianti, M. Kep

(STIKES dr. Subandi Jember)
Anggota : Ns. Primasari Mahardika, M. Kep.
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang)
Ns. Suhartatik, S.Kep, M. Kes.
(Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Timur)
DR. Joni Haryanto, S. Kp., M. Si.
(Fakultas keperawatan Universitas Airlangga)

SIE HUMAS

Koordinator : Ns. Kushariyadi, M. Kep.
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember)
Anggota : Ns. R. Endro Sulistyono, M. Kep
(Fakultas Keperawatan Universitas Jember Kampus Lumajang)
Ns. Syahroni Bachtiar, S. Kep
(Dinas Kesehatan Kabupaten Jember)

SIE KONSUMSI

Koordinator : Ns. Susi Wahyuning Asih. M. Kep
(FIKES Universitas Muhammadiyah Jember)
Anggota : Ns. Destia Widyarani, M.Kes
(AKPER Universitas Bondowoso)

SIE PERLENGKAPAN

Koordinator : Ns. Feri Eka Prasetya, M. Kep
(STIKES dr. Subandi Jember)
Anggota : Ns. Yoga, M. Kep, Sp. Kep. Kom
(STIKES Hang Tuah Surabaya)
Ns. Turwantoko, S. Kep
(Dinas Kesehatan Kabupaten Jember)

SUSUNAN ACARA

Waktu	Kegiatan
06.30-07.30 07.00-07.30	Registrasi peserta Penampilan video sponsorship MC: Rismawan dan Bu Destia
07.30-07.35	Penanyangan video
08.00-09.10 08.00-08.10 08.10-08.20 08.20-08.35 08.35-08.40 08.40-08.45 08.45-08.55 08.55-09.05	Pembukaan Prosesi Kebo Giro - Tari selamat datang - Lagu Indonesia Raya - Mars PPNI - Pelantikan Pengurus Baru IPKKI - Sambutan Ketua IPKKI - Sambutan Ketua PPNI Kab. Jember - Sambutan Dekan F. Kep / Rektor UNEJ sekaligus membuka acara - Doa
09.10 - 09.55 09.10 – 09.55 10.00 – 10.45	Acara Inti Pemateri I Ns. Riyanto, M. Kes, Sp. Kom “Kebijakan Pemerintah terkait terapi komplementer dalam praktik keperawatan profesional” Pemateri II Ns. Tantut Susanto, M.Kep., Sp.Kep.Kom., Ph.D “Pekembangan terapi komplementer dan alternatif dalam keperawatan: Studi Evidance Based Practice di Jepang” Moderator: Ns. Primasari Mahardika, M. Kep
10.50-11.30	Diskusi
11.30 -11.45	Penyerahan plakat dan sertifikat Pemateri I dan II
11.45 – 12.00	Doorprise
12.00 – 12.30	ISHOMA
12.30 - 13.45	Pemateri III Ns. Widyatuti, M.Kes., Sp.Kom (Doktor Keperawatan Candidate) “Konsep dan dasar pemberian terapi komplementer dan alternatif dalam keperawatan di Indonesia” (Akupuntur dan Akupresur) Moderator: Hanny Rasni, S. Kp, M. Kep
13.45-14.30	Diskusi
14.30-14.45	Penyerahan plakat dan sertifikat pemateri II
15.00-17.00	Oral Presentation 1. Ns. Kholid Rosyidi MN, MNS. 2. Ns. Susi Wahyuning Asih, M. Kep 3. Ns. R. Endro Sulistyono, M. Kep

DAFTAR ARTIKEL

Pengaruh Hidroterapi Kaki Terhadap Penurunan Skor Insomnia Pada Lanjut Usia Di Panti Werdha Muhammadiyah Kota Probolinggo.	1-6
Identifikasi Masalah Kesehatan Penduduk Rukun Wilayah 01 Kelurahan Abepantai Abepura Kota Jayapura.	7-27
Studi Komparasi Terapi Komplementer Yoga Dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok Terhadap Kemampuan Mengendalikan Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Khusus Provinsi Sulawesi Selatan.	28-34
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode <i>Stratagem</i> Dengan Media <i>Audiovisual</i> Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja.	35-44
Pemanfaatan Limbah Kelapa Sawit Sebagai Pewarna Alami Kain Batik Dengan Fiksasi.	45-54
Profil Kesehatan Spiritual Tenaga Pendidik Akper Pemkab Lumajang.	55-65
Pengaruh Bekam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Klien Dengan <i>Trapezius Myalgia</i> Pada Pekerja Angkut Di Kecamatan Jelbuk Jember.	66-76
Pengaruh Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Lansia.	77-83
Pengaruh Sosialisasi Pemilahan Sampah Organik Dan Non Organik Serta Manajemen Sampah Terhadap Penurunan Volume Sampah Di Dusun Krajan Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	84-87
Kemampuan Perawat Dalam Penatalaksanaan Abc (<i>Airway, Breathing, Circulation</i>) Terhadap Keberhasilan Penanganan Kegawatdaruratan Maternitas Di ICU.	88-93
Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Pstw Jember.	94-101
Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga Dalam Meningkatkan Keterampilan Keluarga Untuk Menstimulasi Tumbuh Kembang Balita Usia 2-5 Tahun.	102-108
Efek (<i>Fcemnc</i>) <i>Family Center Empowerment Modelion Nutrition Children</i> Terhadap Peningkatan Status Gizi Balita Di Desa Serut Kecamatan Panti.	109-113
Pengaruh Terapi Keluarga Terhadap Dukungan Keluarga Dalam Merawat Klien Dengan Masalah Diabetes Millitus.	114-122
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Program Latihan Terpadu Terhadap Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi Di Dusun Karangnom Desa Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	123-130

