

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
Jurusan Keperawatan
Program Studi DIII Keperawatan Bandung
Bandung, Juni 2022
Putri Yumna, P17320119071

**PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK *HANDGRIP* UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI KELURAHAN CAMPAKA WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GARUDA KOTA BANDUNG**

ABSTRAK

xiv, 69 hal., 5 bab, 4 grafik, 5 tabel, 7 lampiran

Latar Belakang : Penyakit Hipertensi masih menjadi permasalahan kesehatan pada kelompok usia lanjut. Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolic >90 mmHg. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Kota Bandung 2019, Hipertensi berada di urutan ketiga sebagai penyakit terbesar di Kota Bandung yang mencapai angka 61.821 kasus (5,54%). Setelah melakukan studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Garuda didapatkan jumlah penderita hipertensi Di Kelurahan Campaka sebesar 360 warga yang menderita hipertensi sampai dengan tahun 2021.

Metode : Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel studi kasus 2 orang responden, sedangkan instrumen studi kasus menggunakan SOP, lembar observasi, handgrip dan spygnomanometer.

Hasil : Hasil dari pelaksanaan intervensi ini menunjukkan rata-rata penurunan tekanan darah pada klien 1 yaitu 6 mmHg untuk sistolik dan 2 mmHg untuk diastolik. Sedangkan hasil rata-rata penurunan tekanan darah pada klien 2 yaitu 16 mmHg untuk sistolik dan 6 mmHg untuk diastolik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan iometrik handgrip efektif menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Tekanan Darah, Handgrip

Daftar Pustaka : 26 (2010-2021)

*Health Polytechnic Ministry Of Health Bandung
Nursing Department*

Diploma of Bandung Nursing Department

Bandung, June 2022

Putri Yumna, P17320119071

APPLICATION OF ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE TO LOWER BLOOD PRESSURE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION IN CAMPAKA VILLAGE, GARUDA COMMUNITY HEALTH CENTER, BANDUNG CITY.

ABSTRACT

xiv, 69 pages, 5 chapters, 4 charts, 5 tables, 7 appendices

Background: Hypertension is still a health problem in the elderly group. Hypertension is a condition where systolic blood pressure > 140 mmHg and diastolic > 90 mmHg. Based on data from the Bandung City Health Profile 2019, Hypertension is in the third place as the largest disease in the city of Bandung which reached 61,821 cases (5.54%). After conducting a preliminary study in the working area of the Garuda Health Center, it was found that the number of hypertension sufferers in Campaka Village was 360 residents who suffered from hypertension until 2021.

Methods: This case study uses a descriptive method with a nursing care approach. Sampling used purposive sampling technique with a case study sample of 2 respondents, while the case study instrument used SOP, observation sheet, handgrip and sphygmomanometer.

Results: The results of this intervention showed an average decrease in blood pressure in client 1, namely 6 mmHg for systolic and 2 mmHg for diastolic. While the results of the average decrease in blood pressure in client 2 is 16 mmHg for systolic and 6 mmHg for diastolic. So it can be concluded that the isometric handgrip exercise is effective in reducing blood pressure in the elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Handgrip

Bibliography : 26 (2010-2021)