

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
Jurusan Keperawatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bandung
Bandung, Mei 2022
Alfiani Nurfaidah. P17320119049

**PENERAPAN AKTIVITAS JALAN KAKI DALAM MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI
KELURAHAN CAMPAKA WILAYAH KERJA PUSKESMAS GARUDA
ABSTRAK**

108 Hal, 5 Bab, 1 Tabel, 1 Gambar, 4 Grafik, 7 Lampiran

Latar Belakang : Hipertensi sering disebut sebagai silent killer. Meningkatnya jumlah penderita hipertensi salah satunya karena ada hubungannya dengan kurangnya aktivitas fisik jalan kaki. Salah satu aktivitas fisik yang dapat menurunkan hipertensi yaitu jalan kaki. **Tujuan** : Studi Kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aktivitas fisik jalan kaki terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. **Metode** : Metode yang digunakan adalah metode menggunakan rancangan studi kasus deskriptif. Studi kasus ini bertujuan mendeskripsikan tentang penerapan aktivitas jalan kaki pada lansia penderita hipertensi untuk mengetahui penurunan tekanan darah. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, observasi, pemeriksaan, serta dokumentasi. **Hasil Studi Kasus** : Studi Kasus ini dilakukan di Kelurahan Campaka wilayah kerja Puskesmas Garuda Kota Bandung. Subjek pada Studi Kasus ini yaitu 2 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah dilakukan aktivitas fisik jalan kaki selama 4 hari terdapat penurunan tekanan darah pada pasien 1 dari 150/100 mmHg menjadi 130/80 dan pada pasien II dari 145/190 mmHg menjadi 120/80 mmHg. Hasil Studi Kasus menunjukkan adanya pengaruh aktivitas fisik jalan kaki terhadap penurunan tekanan darah.

Kata kunci : Hipertensi, tekanan darah, jalan kaki
Daftar pustaka : 35 (1999-2021)