Pengaruh Kasimazi (Kelas Modifikasi Makanan Bergizi) Terhadap Perilaku Ibu Memberikan Nutrisi Kepada Balita.	131-136
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	137-140
Efek Pemberdayaan Keluarga Terhadap Peningkatkan Koping Keluarga Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Dusun Karangasem Dan Dusun Krajan Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	141-144
Pengaruh Kelas Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Antenatal Care Pada Ibu Hamil Dengan Menggunakan Pendekatan Model Community As Partner Di Dusun Karangasem Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	145-149
Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	150-154
Latihan Gerak Mata Untuk Kesehatan Mata: Studi Kasus Pada Keluarga Binaan Di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	155-159
Pengaruh Senam Anti Hipertensi Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	160-164
Pemberian Senam Antihipertensi Sebagai Upaya Menstabilkan Tekanan Darah: Studi Kasus Pada Keluarga Binaan Di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember.	165-168
Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wisma Seruni Upt Pslu Jember.	169-173
Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Fungsi Kognitif Lansia Di Upt Pstw Bondowoso.	174-178
Upaya Penanganan Non Farmakologis Kecemasan Pada Persalinan.	179-182
Pengisian Pembuluh Darah Kapiler Pada Pasien Diabetic Foot Ulcer.	183-187
Efektifitas <i>Progressive Muscle Relaxation</i> (Pmr) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	188-193
Gambaran Pelaksanaan Tugas Kesehatan Keluarga Pada Keluarga Yang Memiliki Lansia Hipertensi Di Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember	194-204

**PEMBERIAN SENAM ANTIHIPERTENSI SEBAGAI UPAYA MENSTABILKAN
TEKANAN DARAH: STUDI KASUS PADA KELUARGA BINAAN DI DESA
KEMUNINGSARI LOR KECAMATAN PANTI KABUPATEN JEMBER**

Misbakhul Anwari¹, Rita Vidyawati², Ropickhotus Salamah³, Mashila Refani⁴,
Nur Winingsih⁵, Dwi Yoga⁶, Rizka Inna⁷, Tantut Susanto^{8*}

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Fakultas Keperawatan, Universitas Jember

Jl. Kalimantan No. 37 Kampus Tegal Boto Jember Telp./Fax. (0331) 323450

*e-mail: tantut_s.psik@unej.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang terjadi pada sistem kardiovaskuler dan memiliki angka mortalitas dan morbiditas yang tinggi. menurut WHO pada tahun 2020 Penyakit Tidak Menular (PTM) akan menyebabkan kematian sebesar 73% dan seluruh kesakitan di dunia sebesar 60% (WHO, 2013). Hipertensi dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Pola perilaku perlu untuk diperhatikan bagi seseorang yang mengalami hipertensi. Pola perilaku seperti pengaturan pola makan, kebiasaan tidur, dan teratur untuk berolahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola perilaku terhadap kestabilan tekanan darah pasien hipertensi. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien kelolaan keperawatan keluarga yaitu Ny. Y yang mengalami hipertensi yang berada di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember. Teknik pengambilan sampel dari penelitian ini berdasarkan pasien kelolaan dalam mata kuliah keperawatan keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola perilaku mempengaruhi kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata kunci: Senam antihipertensi, Tekanan Darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang serius baik di Indonesia maupun di Dunia. Hipertensi disebut sebagai silent killer atau pembunuh diam-diam, karena penderita hipertensi sering tidak menampakkan gejala. Salah satu tanda penyakit hipertensi adalah terjadinya peningkatan tekanan darah.

