

PROGRAM STUDI NERS

INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU

KIAN, Juni 2024

Endah Haila Rahmade

Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Masalah Keperawatan Perilaku Kesehatan Keluarga Cenderung Berisiko Pada Penderita Hipertensi

XI + 54 Halaman + 11 Tabel + 5 Lampiran

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular yang merupakan faktor risiko kematian yang menyebabkan komplikasi jangka panjang dan berpotensi fatal pada kejadian penyakit arteri koroner, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Tujuan KIAN ini adalah memberikan edukasi dan penerapan *Isometric Handgrip Exercise* terhadap keluarga dengan hipertensi sebagai intervensi masalah keperawatan perilaku kesehatan cenderung berisiko keluarga di kelurahan Rantau panjang. Metode yang digunakan dalam KIAN ini adalah observasi, edukasi langsung dan pemberian terapi. Sample penelitian ini adalah pasien dengan hipertensi yang berjumlah 5 keluarga. Penelitian dilakukan mulai tanggal 27 mei sampai dengan 31 mei 2024 Di Kelurahan Rantau Panjang. Terapi ini dapat dilakukan 3-5 kali dalam seminggu dengan durasi 10-20 menit setiap kali latihan. Hasil dari studi kasus ini setelah dilakukan penerapan *Isometric Handgrip Exercise* menunjukkan ada pengaruh terhadap penurunan tekanan darah dan sehingga dapat disimpulkan pentingnya pemberian *Isometric Handgrip Exercise* untuk menurunkan tekanan darah pada keluarga hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Isometric Handgrip Exercise

Referensi : 2019-2024

NERS STUDY PROGRAM

INSTITUT OF HEALTH PAYUNG NEGERI PEKANBARU

KIAN, June 2024

Endah Haila Rahmade

Family Nursing Care Using Isometric Handgrip Exercise for Nursing Problems Family Health Behavior Tends to be Risky for Hypertension Sufferers

XI + 54 Pages + 11 Tables + 5 Attachment

ABSTRACT

Uncontrolled hypertension or high blood pressure can increase the risk of cardiovascular disease which is a risk factor for death which causes long-term and potentially fatal complications in the incidence of coronary artery disease, heart failure, stroke and kidney failure. The aim of KIAN is to provide education and application of Isometric Handgrip Exercise to families with hypertension as an intervention for nursing problems, health behavior that tends to be at risk for families in Rantau Panjang sub-district. The methods used in KIAN are observation, direct education and providing therapy. The sample for this study was patients with hypertension totaling 5 families. The research was conducted from 27 May to 31 May 2024 in Rantau Panjang District. This therapy can be done 3-5 times a week with a duration of 10-20 minutes each time. The results of this case study after implementing the Isometric Handgrip Exercise show that there is an effect on reducing blood pressure and so it can be concluded that it is important to provide the Isometric Handgrip Exercise to reduce blood pressure in hypertensive families.

Keywords : Hypertension, Isometric Handgrip Exercise

References : 2019-2024