KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. A DENGAN MASALAH HIPERTENSI KHUSUSNYA NY. S MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KECAMATAN PANCUR BATU

SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR
P0712062562

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. A DENGAN MASALAH HIPERTENSI KHUSUSNYA NY. S MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KECAMATAN PANCUR BATU

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi Profesi Ners

SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR
P0712062562

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
2026

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	: Susy Afryanty Butar Butar
Nim	: P0712062562
Program Studi	: Profesi Ners
Jurusan	: Keperawatan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners saya yang berjudul: "Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tn. A Dengan Masalah Hipertensi Khususnya Ny. S Melalui Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu" ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun, serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 08 Juni 2026

Yang Menyatakan



Susy Afryanty Butar Butar

NIM. P0712062562

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. A DENGAN MASALAH HIPERTENSI KHUSUSNYA NY. S MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KECAMATAN PANCUR BATU

NAMA : SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR

NIM : P0712062562

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, 08 Juni 2026

Menyetujui

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Dr. Siang Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes	**Dr. Johani Dewita Nasution, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes**
NIP. 197212201998032004	**NIP. 1965055121999032001**

Ketua Jurusan Keperawatan

Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan S.Kep., Ns., M.Kes

NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. A DENGAN MASALAH HIPERTENSI KHUSUSNYA NY. S MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KECAMATAN PANCUR BATU

NAMA : SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR

NIM : P0712062562

Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah di Uji pada Sidang Akhir Program Studi Profesi Ners Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan

Medan, 17 Juni 2026

Penguji I

Afniwati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196610101989032002

Penguji II

Dr. Amira Permata Sari Tarigan S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

Ketua Penguji

Dr. Siang Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197212201998032004

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

BIODATA PENULIS



SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR
Mobile Phone: 082175998485
E-mail: susy.afryanty12@gmail.com

Nama	:	Susy Afryanty Butar Butar
NIM	:	P0712062562
Program Studi	:	Profesi Ners
Institusi	:	Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
MEDAN, 17 JUNI 2026

SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR
P0712062562

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN.A DENGAN MASALAH HIPERTENSI KHUSUSNYA NY.S MELALUI PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KECAMATAN PANCUR BATU

XII + 85 HALAMAN + 5 BAB + 11 TABEL + 7 GAMBAR + 11 LAMPIRAN

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik ≥140 mmHg dan diastolik ≥90 mmHg. Hipertensi dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah *Isometric Handgrip Exercise* yang mudah dilakukan, aman, dan ekonomis.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan keluarga pada Tn.A dengan masalah hipertensi khususnya Ny.S melalui penerapan *Isometric Handgrip Exercise* terhadap penurunan tekanan darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan keluarga yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* dilakukan selama 7 hari berturut-turut disertai edukasi kesehatan kepada klien dan keluarga mengenai pengelolaan hipertensi.

Hasil: Hasil asuhan keperawatan menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan penerapan *Isometric Handgrip Exercise* selama 7 hari. Tekanan darah klien pada awal pengkajian sebesar 160/100 mmHg dan menurun menjadi 140/85 mmHg pada akhir evaluasi. Selain itu, keluhan pusing dan rasa berat pada tengkuk berkurang, kemampuan keluarga dalam manajemen kesehatan meningkat, serta klien mampu melakukan latihan *Isometric Handgrip Exercise* secara mandiri sesuai prosedur yang diajarkan.

Kesimpulan: Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* efektif membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi serta meningkatkan kemampuan keluarga dalam melakukan perawatan kesehatan. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai terapi nonfarmakologis pendamping dalam pengelolaan hipertensi di tingkat keluarga dan komunitas.

