

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY. D DENGAN
HIPERTENSI MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP
EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
DI KELURAHAN BATANG KABUNG GANTING**

Peminatan Keperawatan Keluarga



**WEDDY FUNISYA, S.Kep
NIM. 2441312141**

**Pembimbing Utama :
Fitra Yeni, S.Kp., M.A.**

**Pembimbing Pendamping :
Ns. Bunga Permata Wenny, M.Kep.**

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

Nama : Weddy Funisya

NIM : 2441312141

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY. D DENGAN
HIPERTENSI MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP
EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH
DI KELURAHAN BATANG KABUNG GANTING**

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi dan menjadi penyebab utama morbiditas serta mortalitas global. Penatalaksanaan hipertensi memerlukan pendekatan komprehensif, termasuk melalui intervensi non-farmakologis. Salah satu bentuk intervensi farmakologis yang dapat diterapkan adalah *isometric handgrip exercise* (IHE). Tujuan dari karya ilmiah akhir ini adalah untuk menerapkan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. D dengan hipertensi melalui penerapan *isometric handgrip exercise* (IHE) sebagai upaya penurunan tekanan darah. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus pada keluarga Ny.D di Kelurahan Batang Kabung Ganting, Kota Padang. Masalah keperawatan yang diangkat adalah *manajemen kesehatan keluarga tidak efektif*. Intervensi dilakukan dengan menerapkan terapi *isometric handgrip exercise* menggunakan alat handgrip selama 5 hari berturut – turut dengan frekuensi 1 kali sehari selama 3 menit. Evaluasi tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter sebelum dan sesudah terapi. Setelah dilakukan intervensi selama 5 hari, terjadi penurunan tekanan darah dengan rata – rata untuk tekanan darah sistolik yaitu 5 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 3,7 mmHg. Keluarga juga menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan dalam perawatan non-farmakologis, serta partisipasi aktif dalam mendukung proses penyembuhan. Penerapan IHE terbukti menjadi terapi pelengkap yang efektif dan mudah diterapkan di tingkat keluarga. Oleh karena itu, diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan penguatan edukasi keluarga dan pemanfaatan terapi IHE sebagai bagian dari promosi kesehatan dalam penatalaksanaan hipertensi di masyarakat.

Kata Kunci : asuhan keperawatan keluarga, hipertensi, *isometric handgrip exercise*, tekanan darah

Referensi : 40 (2010-2024)

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

2025

Name : Weddy Funisya, S.Kep

NIM : 2441312141

**FAMILY NURSING CARE FOR MRS. D WITH HYPERTENSION
THROUGH THE IMPLEMENTATION OF ISOMETRIC
HANDGRIP EXERCISE TO REDUCE BLOOD
PRESSURE IN BATANG KABUNG GANTING**

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease with high prevalence and is a major cause of global morbidity and mortality. Hypertension management requires a comprehensive approach, including non-pharmacological interventions. One form of pharmacological intervention that can be applied is isometric handgrip workout (IHE). The purpose of this final paper is to implement family care for Mrs. D with hypertension through the application of isometric handgrip workout (IHE) as an effort to reduce blood pressure. This research uses a case study approach in Mrs. D's family in Batang Kabung Ganting Village, Padang City. The problem raised is ineffective family health management. The intervention was carried out by implementing isometric handgrip workout therapy using a handgrip device for 5 consecutive days - increased by a frequency of once a day for 3 minutes. Blood pressure evaluation was carried out using a sphygmomanometer before and after therapy. After the intervention for 5 days, there was a decrease in blood pressure with an average of 5 mmHg for systolic blood pressure and 3.7 mmHg for diastolic blood pressure. Families also demonstrated increased understanding and skills in non-pharmacological treatments, as well as active participation in supporting the healing process. IHE implementation has proven to be an effective and easily implemented complementary therapy at the family level. Therefore, it is hoped that healthcare workers can educate families and utilize IHE therapy as part of health promotion in hypertension management in the community.

Keywords : family nursing care, hypertension, isometric handgrip exercise, blood pressure

Reference : 40 (2010-2024)