

Penerapan Senam Anti Stroke Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia

Rifqi Hannafi, Dwi Fijianto

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekajangan Pekalongan

ABSTRAK

Lansia merupakan perkembangan tahap akhir pada kehidupan manusia. Biasanya lansia terjadi penurunan fungsi dari organ tubuh ataupun anatomik. Banyak penurunan fungsi yang terjadi pada lansia contohnya penurunan fungsi pendengaran, penglihatan, dan juga fungsi lainnya, masalah-masalah yang seringkali di jumpai pada lansia yaitu hipertensi, suatu keadaan dimana tekanan darah dipembuluh darah meningkat. Tujuan dari studi kasus ini untuk mencegah terjadinya stroke serta membugarkan dan menyegarkan tubuh terutama untuk lansia. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif yaitu dengan membandingkan asuhan keperawatan pada dua pasien lansia. Hasil studi kasus ini menunjukan bahwa kedua pasien setelah di lakukan tindakan senam anti stroke. mengenai penurunan tekanan darah. Simpulan dari studi kasus bahwa pemberian senam anti stroke dapat meningkatkan pengetahuan pasien. Saran dari penulis yaitu menyarankan bagi penderita hipertensi agar dapat memahami kondisi kesehatan sendiri dan lansia secara mandiri.

Kata kunci : Lansia, hipertensi, senam anti stroke.