



**KARYA ILMIAH AKHIR**  
**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA HIPERTENSI DENGAN**  
***ANKLE EXERCISE* DI DESA KEMUNINGSARI LOR KECAMATAN**  
**PANTI KABUPATEN JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Profesi “Ners”

Oleh:  
**Fikhih Wahyu Islamy**  
**2501031034**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**  
**2026**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA HIPERTENSI DENGAN  
*ANKLE EXERCISE* DI DESA KEMUNINGSARI LOR KECAMATAN  
PANTI KABUPATEN JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Program Profesi “Ners”

Oleh:

**Fikhih Wahyu Islamy**  
**NIM : 2501031034**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2026**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. 0331-336728 Fax. 0331-337957

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> E-mail: [fikes@unmuhjember.ac.id](mailto:fikes@unmuhjember.ac.id)



## SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fikhih Wahyu Islamy  
NIM : 2501031034  
Tempat, tanggal lahir : Lumajang, 10 April 2003  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Alamat : Perum Dawuhan Indah Blok A3, Sukodono, Lumajang  
Jurusan/Program Studi : Profesi Ners  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir, dengan Judul di bawah ini :

Implementasi Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan *Ankle Exercise* Di Desa Kemuningsari Lor  
Kecamatan Panti Kabupaten Jember

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 24 - Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,



( Fikhih Wahyu Islamy )  
NIM. 2501031034

## HALAMAN PERSETUJUAN

### **IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA HIPERTENSI DENGAN *ANKLE EXERCISE* DI DESA KEMUNINGSARI LOR KECAMATAN PANTI KABUPATEN JEMBER**

Fikhih Wahyu Islamy  
NIM : 2501031034

KIA ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji ujian Karya Tulis Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 2026  
Pembimbing

Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., M.Kes.  
NPK : 1986051711503614

## LEMBAR PENGUJI

Dewan Penguji Seminar KIA Pada Program Studi Profesi Ners

Fakultas Ilmu kesehatan

Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, .....2026

Penguji I

Dr. Susi Wahyuning Asih, S.Kep.,Ns., M.Kep.

NPK : 1975092010804491

Penguji II

Ns. Ayesie Natasa Zulka, S.Kep., M.Kep.

NPK : 19940206123091040

Penguji III

Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., M.Kes.

NPK : 1986051711503614

## LEMBAR PENGESAHAN

### IMPLEMENTASI KEPERAWATAN KELUARGA HIPERTENSI DENGAN *ANKLE EXERCISE* DI DESA KEMUNINGSARI LOR KECAMATAN PANTI KABUPATEN JEMBER

Fikhih Wahyu Islamy  
NIM : 2501031034

Dewan Penguji Ujian Seminar KIA pada Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, .....2026

Penguji,

1. Ketua : Dr. Susi Wahyuning Asih, S.Kep.,Ns., M.Kep.  
NPK : 1975092010804491
2. Penguji I : Ns. Ayesie Natasa Zulka, S.Kep., M.Kep.  
NPK : 19940206123091040
3. Penguji II : Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., M.Kes.  
NPK : 1986051711503614

(.....)  
(.....)  
(.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

Ns. Sri Wahyuni A, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom  
NPK. 1988030311703821

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbi ‘alamin, puji syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan pertolongan-Nya sehingga penulis diberikan kesehatan, kekuatan, kesabaran, serta kemudahan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini. Penyusunan karya ini tidak lepas dari dukungan, doa, motivasi, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis mempersembahkan KIA ini kepada:

1. Diri sendiri, yang telah berusaha dengan sungguh-sungguh, tetap bertahan dalam setiap proses, serta terus berkomitmen untuk menyelesaikan pendidikan dan penyusunan karya ilmiah ini hingga tuntas.
2. Kedua orang tua tercinta, yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dukungan, semangat, serta pengorbanan yang tidak ternilai. Segala pencapaian yang diraih penulis merupakan salah satu bentuk hasil dari doa dan dukungan yang senantiasa mengiringi setiap langkah.
3. Bapak Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., M.Kes. selaku dosen pembimbing, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, masukan, serta bimbingan dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan KIA ini.
4. Seluruh dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember, yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, motivasi, dan bimbingan selama masa perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik.

