

**PENATALAKSANAAN AEROBIK PADA KONDISI
HIPERTENSI DERAJAT 1**



Oleh:

Mayki Stefanus

NIM: 1362030013

Akademi Fisioterapi

Universitas Kristen Indonesia

Jakarta

2016

**PENATALAKSANAAN AEROBIK PADA KONDISI
HIPERTENSI DERAJAT 1**



**Karya Tulis Ilmiah Akhir
Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan
Ujian Akhir Program D III Fisioterapi**

**Akademi Fisioterapi
Universitas Kristen Indonesia
Jakarta
2016**



HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Akhir ini telah memenuhi persyaratan untuk mengikuti ujian
sidang dalam mencapai gelar Ahli Madya
Fisioterapi
(AMdFT)

Disetujui pada tanggal:

17 Juni 2016

Pembimbing

Weeki Budhyanti, SStFt, S.FT, MBiomed

NIP UKI: 972439

Direktur

dr. Karuniawan P., Sp.BO

NIP UKI: 031551

PERNYATAAN MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Mayki Stefanus

Nim : 1362030013

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA) berjudul "**Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Hipertensi Derajat 1**" adalah benar-benar karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya dalam KTIA ini telah diberi tanda rujukan dan di tunjuk dalam daftar pustaka, apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Jakarta, 17 Juni 2016

Yang Membuat Pernyataan

Mayki Stefanus

Nim : 1362030013



HALAMAN PENGUJI

Panitia Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Diploma Tiga Fisioterapi Universitas Kristen Indonesia telah meneliti dan mengetahui cara pembuatan yang telah dipertanggung jawabkan oleh calon bersangkutan maka atas nama panitia penguji, Uji Diploma Tiga Fisioterapi Universitas Kristen Indonesia Mengesahkan Karya Tulis Ilmiah ini.

Jakarta, 25 Juli 2016

Nama Penguji

Tanda Tangan

1. Drs. Slamet Sumarno, M.Fis

2. Rosintan Milana N., AMd.Ft, M.KM

3. Weke Budhyanti, SStFt, S.FT, MBiomed

Catatan Penguji :



LEMBAR REVISI

Telah direvisi pada tanggal 29 Juli 2016

Dan telah diajukan kembali 4 Agustus 2016

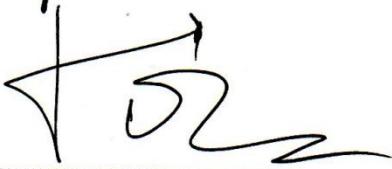
Penguji

Nama Penguji

1. Drs. Slamet Sumarno, M.Fis

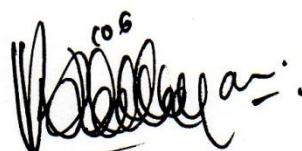
Tanda Tangan

.....

.....


2. Rosintan Milana N., AMd.Ft, M.KM

3. Weeke Budhyanti, SStFt, S.FT, MBiomed

.....

.....



MOTTO

Ask. And you will receive.

Search, and you will find.

**Knock, and the door will be opened
for you.**

Matthew 7:7

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karuniaNya yang berlimpah sehingga Karya Tulis Ilmiah Akhir ini dapat diselesaikan. Adapun Karya Tulis Ilmiah Akhir ini berjudul **“Penatalaksanaan Aerobik Pada Kondisi Hipertensi derajat 1”**.

Selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah Akhir dari pemilihan judul, pengesahan judul dan penatalaksanaannya, banyak perhatian, dukungan dan bantuan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini. Dan pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. dr. Karuniawan P., SpBO sebagai Direktur Akademi Fisioterapi UKI,
2. Ibu Novlinda Susy A. M., S.Ft, selaku Wadir I Akademi Fisioterapi UKI,
3. Ibu Weeke Budhyanti S.Ft selaku dosen pembimbing KTIA,
4. Seluruh staf pengajar di Akademi Fisioterapi UKI,
5. Orang tua saya yang selama ini mendoakan dan memberikan dukungan baik secara moril maupun material.
6. Semua pihak yang telah membantu terselesaiannya karya tulis ilmiah akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran untuk penyempurnaan dan semoga Karya Tulis Ilmiah Akhir ini dapat bermanfaat.

Jakarta, Juni 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGUJI	iv
LEMBAR REVISI	v
LEMBAR MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah Tujuan Penulisan	4
C. Tujuan Penulisan	5
D. Terminologi Istilah	5
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Morfologi	6
1. Jantung	6
2. Pembuluh Darah	11
B. Hipertensi	15
1. Definisi	15

2. Etiologi	15
3. Klasifikasi	16
4. Patofisiologi	16
C. Latihan Aerobik	17
1. Definsi	17
2. Respon Fisiologi Terhadap Latihan Aerobik	18
3. Respon Kardiovaskular	18
4. Determinan Program Latihan	20
D. Proses Fisioterapi	23
1. Assesmen Fisioterapi	24
2. Diagnosa Fisioterapi	27
3. Rencana Program Fisioterapi	28
4. Pelaksanaan Program Fisioterapi	29
5. (Re)Evaluasi Fisioterapi	29
BAB III LAPORAN KASUS	30
BAB IV PEMBAHASAN	38
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
PRESENSI PEMBIMBINGAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Tinggi Pada Dewasa Menurut JNC 7 ...	16
Tabel 2.2 Rekomendasi Dosis Latihan	22
Tabel 3.2 Penatalaksanaan Fisioterapi	35
Tabel 3.3 (Re)Evaluasi Terapi/Latihan	37
Tabel 4.1 Hasil Intervensi Fisioterapi	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Letak Jantung	6
Gambar 2.2 Anatomi Katup Jantung	7
Gambar 2.3 Sel Otot Jantung	8
Gambar 2.4 Lapisan Dinding Jantung	9
Gambar 2.5 Anatomi jantung	10
Gambar 2.6 Arteri Dalam Tubuh Manusia	13

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Dokumentasi

Lampiran 2. Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 3. Presensi Pembimbingan