

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI SENAM *TAI CHI* PADA KLIEN KELUARGA TN. A DAN NY. A DENGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DI KELURAHAN CIKOKO JAKARTA SELATAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Disusun Oleh :

MDANI SUMARNA

234291517081

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2025**

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI SENAM *TAI CHI* PADA KLIEN KELUARGA TN. A DAN NY. A DENGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DI KELURAHAN CIKOKO JAKARTA SELATAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Ners pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta



Disusun Oleh :

M DANI SUMARNA

234291517081

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI SENAM *TAI CHI* PADA KLIEN KELUARGA TN. A DAN NY. A DENGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DI KELURAHAN CIKOKO JAKARTA SELATAN

OLEH :

MDANI SUMARNA

214291517028

Telah dipertahankan di hadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Pada Tanggal 17 Januari 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep, Sp.Kep.Kom

Penguji 1 : Ns. Kristin Wahyu Indah Purwani, S.Kep

Penguji 2 : Ns. Tommy JF. Wowor, MM.M.Kep, Ph.D



Mengesahkan,



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

Halaman Persetujuan Sebelum Maju Sidang KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Senam *Tai Chi* Pada Klien Keluarga Tn. A dan Ny. A Dengan Hiperkolesterolemia di Kelurahan Cikoko Jakarta Selatan

Nama : M Dani Sumarna

NPM 234292517081



Halaman Persetujuan Setelah Maju Sidang KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Senam *Tai Chi* Pada Klien Keluarga Tn. A dan Ny. A Dengan Hiperkolesterolemia di Kelurahan Cikoko Jakarta Selatan

Nama : M Dani Sumarna, S.Kep

NPM 234292517081



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : M Dani Sumarna, S.Kep

NPM 214292517028

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Senam *Tai Chi* Pada Klien Keluarga Tn. A dan Ny. A Dengan Hiperkolesterolemia di Kelurahan Cikoko Jakarta Selatan

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah benar hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang di kutip maupun di rujuk telah saya nyatakan dengan benar.



Jakarta, 17 Desember 2024



(M Dani Sumarna, S.Kep)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa Karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan KIAN ini dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Senam *Tai Chi* Pada Klien Keluarga Tn. A dan Ny. A Dengan Hiperkolesterolemia di Kelurahan Cikoko Jakarta Selatan”

Dalam penulisan penelitian ini, penulis tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang senantiasa memberikan bantuan, baik berupa bimbingan, dukungan hingga tersusunnya KIAN ini. Oleh karena itu, dengan segala hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
2. Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Ns. Naziyah, M.Kep., CWCCA.
3. Sekretaris Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional dan selaku dosen pembimbing Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep, Sp.Kep.Kom yang telah memberi dorongan, saran, ilmu serta waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan KIAN.
4. Kedua orang tua serta adik yang sangat saya cintai yang telah memberikan doa, dukungan dan motivasi.
5. Pacar saya tercinta Devi Ramadhani, S.Kep yang selalu memberikan doa dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir KIAN ini.
6. Teman-teman seperjuangan profesi NERS angkatan 10.

Penulis berharap KIAN ini dapat bermanfaat bagi seluruh mahasiswa dan maupun pihak lain yang membacanya. Penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna di dunia ini, begitu pula dengan penulisan KIAN ini yang terdapat kekurangan. Akhir kata, penulis ucapkan terima kasih.

Jakarta, 17 Desember 2024



M Dani Sumarna, S.Kep

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI SENAM *TAI CHI* PADA KLIEN KELUARGA TN. A DAN NY. A DENGAN HIPERKOLESTEROLEMIA DI KELURAHAN CIKOKO JAKARTA SELATAN

M Dani Sumarna, Intan Asri Nurani

Latar Belakang : Hiperkolesterolemia merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan dengan meningkatnya kadar kolesterol dalam darah. Hiperkolesterolemia didefinisikan sebagai kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*) >200 mg/dL. Menurut WHO 2019 prevalensi hiperkolesterolemia 45% dan menurut Riskesdas 2023 prevalensi hiperkolesterolemia indonesia 28%. Intervensi yang bisa dilakukan oleh perawat adalah senam *Tai Chi*. Senam *Tai Chi* merupakan senam yang memadukan pernafasan, pikiran dan keseimbangan menjadi satu kesatuan.

Tujuan : Menganalisis asuhan keperawatan melalui senam *Tai Chi* pada klien Keluarga dengan hiperkolesterolemia di kelurahan Cikoko Jakarta Selatan.

Implementasi : Pada kedua klien dilakukan pada tanggal 05 – 08 Oktober 2024. Implementasi yang dilakukan yaitu senam *Tai Chi*.

Hasil : Berdasarkan intervensi yang dilakukan oleh peneliti yaitu senam *Tai Chi* yang dilakukan selama 1 kali *pre* dan *post* senam didapatkan hasil sebelum dilakukan senam *Tai Chi* pada Ny T 241 mg/dL dan Ny. A 230 mg/dL, setelah dilakukan intervensi dan beristirahat selama $\pm$ 30 menit dan kembali dilakukan pemeriksaan kadar nilai kolesterol Ny. T turun menjadi 215 mg/dL. Sedangkan nilai kadar kolesterol pada Ny. A juga turun menjadi 210 mg/dL.

Simpulan dan Saran : Senam *Tai Chi* efektif untuk menurunkan kadar kolesterol dan sebagai perawatan sederhana yang bisa dilakukan secara mandiri oleh keluarga.