5. Frisca Florensia, yang telah mendampingi, memberikan semangat, dukungan, motivasi, serta menjadi teman berbagi suka dan duka sejak awal masa perkuliahan hingga proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini selesai. Terima kasih atas kebersamaan, perhatian, doa, serta kesediaannya untuk selalu hadir dalam setiap proses yang penulis lalui.

Semoga segala kebaikan, dukungan, dan bantuan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamin.



## MOTTO

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

(QS. Al-Insyirah: 6)

*"It always seems impossible until it's done."*

*(Nelson Mandela – diatribusikan)*

*"Discipline is the bridge between goals and accomplishment."*

*(Jim Rohn)*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul “Implementasi Keperawatan Keluarga Hipertensi dengan Pemberian *Ankle exercise* di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember”. Penyusunan KIA ini merupakan salah satu persyaratan dalam pelaksanaan penelitian serta penyelesaian pendidikan Profesi Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Penyelesaian KIA ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, serta kontribusi berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Hanafi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ibu Ns. Sri Wahyuni A., S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ibu Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep., selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ibu Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Bapak Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB., selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
6. Bapak Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan secara berkesinambungan selama proses penyusunan KIA ini.

7. Seluruh pihak serta rekan-rekan di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta semangat selama proses penyusunan KIA ini.

Peneliti menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas dan keluarga.

Jember, ..... 2026

Peneliti

## DAFTAR ISI

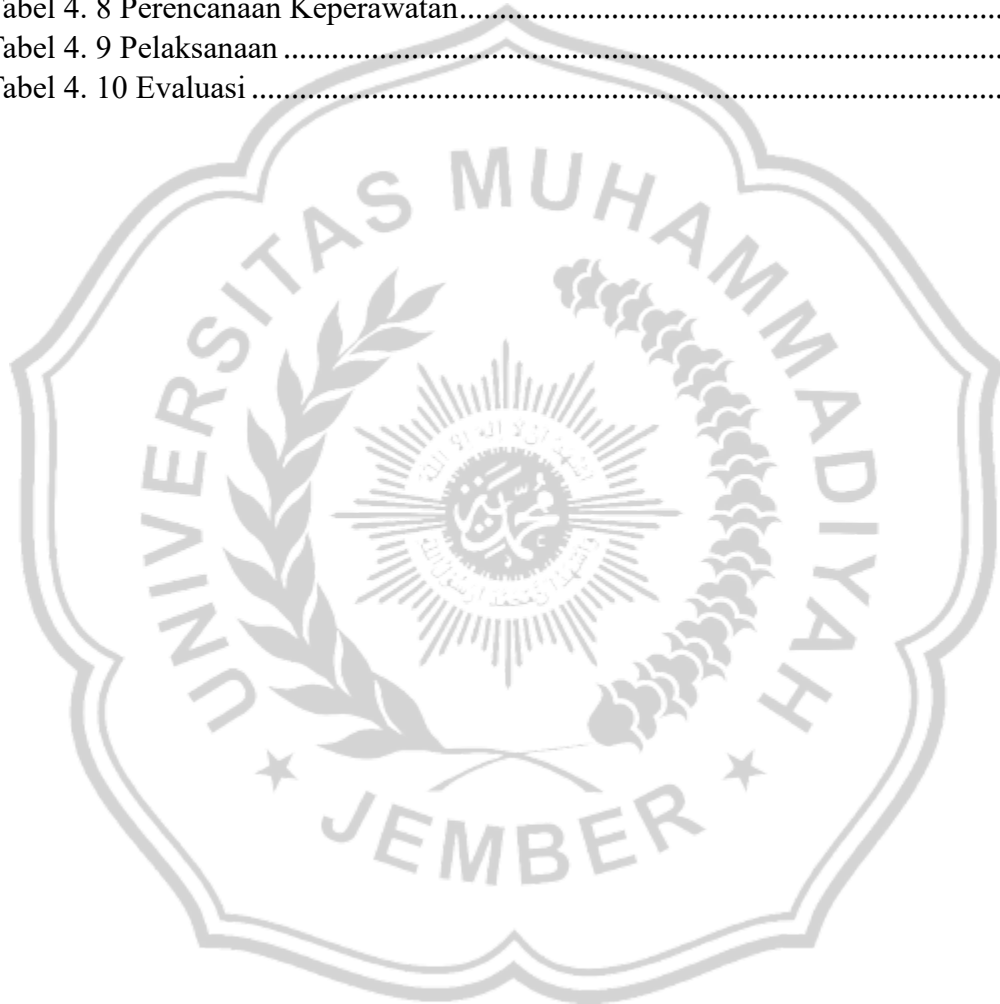
|                                                      |            |
|------------------------------------------------------|------------|
| <b>SAMPUL DEPAN.....</b>                             | <b>i</b>   |
| <b>SAMPUL DALAM.....</b>                             | <b>ii</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH .....</b> | <b>iii</b> |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>                     | <b>iv</b>  |
| <b>LEMBAR PENGUJI.....</b>                           | <b>v</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                       | <b>vi</b>  |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>                     | <b>vii</b> |
| <b>MOTTO .....</b>                                   | <b>ix</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                           | <b>x</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                               | <b>xii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                            | <b>xiv</b> |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                         | <b>xiv</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                 | <b>xv</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                | <b>xvi</b> |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>                       | <b>1</b>   |
| 1.1 Latar Belakang .....                             | 1          |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                            | 3          |
| 1.3 Tujuan.....                                      | 4          |
| 1.4 Manfaat .....                                    | 4          |
| <b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>                  | <b>6</b>   |
| 2.1 Konsep Dasar Keluarga.....                       | 6          |
| 2.2 Konsep Dasar Hipertensi.....                     | 9          |
| 2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga.....          | 14         |
| 2.4 Konsep Diagnosis Utama.....                      | 16         |
| 2.5 Penelitian Terkait.....                          | 20         |
| <b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>                 | <b>22</b>  |
| 3.1 Desain Penelitian.....                           | 22         |
| 3.2 Subjek Penelitian.....                           | 23         |
| 3.3 Fokus Penelitian.....                            | 24         |
| 3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....                 | 25         |
| 3.5 Instrumen Penelitian.....                        | 25         |

