

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI ISOMETRIK HANDGRIP UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MACCINI SAWAH

Endang Kurniati¹, Brajakson Siokal², Rahmawati Ramli³, Suci Hardiyanti Suharto Putri⁴

Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
Makassar

Hipertensi terjadi akibat peningkatan tekanan darah terlalu tinggi, yang disebabkan oleh penyempitan pembuluh darah (vasokonstriksi) maupun kekakuan pembuluh darah. Seseorang dikatakan mengalami hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah yang terlalu tinggi dapat mengakibatkan pecahnya pembuluh darah ke otak sehingga bisa menyebabkan stroke bahkan kematian. Penanganan secara non farmakologi dapat menjadi alternatif penatalaksanaan pada pasien hipertensi, salah satunya adalah dengan pemberian terapi Isometric Handgrip dalam menurunkan tekanan darah.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran asuhan keperawatan dengan pemberian terapi Isometrik Handgrip dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data yaitu dengan wawancara dan observasi. Penelitian ini dilakukan pada 1 responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian terapi Isometrik Handgrip selama 3 hari berturut-turut pada pasien hipertensi didapatkan adanya penurunan tekanan darah yaitu dari 160/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi Isometrik Handgrip efektif dalam menurunkan tekanan darah

Kata kunci : Hipertensi, Isometrik Handgrip

ABSTRACT

APPLICATION OF ISOMETRIC THERAPY OF THE HANDGRIP TO LOWER BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN THE REGION WORK OF MACCINI SAWAH HEALTH CENTER

Endang Kurniati¹, Brajakson Siokal², Rahmawati Ramli³, Suci Hardiyanti Suharto
Putri⁴

Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
Makassar

Hypertension occurs due to an increase in blood pressure that is too high, which is caused by narrowing of blood vessels (vasocontrion) and stiffness of blood vessels. A person is said to have hypertension if systolic blood pressure is ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure is ≥ 90 mmHg. Blood pressure that is too high can cause rupture of blood vessels to the brain so that it can cause stroke and even death. Non-pharmacological treatment can be an alternative management in hypertensive patients, one of which is by providing Isometric Handgrip therapy in lowering blood pressure.

This study aims to obtain an overview of nursing care by providing Isometric Handgrip therapy in lowering blood pressure in hypertensive patients.

The method used in this study is a descriptive method with a case study approach. The data collection technique is by interview and observation. This study was conducted on 1 respondent.

The results of the study showed that after giving Isometric Handgrip therapy for 3 consecutive days to hypertensive patients, there was a decrease in blood pressure, namely from 160/90 mmHg to 130/80 mmHg.

From the results of the study, it can be concluded that Isometric Handgrip therapy is effective in lowering blood pressure

Keywords: Hypertension, Isometric Handgrip