

**ANALISIS PRAKTIK KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN INTERVENSI INOVASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE*
DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT (IGD)
RSUD A.M PARIKESIT TENGGARONG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



DISUSUN OLEH :

SRI DEVI SETYANI, S.Kep

2211102412169

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2023

**Analisis Praktik Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Intervensi
Inovasi *Isometric Handgrip Exercise* dan *Slow Deep Breathing* terhadap
Penurunan Tekanan Darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD)
RSUD A.M Parikesit Tenggarong**

Karya Ilmiah Akhir Ners

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar

Ners Keperawatan



DISUSUN OLEH :

Sri Devi Setyani, S.Kep

2211102412169

Program Studi Profesi Ners

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sri Devi Setyani

NIM : 2211102412169

Program Studi: Profesi Ners

Judul KIA-N : Analisis Praktik Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Intervensi Inovasi *Isometric Handgrip Exercise* dan *Slow Deep Breathing* terhadap Penurunan Tekanan Darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD A.M Parikesit Tenggarong

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Samarinda, 07 Juli 2023



Sri Devi Setyani

2211102412169

LEMBAR PERSETUJUAN

**ANALISIS PRAKTIK KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
INTERVENSI INOVASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* DAN *SLOW DEEP
BREATHING* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI RUANG INSTALASI
GAWAT DARURAT (IGD) RSUD A.M PARIKESIT TENGGARONG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DISUSUN OLEH :

Sri Devi Setyani, S.Kep

2211102412169

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 13 Juli 2023

Pembimbing



Ns. Maridi M Dirdjo., M.Kep

NIDN : 112503702

Mengetahui,

Koordinator MK. Elektif



Ns. Enok Sureskiarti., M.Kep

NIDN : 1119018202

LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISIS PRAKTIK KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN INTERVENSI INOVASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE*
DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT (IGD) RSUD A.M
PARIKESIT TENGGARONG**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DISUSUN OLEH:

**Sri Devi Setyani, S.Kep
2211102412169**

**Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 13 Juli 2023**

Penguji I



**Ns. Andri Praja S., S.Kep., MSc
NIDN: 1104068405**

Penguji II



**Ns. Alfi Ari Fakhru Rizal., M.Kep
NIDN: 1111038601**

Penguji III



**Ns. Maridi M Dirdjo., M.Kep
NIDN: 1125037202**

Mengetahui,

Program Studi Profesi Ners



**Enok Sureskiarti., M.Kep
NIDN: 1119018202**

KATA PENGANTAR



Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya yang telah diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Analisis Praktik Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Intervensi Inovasi *Isometric Handgrip Exercise* dan *Slow Deep Breathing* terhadap Penurunan Tekanan Darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD A.M Parikesit Tenggarong”.

Penulis menyadari bahwa penulisan karya ilmiah ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kp., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ns. Maridi M Dirdjo., M.Kep selaku pembimbing Kian penelitian yang selalu sabar dan memberikan motivasi serta arahan dan ketelitian dalam menyusun Kian ini.
4. Ns. Enok Sureskiarti., S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur sekaligus koordinator mata ajar state elektif Kian.

5. Seluruh Dosen dan Staf Tata Usaha Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan pemikiran dan meluangkan waktu untuk dunia pendidikan.
6. Kedua orang tua kami serta seluruh keluarga besar kami yang telah memberikan dukungan baik yang bersifat moril maupun materi.
7. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan saran untuk kelancaran penyusunan karya ilmiah ini.

Akhir kata, semoga Kian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Samarinda, 07 Juli 2023

Penulis

Sri Devi Setyani
2211102412169

Analisis Praktik Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Intervensi Inovasi *Isometric Handgrip Exercise* dan *Slow Deep Breathing* terhadap Penurunan Tekanan Darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD A.M Parikesit Tenggarong

Sri Devi Setyani¹, Maridi M Dirdjo², Andri Praja Satria³, Alfi Ari Fakhrur Rizal⁴

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Email : sridevisetyani@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian di negara maju dan berkembang. Penyakit ini berkembang sangat lambat dan bisa bertahun-tahun tanpa gejala sampai merusak organ begitu parah sehingga disebut '*silent killer*'. Karena tingginya insiden hipertensi, terapi berkelanjutan yang tepat diperlukan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Tujuan : Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis kasus di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RS Aji Muhammad Parikesit dimana pasien hipertensi dirawat dengan intervensi inovatif seperti latihan isometrik handgrip dan slow deep breathing untuk menurunkan tekanan darah.