|                                         |           |
|-----------------------------------------|-----------|
| 3.6 Metode Pengumpulan Data.....        | 26        |
| 3.7 Analisis dan Penyajian Data .....   | 29        |
| 3.8 Etik Penelitian .....               | 31        |
| <b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>33</b> |
| 4.1 Hasil .....                         | 33        |
| 4.2 Pembahasan.....                     | 58        |
| <b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>  | <b>71</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....                    | 71        |
| 5.2 Saran.....                          | 72        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>              | <b>74</b> |



## DAFTAR TABEL

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 2. 1 Penelitian Terkait.....                                | 20 |
| Tabel 4. 1 Identitas Klien .....                                  | 34 |
| Tabel 4. 2 Tahap Perkembangan .....                               | 34 |
| Tabel 4. 3 Riwayat Penyakit.....                                  | 35 |
| Tabel 4. 4 Pemeriksaan Fisik .....                                | 36 |
| Tabel 4. 5 Fungsi Keluarga .....                                  | 37 |
| Tabel 4. 6 Analisa Data .....                                     | 38 |
| Tabel 4. 7 Skoring / Prioritas Diagnosa Keperawatan Keluarga..... | 41 |
| Tabel 4. 8 Perencanaan Keperawatan.....                           | 49 |
| Tabel 4. 9 Pelaksanaan .....                                      | 51 |
| Tabel 4. 10 Evaluasi .....                                        | 54 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                         |     |
|---------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1 Lembar Permohonan Persetujuan .....          | 78  |
| Lampiran 2 Formulir Persetujuan Menjadi Responden ..... | 79  |
| Lampiran 3 Pra Planning I .....                         | 80  |
| Lampiran 4 Pra Planning II .....                        | 84  |
| Lampiran 5 Pra Planning III .....                       | 88  |
| Lampiran 6 Pra Planning IV .....                        | 100 |
| Lampiran 7 Jurnal .....                                 | 103 |
| Lampiran 8 Dokumentasi .....                            | 109 |
| Lampiran 9 Surat Telah Penelitian .....                 | 110 |
| Lampiran 10 Lembar Konsultasi .....                     | 111 |
| Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup .....                  | 112 |
| Lampiran 12 SOP Ankle Exercise .....                    | 113 |

/;

