

**PENERAPAN INTERVENSI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA NY. I DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALASAN**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Profesi Ners  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Muhammad Diyan Abdul Tamar La Abo

NPM: 233203058

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENERAPAN INTERVENSI ISOMETRIC HANDGRIP**  
**EXERCISE TERHADAP PENURUNAN TEKANAN**  
**DARAH PADA NY. IDENGAN HIPERTENSI DI**  
**WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALASAN**

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal 24 September 2024

Disusun Oleh :

Muhammad Diyan Abdul Tamar La Abo

NPM: 233203058

Yogyakarta, 6 November 2024

Penguji

Pembimbing I

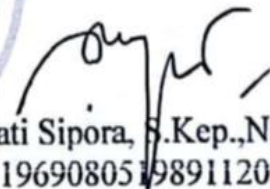
Pembimbing II



(DR. Sujono Riyadi, M.Kes.)  
NIDN: 05-0108-7601



(Ferianto, M.Kep.)  
NIDN: 05-1002-8502



(Sriyati Sipora, S.Kep.,Ns.)  
NIP: 196908051989112003



Mengetahui,

Ka. Prodi Profesi Ners



(Fajriyati Nur Azizah, M. Kep., Sp.Kep.J)

NPPN: 2009-13-0027

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Muhammad Diyan Abdul Tamar La Abo

NPM : 233203058

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Penerapan Intervensi *Isometric Handgrip Exercise* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ny. I dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalasan

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 23 Juni 2024



Muhammad D. A. T. La Abo

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah Subhanahu Wata'ala, atas rahmat dan petunjuk-Nya, dan Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassallam sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Penerapan Intervensi *Isometric Handgrip Exercise* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Ny. I dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalasan”.

Penyusunan Karya Tulis Akhir Ners ini merupakan salah satu syarat mencapai gelar Profesi (Ners) Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta. Penyelesaian Karya Tulis Akhir Ners ini mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih, kepada:

1. Prof. Dr. rer. Nat. apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si. selaku Rektor Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta
2. Ida Nursanti, S.Kep., Ns., MPH, selaku dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta
3. Fajriyati Nus Azizah, M.Kep., Sp.Kep.J, selaku ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta
4. Ferianto, M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Akhir Ners.
5. Sriyati Sipora, S.Kep., Ns. selaku pembimbing klinik yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Akhir Ners
6. Dr. Sujono Riyadi, M.Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dalam penyusunan Karya Tulis Akhir Ners
7. Seluruh Bapak Ibu Dosen dan Staff pendidikan di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang turut membantu memberikan ilmu dan pengalamannya dalam mendidik penulis, sehingga penulis dapat menyusun tugas Karya Tulis Akhir Ners ini dengan baik

8. Orangtua serta keluarga besar yang telah melantunkan doa serta memberikan dukungan moral dan material selama penyusunan Karya Tulis Akhir Ners ini
9. Kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian
10. Seluruh pihak yang turut membantu dalam penyusunan Karya Tulis Akhir Ners yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Karya Tulis Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna. Semata-mata karena keterbatasan yang ada pada penulis baik pengalaman, pengetahuan, dan waktu yang tersedia. Oleh karena itu, penulis berharap agar Karya Tulis Akhir Ners ini dapat bermanfaat terutama dalam perkembangan ilmu keperawatan dimasa mendatang. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yogyakarta, 13 Juni 2024



Muhammad D. A. Tamar La Abo

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT .....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan.....	5
C. Manfaat .....	5
D. Tehnik Pengumpulan Data.....	6
BAB II TINJAUAN TEORI .....	7
A. Konsep Hipertensi .....	7
B. Konsep Isometric Handgrip Exercise.....	14
C. Asuhan Keperawatan Medis dan Keperawatan.....	16
BAB III TINJAUAN KASUS.....	24
A. PENGKAJIAN.....	24
B. ANALISA DATA .....	45
C. DIAGNOSA KEPERAWATAN .....	46
D. PENAPISAN MASALAH KEPERAWATAN KELUARGA .....	46
E. INTERVENSI KEPERAWATAN.....	48
F. IMPLEMENTASI KEPERAWATAN .....	51
BAB IV TEHNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL .....	69
A. Cara Mencari Jurnal .....	69
B. Resume Jurnal .....	70
C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus .....	73
D. Prosedur Tindakan.....	73
E. Hasil yang akan dinilai.....	74

BAB V PEMBAHASAN .....	75
A. Aplikasi Jurnal Pada Kasus .....	75
B. Pembahasan intervensi terapi isometrik handgrip exercise .....	76
C. Pembahasan.....	77
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....	83
A. Kesimpulan .....	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA .....	85
LAMPIRAN.....	89

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway Hipertensi .....	11
Gambar 3. 1 Ecomap Keluarga .....	30
Gambar 4. 1 Strategi Pencarian Jurnal.....	70

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO.....	9
Tabel 2. 2 Hasil Obeservasi Intervensi.....	77

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Lembar Surat Pernyataan Pengambilan Kasus KIAN .....	90
Lampiran 1. 2 Lembar Surat Izin Permohonan Penelitian .....	91
Lampiran 1. 3 Surat Kode Etik Penelitian .....	92
Lampiran 1. 4 Lembar Informed Consent.....	93
Lampiran 1. 5 Lembar Bimbingan KIAN .....	94
Lampiran 1. 6 Jadwal Penelitian .....	95
Lampiran 1. 7 Analisis Data.....	96
Lampiran 1. 8 Dokumentasi.....	97
Lampiran 1. 9 Link Youtube Gerakan <i>Isometric Handgrip Exercise</i> dan Leaflet	101
Lampiran 1. 10 Cek Plagiarisme .....	102

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA