

ABSTRAK

Masalah pada Keluarga Ny. M adalah Ny. M yang memiliki riwayat menderita penyakit tekanan darah tinggi (hipertensi) tidak mengonsumsi obat untuk menurunkan tekanan darah tinggi didalam tubuhnya dan anggota keluarga tidak membawa Ny. M untuk mengontrol tekanan darah ke pelayanan kesehatan terdekat. Upaya penanganan yaitu melakukan senam lansia. Tujuan penelitian mengetahui penerapan senam lansia untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. M

Metode penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan menggunakan studi kasus penerapan senam lansia yang diberikan selama 1 minggu 3 kali studi kasus yang diterapkan pada satu klien yaitu Ny. M. Penelitian dilakukan di RT. 05 RW. 01 Kelurahan Kalirungkut Surabaya pada Tanggal 4 Juni 2018 sampai 16 Juni 2018. Instrumen menggunakan lembar pengkajian asuhan keperawatan keluarga dengan melakukan wawancara dan pemeriksaan fisik.

Hasil yang didapatkan setelah penerapan senam lansia pada klien yang dilakukan selama 2 minggu yaitu pada hari pertama belum menunjukkan penurunan, namun pada pertemuan ke tiga dan pertemuan berikutnya menurun secara bertahap.

Simpulan dari studi kasus ini penerapan senam lansia efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi serta ada peningkatan pengetahuan tentang pemeliharaan kesehatan pada keluarga Ny. M

Kata Kunci: Hipertensi, Senam lansia