Kata Kunci : Hiperkolesterolemia, Senam *Tai Chi*
Kepustakaan : 2017- 2023

ABSTRACT

ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH TAI CHI GYMNASTICS IN MR. FAMILY CLIENTS. A AND MRS. A WITH HYPERCHOLESTEROLEMIA IN CIKOKO VILLAGE, SOUTH JAKARTA

M Dani Sumarna, Intan Asri Nurani

Background : Hypercholesterolemia is a metabolic disease characterized by increased cholesterol levels in the blood. Hypercholesterolemia is defined as LDL (Low Density Lipoprotein) cholesterol >200 mg/dL. According to WHO 2019 the prevalence of hypercholesterolemia is 45% and according to Riskesdas 2023 the prevalence of hypercholesterolemia in Indonesia is 28%. The intervention that can be done by nurses is Tai Chi gymnastics. Tai Chi Gymnastics is a gymnastics that combines breathing, mind and balance into one..

Aim : Analyzing nursing care through Tai Chi gymnastics in a family client with hypercholesterolemia in Cikoko village, South Jakarta.

Implementation : For both clients, it will be carried out on October 5 – 10, 2024. The implementation carried out is Tai Chi gymnastics.

Result : Based on the intervention carried out by the researcher, namely Tai Chi gymnastics, which was carried out for 1 time pre and post gymnastics, the results were obtained before Tai Chi gymnastics at Mrs. T 241 mg/dL and Mrs. A 230 mg/dL, after the intervention and resting for $\pm$ 30 minutes and again checking the cholesterol level of Mrs. T dropped to 215 mg/dL. Meanwhile, the value of cholesterol levels in Mrs. A also dropped to 210 mg/dL.

Conclusion and recommendation : Tai Chi gymnastics is effective in lowering cholesterol levels and as a simple treatment that can be done independently by families.

Keywords : Hypercholesterolemia, Tai Chi Gymnastics

Literature : 2017-2023.

DAFTAR ISI

LEMBAR SAMPUL.....	i
LEMBAR JUDUL	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	ivi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penulisan.....	5
1.3.3 Manfaat Keilmuan	5
1.3.4 Manfaat Aplikatif.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Medis	6
2.1.1 Pengertian Hiperkolesterolemia.....	6
2.1.2 Etiologi.....	7
2.1.3 Patofisiologi	8
2.1.4 Manifestasi Klinis.....	9
2.1.5 Klasifikasi	10
2.1.6 Pemeriksaan Penunjang	11

2.1.7 Penatalaksanaan	11
2.1.8 Komplikasi.....	12
2.2 Konsep Dasar <i>Tai Chi</i>	13
2.2.1 Definisi.....	13
2.2.3 Manfaat Senam <i>Tai Chi</i>	13
2.2.4 Kontra dan Indikasi Senam <i>Tai Chi</i>	13
2.2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Senam <i>Tai Chi</i>	14
2.2.6 Komponen Utama Senam <i>Tai Chi</i>	14
2.2.7 Teknik Senam <i>Tai Chi</i>	15
2.3 Asuhan Keperawatan Berdasarkan Teori.....	17
2.3.1 Pengkajian.....	17
2.3.2 Diagnosa Keperawatan	20
2.3.3 Perencanaan	23
2.3.4 Implementasi Keperawatan.....	26
2.3.5 Evaluasi Keperawatan.....	28
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN KELUARGA	
3.1 Asuhan Keperawatan Keluarga 1	29
3.1.1 Pengkajian.....	29
3.1.2 Analisa Data dan Diagnosa Keperawatan.....	31
3.1.3 Rencana Keperawatan/Intervensi.....	34
3.1.4 Implementasi.....	36
3.1.5 Evaluasi.....	37
3.2 Asuhan Keperawatan Keluarga 2.....	38
3.2.1 Pengkajian.....	38
3.2.2 Analisa Data dan Diagnosa Keperawatan.....	39
3.2.3 Rencana Keperawatan/Intervensi.....	42
3.2.4 Implementasi.....	44
3.2.5 Evaluasi.....	45
BAB IV PEMBAHASAN	
4.1 Analisa Masalah Keperawatan.....	47
4.2 Analisa Intervensi Dalam Mengatasi Masalah Keperawatan.....	48
4.3 Alternatif Pemecahan Masalah	50

BAB IV PEMBAHASAN

5.1 Simpulan	52
5.2 Saran	53
5.2.1 Bagi Keilmuan	53
5.2.2 Bagi Aplikatif	53
DAFTAR PUSTAKA	54



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Skala Untuk Menentukan Prioritas Masalah.....	21
---	----



DAFTAR SINGKATAN

LDL	: <i>Low Density</i> Lipoprotein
VLDL	: <i>Very Low Density</i> Lipoprotein
HDL	: <i>High Density</i> Lipoprotein
WHO	: <i>World Health Association</i>
Riskedas	: Riset Kesehatan Dasar
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Penulis	57
Lampiran 2 Lembar Konsultasi/Bimbingan KIAN	58
Lampiran 3 Pathway.....	59
Lampiran 4 <i>Gerakan Senam Tai Chi</i>	60
Lampiran 5 Laporan Asuhan Keperawatan Keluarga 1	62
Lampiran 6 Laporan Asuhan Keperawatan Keluarga 2	87
Lampiran 7 Tabel Perbandingan Kadar Kolesterol Kedua Keluarga	112
Lampiran 8 Surat Izin Studi Kasus.....	113
Lampiran 9 Surat Balasan	115
Lampiran 10 Dokumentasi	116

