

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY.E
DENGAN PEMBERIAN TERAPI *ISOMETRIC HANDGRIP*
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI RW 11 RT 03
KELURAHAN KORONG GADANG
KECAMATAN KURANJI
TAHUN 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS
KEPERAWATAN KELUARGA**



Disusun Oleh :

Happy Luseana Rimanda

2414901022

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertandatangan dibawah ini saya :

Nama lengkap : Happy Luseana Rimanda
Nim : 2414901022
Tempat/tgl lahir : Luar Salido / 23 Agustus 2002
Program studi : Profesi Ners
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Setiadi SYarli,S.Kep.,M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny.E Dengan Pemberian Terapi *Isometric Handgrip* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RW 11 RT 03 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2025”**.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat dalam penulisan karya ilmiah akhir ners ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Juli 2025



(Happy Luseana Rimanda)

PERNYATAAN PENGUJI LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY.E DENGAN PEMBERIAN
TERAPI *ISOMETRIC HANDGRIP* UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 11 RT 03
KELURAHAN KORONG GADANG
KECAMATAN KURANJI
TAHUN 2025**

Happy Luseana Rimanda, S.Kep

2414901022

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diuji dan dinilai oleh penguji
Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Oktober 2025**

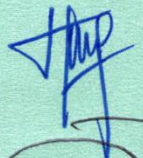
Oleh:

TIM PENGUJI

Pembimbing : Ns. Setiadi Syarli, M.Kep

()

Penguji I : Ns. Helmanis Suci, M.Kep

()

Penguji II : Ns. Tomi Jepisa, M.Kep

()

Mengetahui

Dekan

**Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang**



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep. , Ph. D.)

PERSETUJUAN LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA NY.E DENGAN PEMBERIAN
TERAPI *ISOMETRIC HANDGRIP* UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 11 RT 03
KELURAHAN KORONG GADANG
KECAMATAN KURANJI
TAHUN 2025**

Happy Luseana Rimanda, S.Kep

2414901022

Laporan Karya Ilmiah Akhir ini telah disetujui,
Oktober 2025

Oleh
Pembimbing :

(Ns. Setiadi Syarli. S.Kep, M.Kep)

Mengetahui,

Dekan

**Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang**



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph.D)

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

KIAN, Agustus 2025
Happy Luseana Rimanda

Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny.E Dengan Pemberian Terapi *Isometric Handgrip* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RW 11 RT 03 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2025.

xvi+91 halaman, 9 tabel, 6 lampiran

RINGKASAN EKSLUSIF

Hipertensi sebagai penyebab utama kematian ketiga didunia, oleh karena itu diperlukannya cara pencegahan dengan cara mengendalikan factor resiko seperti mengurangi asupan garam, melakukan aktifitas dan lainnya. Peran keluarga sangat penting dalam merawat anggota keluarga yang sakit. Salah satunya dalam pemeliharaan kesehatan. Prevalensi serta tingkat keparahannya meningkat seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu diperlukan adanya peran keluarga yang bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan anggota keluarga lainnya serta merawat anggota keluarga yang sakit.

Penatalaksanaan hipertensi terbagi dua yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan hipertensi secara farmakologis biasanya dengan mengkonsumsi obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologis dapat dilakukan salah satunya dengan latihan *isometric handgrip* yang merupakan terapi latihan status menggunakan handgrip dynamometer yang melibatkan kontraksi tahanan otot tanpa perubahan panjang otot misalnya mengangkat atau mendorong beban berat dan mengkontraksikan otot terhadap benda-benda tertentu. Latihan ini dilakukan sebanyak 3 kali dalam seminggu dengan durasi 10-20 menit.

Intervensi yang dilakukan dalam asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa yang muncul dan mengaplikasikan sesuai dengan kondisi pasien serta data yang mendukung yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi, memberikan pendidikan kesehatan kepada keluarga agar 5 fungsi keluarga dapat terlaksana dan mengajarkan bagaimana terapi *Isometric Handgrip Exercise*. Hasil penelitian didapatkan bahwa pada hari pertama sudah terjadi penurunan tekanan darah sistolik 9 mmHg dan diastolik 5 mmHg.

Kesimpulan dari karya ilmiah ini berdasarkan intervensi keperawatan yang telah dilakukan pada pemberian terapi *Isometric handgrip exercise* terhadap penderita hipertensi dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada klien. Hasil penelitian ini diharapkan nantinya dapat berguna, menjadi manfaat, dan pedoman bagi penulis selanjutnya yang berminat di bidang keperawatan keluarga.

Daftar Pustaka : 22 (2019-2025)
Kata Kunci : Hipertensi, *Isometric Handgrip*, Tekanan Darah

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

KIAN, Agustus 2025

Happy Luseana Rimanda

Family Nursing Care for Mrs. E Using Isometric Handgrip Therapy to Reduce Blood Pressure in Hypertension Patients in Neighborhood Unit 11, Neighborhood Unit 03, Korong Gadang Village, Kuranji District, 2025.

xvi+91 pages, 9 tables, 6 appendices

EXCLUSIVE SUMMARY

Hypertension is the third leading cause of death worldwide, therefore, preventive measures are needed by controlling risk factors such as reducing salt intake, increasing activity, and other measures. The family plays a crucial role in caring for sick family members, including health maintenance. Its prevalence and severity increase with age. Therefore, the family's role is essential to maintain and improve the health of other family members and to care for the sick family member.

Hypertension management is divided into two categories: pharmacological and non-pharmacological. Pharmacological hypertension treatment typically involves medication, while non-pharmacological therapy can include isometric handgrip exercises, which involve contracting muscle resistance without changing muscle length, such as lifting or pushing heavy objects or contracting muscles against certain objects. This exercise is performed three times a week for 10-20 minutes.

The interventions carried out in nursing care are based on the emerging diagnosis and applied according to the patient's condition and supporting data, namely providing health education about hypertension, providing health education to the family so that the 5 family functions can be carried out and teaching how to use Isometric Handgrip Exercise therapy. The results of the study showed that on the first day there was a decrease in systolic blood pressure of 9 mmHg and diastolic blood pressure of 5 mmHg.

The conclusion of this research paper, based on the nursing interventions carried out in providing isometric handgrip exercise therapy to patients with hypertension, is that it can reduce systolic and diastolic blood pressure in these patients. It is hoped that the results of this study will be useful, beneficial, and provide guidance for future authors interested in the field of family nursing.

Bibliography : 22 (2016-2024)

Keywords : Hypertension, Isometric Handgrip, Blood Pressure