Kata Kunci : Keperawatan Keluarga, Hipertensi, *Isometric Handgrip Exercise*, Tekanan Darah
Daftar Bacaan : 31 (2017-2025)

THE MINISTRY OF HEALTH THE REPUBLIC INDONESIA
POLYTECHNIC OF HEALTH, MINISTRY OF HEALTH MEDAN
DEPARTMENT OF NURSING
PROFESSIONAL NURSING PROGRAM
MEDAN, 17 JUNE 2026

SUSY AFRYANTY BUTAR BUTAR
P0712062562

FAMILY NURSING CARE FOR MR. A WITH HYPERTENSION THROUGH FOCUSING ON MRS. S THE APPLICATION OF ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE TO REDUCE BLOOD PRESSURE AT TUNTUNGAN PUBLIC HEALTH CENTER, PANCUR BATU DISTRICT

XII + 85 PAGES + 5 CHAPTERS + 11 TABLES + 7 FIGURES + 11 APPENDICES

ABSTRACT

Background: Hypertension is a non-communicable disease characterized by an increase in systolic blood pressure of ≥140 mmHg and diastolic blood pressure of ≥90 mmHg. Hypertension can lead to various complications, such as heart disease, stroke, and kidney disorders. One of the non-pharmacological interventions that can be used to help lower blood pressure is Isometric Handgrip Exercise, which is simple to perform, safe, and cost-effective.

Objective: This study aimed to provide family nursing care for Mr. A with hypertension through the application of Isometric Handgrip Exercise to reduce blood pressure at the Tuntungan Public Health Center, Pancur Batu District.

Methods: This study employed a case study approach using the family nursing care process, which included assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The Isometric Handgrip Exercise was conducted for seven consecutive days and was accompanied by health education for the client and family regarding hypertension management.

Results: The results of the nursing care showed a reduction in blood pressure following the implementation of Isometric Handgrip Exercise for seven days. The client's blood pressure at the initial assessment was 160/100 mmHg and decreased to 140/85 mmHg at the end of the evaluation. In addition, complaints of dizziness and heaviness in the neck were reduced, the family's ability to manage health care improved, and the client was able to perform the Isometric Handgrip Exercise independently according to the procedures that had been taught.

Conclusion: The implementation of Isometric Handgrip Exercise was effective in reducing blood pressure among patients with hypertension and improving the family's ability to provide health care. This intervention can be used as a complementary non-pharmacological therapy in the management of hypertension at the family and community levels.

Keyword : Family Nursing Care, Hypertension, Isometric Handgrip Exercise, Blood Pressure.
References : 31 (2017-2025).

PROOF OF REVISING OF TRANSLATION
13 OCT 2026
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena berkat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini dengan judul "Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. A Dengan Masalah Hipertensi Khususnya Ny. S Melalui Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Penurunan Tekanan Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu" yang merupakan syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.

Penyusunan karya ilmiah akhir ners ini tidak terlepas dari bimbingan, saran-saran, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
3. Ibu Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan.
4. Dr. Siang Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama dan Dr. Johani Dewita Nasution, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dosen Pembimbing Pendamping, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners ini.
5. Ibu Afniwati, S,Kep., Ns., M.Kes selaku Dosen Penguji I dan Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dosen Penguji II.
6. Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu yang telah memberikan peneliti izin untuk melakukan penelitian.
7. Seluruh dosen Prodi Profesi Ners, tenaga kependidikan, dan staff laboratorium yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan masukan kepada peneliti.
8. Teristimewa kepada Bapak St. Parluhutan Butarbutar (Alm) dan Mamak tercinta Parulianna Manurung, yang menjadi alasan penulis untuk terus berjuang dan tidak menyerah. Terima kasih atas doa, pengorbanan, dan kasih sayang yang tidak pernah putus, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

9. Seluruh teman seperjuangan Ners Angkatan V yang telah memberikan dukungan dan motivasi selama perkuliahan di Poltekkes Kemenkes Medan.
10. Sahabat tercinta Afip, Aulia Khaila, Bella, Naomi, Aprilia, Nurhayati, Asima, Amel, Sella, Esra, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, bantuan, motivasi, serta semangat yang telah diberikan selama proses pendidikan dan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
11. Semua pihak yang terlibat tidak dapat diucapkan satu persatu yang telah turut membantu dan memberikan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya ilmiah akhir ners ini masih banyak kekurangan, bahkan jauh dari kata sempurna.

Dengan demikian, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran serta masukan membangun demi penyempurnaan karya ilmiah akhir ners ini. Harapan penulis semoga karya ilmiah akhir ners ini dapat berguna bagi pembaca. Akhir kata, penulis mengucapkan terimakasih untuk semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners ini.

