

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN PPNI JAWA BARAT

Gambaran Penatalaksanaan *Isometric Handgrip Exercise* terhadap tanda dan gejala pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sukawarna.

Ismaya Agustin
2019

ABSTRAK

Latar belakang Hipertensi telah menjadi penyakit yang umum diderita oleh banyak masyarakat Indonesia, bahkan menjadi penyakit pembunuh yang dahsyat. Berdasarkan data laporan tahunan yang didapatkan dari puskesmas Sukawarna penderita hipertensi 2018 sebanyak 1.297 cakupannya 22.29%. Hipertensi jika tidak dilakukan penanganan, sekitar 70% pasien hipertensi kronis akan meninggal karena jantung *coroner* atau gagal jantung, 15% kerusakan jaringan otak. Dan 10% mengalami gagal ginjal. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui gambaran penatalaksanaan *isometric handgrip exercise* terhadap tandan dan gejala pada penderita hipertensi. **Metode** jenis penelitian ini deskriptif. Penelitian di wilayah kerja Puskesmas Sukawarna, 03 juli 2019, teknik pengambilan sampel yang digunakan sampling dengan jumlah 1 orang. Instrumen yang digunakan berupa observasi dan pemeriksaan fisik. **Hasil** penelitian menunjukkan terdapat perubahan nadi dengan nilai *pre isometric handgrip* 84 kali permenit dan nilai *post isometric handgrip* 97 kali permenit, terdapat perubahan emosional setelah dilakukan modifikasi penghitungan dengan dzikir dan tidak ada perubahan tekanan darah dengan nilai *pre isometric handgrip* 150/80 mmHg dan nilai *post isometric handgrip* 150/80 mmHg. **Kesimpulan** penelitian ini terdapat perubahan nadi, emosional dan tidak terdapat perubahan tekanan darah yang signifikan. Saran bagu Puskesmas Sukawarna untuk mengenalkan kembali program bagi lansia prolansis dengan cara penyuluhan dan pendekatan keada para lansia penderita hipertensi tentang penatalaksanaan *isometric handgrip exercise*.

Pembimbing : Wini Hadiyani, S.Kp, M.Kep

Kata Kunci : Exercise, Handgrip, Hipertensi, Lansia, Isometric