Prevalensi hipertensi di dunia diperkirakan sebesar 1 milyar jiwa dan hampir 7,1 juta kematian setiap tahunnya akibat hipertensi, atau sekitar 13% dari total kematian (Gusmira, 2012). Prevalensi di Indonesia dengan umur diatas 25 tahun adalah sebesar 8,3% dengan jumlah prevalensi laki-laki sebesar 12,2% dan perempuan 15,5%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Depkes (Riskesdes) 2013, sekitar 76% kejadian hipertensi di masyarakat belum

terdiagnosis. Hal ini didapat dari pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,7% (Depkes RI, 2013). Dilihat dari sudut pandang epidemiologi, seseorang yang menderita hipertensi diperkirakan karena beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, genetik, obesitas, merokok, kurang aktivitas fisik, stress, dan asupan natrium berlebih (Babatsikou, 2010).

Fenomena hipertensi di Indonesia sebesar 9,3% yang terdiagnosa tenaga kesehatan atau sedang minum obat 9,4% (Trihono, 2013) menunjukkan bahwa pasien hipertensi masih banyak menggunakan pengobatan dengan menggunakan pengobatan dengan cara terapi farmakologi. Selain terapi farmakologi, terapi nonfarmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah adalah senam antihipertensi.

Olahraga seperti senam antihipertensi mampu mendorong jantung bekerja secara optimal, dimana olahraga mampu meningkatkan kebutuhan energi oleh sel, jaringan dan organ tubuh, dimana akibatnya dapat meningkatkan aliran balik vena sehingga menyebabkan volume sekuncup yang akan langsung meningkatkan curah jantung sehingga menyebabkan tekanan darah arteri meningkat, setelah tekanan darah arteri meningkat maka dapat memberikan dampak pada penurunan aktivitas pernafasan dan otot rangka yang menyebabkan saraf simpatis menurun, setelah itu akan menyebabkan kecepatan denyut jantung menurun, volume sekuncup menurun, vasodilatasi arteriol vena, karena penurunan ini mengakibatkan penurunan curah jantung dan penurunan resistensi perifer total, sehingga terjadinya penurunan tekanan darah (Sherwood, 2005).

Senam antihipertensi merupakan olahraga yang salah satu bertujuan untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen kedalam otot-otot jantung dan rangka yang aktif khususnya terhadap otot jantung. Menurut Mahardani (2010) mengatakan bahwa dengan senam atau berolah raga kebutuhan oksigen dalam sel akan meningkat untuk proses pembentukan energi, sehingga terjadi peningkatan denyut jantung, menyebabkan terjadinya curah jantung dan isi sekuncup bertambah. Hal ini menyebabkan tekanan darah meningkat. Setelah beristirahat pembuluh darah akan berdilatasi atau meregang, dan aliran darah akan turun sementara waktu, sekitar 30-120 menit kemudian akan kembali pada tekanan darah sebelum senam. Jika melakukan olahraga rutin dan terus menerus, maka penurunan tekanan darah akan berlangsung lebih lama dan pembuluh darah akan lebih elastis. Mekanisme penurunan tekanan darah setelah berolahraga adalah karena olahraga dapat merilekskan pembuluh darah sehingga tekanan darah akan menurun.

Berdasarkan hasil pengkajian mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Jember pada tanggal 11 Mei di RW 5 – 8 Desa kemuningsari Lor berdasarkan sampel 101 KK didapatkan hasil distribusi penyakit sebanyak 14 (13,9%) KK dengan hipertensi. Pengkajian 28 Mei 2018 terhadap Ny. Y diketahui bahwa saat ini klien mengatakan darahnya sering naik turun tidak stabil. Ketika darahnya naik pasien akan mengalami sakit kepala bagian belakang dan mengatakan sulit tidur. Klien mengatakan ketika darah tinggi akan tidur dan jika sudah tidak tahan dengan sakitnya baru memeriksakan kondisinya ke pelayanan kesehatan. Sehari-hari klien adalah seorang ibu rumah tangga yang sebagian besar waktunya dihabiskan untuk berada di rumah. Banyak waktu yang dihabiskan untuk bersantai selama di rumah. Keluarga Ny. Y merupakan keluarga yang saling peduli dengan anggota keluarganya. Keluarga selalu berada di sisi Ny. Y dalam keadaan apapun. Ketika Ny. Y sakit, maka akan dibawa ke pelayanan kesehatan terdekat. Berdasarkan analisa situasi dan kondisi maka Mahasiswa Program Profesi Ners Universitas Jember telah melatih keluarga dan Ny. Y untuk melakukan senam antihipertensi.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif pada keluarga kelolaan yaitu Ny. Y yang mengalami hipertensi, sebelum dilakukan intervensi peneliti melakukan penilaian pretest dan akan melakukan posttest setelah akhir intervensi pada keluarga kelolaan selama 14 pertemuan. Senam hipertensi merupakan aktifitas fisik yang dilakukan berupa gerakan senam khusus penderita hipertensi yang dilakukan selama 30 menit dengan tahapan 5 menit latihan pemanasan, 20 menit gerakan peralihan dan 5 menit gerakan pendinginan dengan frekuensi 2 kali dalam satu minggu. senam ini

bertujuan untuk melancarkan peredaran darah dan meregangkan otot kaku pada klien yang mengalami hipertensi. Pengumpulan data menggunakan Sphygmomanometer terkalibrasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	1	100
Umur		
43 tahun	1	100