Medan, 08 Juni 2026

Susy Afryanty Butar Butar

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS i
LEMBAR PERSETUJUAN ii
LEMBAR PENGESAHAN iii
BIODATA PENULIS iv
ABSTRAK 1
ABSTRACT 2
KATA PENGANTAR 3
DAFTAR ISI 2
DAFTAR TABEL 7
DAFTAR GAMBAR 8
DAFTAR LAMPIRAN 8
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 10
B. Rumusan Masalah 13
C. Tujuan Penelitian 13
1. Tujuan Umum 13
2. Tujuan Khusus 13
D. Manfaat 14
BAB II TINJAUAN LITERATUR 15
A. Konsep Teori Keluarga 15
1. Defenisi Keluarga 15
2. Tipe Keluarga 15
3. Tahap Perkembangan Keluarga 16
4. Fungsi Keluarga 17
5. Tugas Kesehatan Keluarga 18
6. Peran Keluarga 18
7. Struktur Keluarga 19
B. Konsep Teori Penyakit 20
1. Defenisi 20
2. Anatomi Fisiologi Sistem Kardiovaskuler 20
3. Etiologi 23
4. Manifestasi Klinis 24
5. Pathway 26

6. Patofisiologi 27
7. Klasifikasi 28
8. Pemeriksaan Diagnostik 28
9. Penatalaksanaan 29
10. Komplikasi 29
C. Konsep Teori Inovasi Handgrip Exercise 31
1. Defenisi 31
2. Faktor-Faktor Penyebab Keterbatasan Handgrip Exercise 31
3. Tujuan 31
4. Kontraindikasi 32
5. Standart Operasional Prosedure Handgrip Exercise 32
D. Konsep Teori Asuhan Keperawatan Keluarga 33
1. Pengkajian Keperawatan 33
2. Diagnosis Keperawatan 36
3. Intervensi Keperawatan 38
4. Implementasi Keperawatan 40
5. Evaluasi Keperawatan 40
BAB III GAMBARAN KASUS 42
A. Pengkajian 42
B. Diagnosis Keperawatan 54
C. Prioritas Masalah 56
D. Intervensi Keperawatan 57
E. Catatan Perkembangan 60
BAB IV PEMBAHASAN 75
A. Analisis dan Diskusi Hasil 75
B. Keterbatasan Penulisan 82
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 83
A. Kesimpulan 83
B. Saran 84
DAFTAR PUSTAKA 86
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi 28
Tabel 2.2 Skala Prioritas 37
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan 38
Tabel 3.1 Komposisi Keluarga 42
Tabel 3. 2 Pemeriksaan Fisik 49
Tabel 3.3 Analisa Data 53
Tabel 3. 4 Skoring Diagnosis Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman 54
Tabel 3. 5 Skoring Diagnosis Keperawatan Manajemen Kesehatan keluarga tidak efektif . 55
Tabel 3. 6 Skoring Diagnosis Keperawatan Pemeliharaan Kesehatan tidak efektif 56
Tabel 3.7 Intervensi Keperawatan 57
Tabel 3.8 Catatan Perkembangan 60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Jantung 22
Gambar 2.2 Sistem Peredaran Darah 23
Gambar 2.3 Pathway Hipertensi 26
Gambar 2.4 Handgrip Saat Posisi Kontraksi (Menggenggam) 32
Gambar 2.5 Handgrip Saat Posisi Relaksasi (Istirahat) 33
Gambar 3. 1 Genogram 42
Gambar 3.2 Denah Rumah 46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	:	Surat Survey Awal
Lampiran 2	:	Surat Balasan Survey Awal
Lampiran 3	:	Surat Ethical Clearance
Lampiran 4	:	Surat Izin Penelitian
Lampiran 5	:	Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran 6	:	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 7	:	Surat Pernyataan Bersedia Berpartisipasi Sebagai Responden
Lampiran 8	:	*Standart Operasional Prosedure (SOP) Isometric Handgrip Exercise*
Lampiran 9	:	*Standart Operasional Prosedure (SOP)* Pengukuran Tekanan Darah
Lampiran 10	:	Lembar Observasi Hasil Tekanan Darah
Lampiran 11	:	Lembar Dokumentasi
Lampiran 12	:	Lembar Bimbingan
Lampiran 13	:	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 14	:	Hasil Turnitin