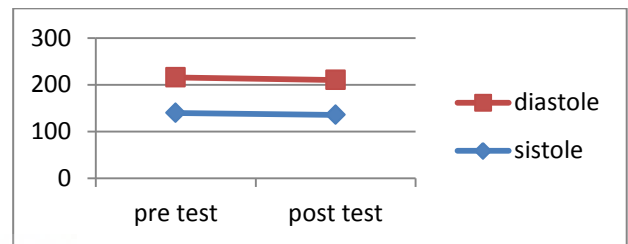
Tekanan Darah Klien

Table 2. Tekanan Darah Klien

Nilai Statistik	Pre test		Post test	
	Sisto l	Dias tole	Sisto l	Dias tole
Pertemuan 1	150	70	150	60
Pertemuan 2	140	80	130	80
Pertemuan 3	150	80	140	70
Pertemuan 4	140	70	130	70
Pertemuan 5	140	90	140	90
Pertemuan 6	130	70	130	80
Pertemuan 7	140	70	130	70
Pertemuan 8	140	80	140	70
Pertemuan 9	150	70	140	70
Pertemuan 10	140	80	140	70
Pertemuan 11	140	80	140	80
Pertemuan 12	130	70	130	80
Pertemuan 13	140	70	130	80
Pertemuan 14	130	80	130	70
Rata-rata	140	75,7	135,8	74,3

Nilai tendensi statistik tekanan darah klien pada awal (pre test) diperoleh rata-rata tekanan darah sistol sebesar 140 mmHg, dan tekanan darah diastol 75,5 mmHg. Selanjutnya nilai tendensi statistik tekanan darah klien setelah intervensi (post test) diperoleh rata-rata tekanan darah sistol sebesar 135,8 mmHg dan tekanan darah diastole sebesar 74,3 mmHg.

Penurunan rata-rata tekanan darah sistol dan diastole pretest ke post test klien ditampilkan pada Grafik 1.



Gambar 1. Grafik Penurunan Rata-rata Tekanan Darah

Nilai rata-rata tekanan darah sistol pre test (140) lebih tinggi dibandingkan rata-rata tekanan darah sistol post test (135,8) sehingga disimpulkan pemberian intervensi senam hipertensi berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistole klien. Nilai rata-rata tekanan darah diastole pre test (75,7) lebih tinggi dibandingkan rata-rata tekanan darah diastole post test (74,3) sehingga disimpulkan pemberian intervensi senam hipertensi berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah diastole klien.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa klien tekanan darah klien sebelum pemberian intervensi dengan rata-rata nilai pre test sistole 140 mmHg termasuk dalam klasifikasi stadium 1 dan diastole rata-rata 75,5 termasuk dalam klasifikasi normal. Tekanan darah klien setelah pemberian intervensi senam antihipertensi memiliki nilai rata-rata sistol sebesar 135,8 termasuk dalam klasifikasi prehipertensi dan nilai rata-rata diastole sebesar 74,3 termasuk dalam klasifikasi normal. Terdapat pengaruh senam antihipertensi terhadap tekanan darah klien di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember.

KEPUSTAKAAN

Departemen Kesehatan Republik Indonesia., 2013, Profil Kesehatan

- Indonesia 2013, Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Gusmira, S., 2012, Evaluasi Penggunaan Antihipertensi Konvensional dan Kombinasi Konvensional Bahan Alam pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Wilayah Depok, Makara, Kesehatan, Vol. 16, NO. 2. 77-83.
- Kemenkes RI, 2013, Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan, Kemenkes RI, Jakarta.
- Komnas Lansia., 2010, Profil Penduduk Lanjut Usia 2009, Jakarta.
- Mahardani, N.M.A.F., 2010, Pengaruh Senam Jantung Sehat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di klub Jantung Sehat Klinik Kardiovaskuler Rumah Sakit Hospital Cinere tahun 2010.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)., 2013, Kementerian Kesehatan RI, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Sherwood, L., 2005, Fisiologi kedokteran:dari Sel ke Sistem, EGC, Jakarta.