Metode : Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah desain deskriptif dengan intervensi inovatif untuk menurunkan tekanan darah, latihan isometrik hand grip, dan pendekatan keperawatan dengan pernapasan dalam lambat di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RS Aji Muhammad Parikesit.

Hasil : Ada perbedaan yang signifikan antara pra-intervensi dan pasca-intervensi. Terjadi penurunan tekanan darah sebelum: 160/90 mmHg sesudah: 140/80 mmHg pada pasien pertama, sebelum: 160/100 mmHg sesudah: 150/90 mmHg pada pasien kedua, dan sebelum: 170/100 mmHg sesudah: 160/90 mmHg pada pasien ketiga.

Kesimpulan : Hasil ini menunjukkan bahwa latihan isometrik handgrip dan pernapasan dalam yang lambat adalah cara yang efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, *Isometric Handgrip Exercise*, *Slow Deep Breathing*

¹ Mahasiswa Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

³ Dosen Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁴ Dosen Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Analysis of Nursing Practice in Hypertension Patients with Innovative Intervention Isometric Handgrip Exercise and Slow Deep Breathing on Lowering Blood Pressure in the Emergency Room at Aji Muhammad Parikesit Tenggarong General Hospital

Sri Devi Setyani⁵, Maridi M Dirdjo⁶, Andri Praja Satria⁷, Alfi Ari Fakhrrur Rizal⁸

*Faculty of Nursing, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Email : sridevisetyani@gmail.com*

ABSTRACT

Background : *Hypertension is one of the main causes of death in developed and developing countries. The disease develops very slowly and can go years without symptoms until the organ damage is so severe that it has been called the 'silent killer'. Due to the high incidence of hypertension, appropriate ongoing therapy is necessary to prevent further complications.*

Objective: *The aim of this study was to analyze cases in the Emergency Room (ER) of Aji Muhammad Parikesit Hospital where hypertensive patients were treated with innovative interventions such as isometric handgrip exercises and slow deep breathing to reduce blood pressure.*

Methods: *The method used in this case study is a descriptive design with innovative interventions to reduce blood pressure, isometric hand grip exercises, and a nursing approach with slow deep breathing in the Emergency Room (IGD) of Aji Muhammad Parikesit Hospital.*

Results : *There was a significant difference between pre-intervention and post-intervention. There was a decrease in blood pressure before: 160/90 mmHg after: 140/80 mmHg in the first patient, before: 160/100 mmHg after: 150/90 mmHg in the second patient, and before: 170/100 mmHg after: 160/90 mmHg in the third patient.*

Conclusion: *These results indicate that isometric handgrip exercises and slow deep breathing are effective ways to reduce blood pressure in hypertensive patients.*

Keywords : *Hypertension, Isometric Handgrip Exercise, Slow Deep Breathing*

⁵ Mahasiswa Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁶ Dosen Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁷ Dosen Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁸ Dosen Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
INTISARI	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Telaah Pustaka	9
1. Konsep Hipertensi	9
2. Konsep Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi	27
3. Konsep Isometric Handgrip Exercise.....	39
4. Konsep Slow Deep Breathing	42

5. Pathway Kombinasi <i>Isometric Handgrip Exercise</i> dan <i>Slow Deep Breathing</i>	46
BAB III LAPORAN KASUS	47
A. Pengkajian Kasus.....	47
B. Analisa Data	62
C. Prioritas Masalah	66
D. Intervensi Keperawatan	67
E. Intervensi Inovasi	74
F. Implementasi Keperawatan	74
G. Implementasi Inovasi.....	82
H. Evaluasi Keperawatan	83
I. Evaluasi Inovasi.....	91
BAB IV ANALISA SITUASI	92
A. Profil Lahan Praktik.....	92
B. Analisa Masalah Keperawatan dengan Konsep Terkait dan Kasus Terkait.	93
C. Analisis Salah Satu Intervensi dengan Konsep dan Penelitian Terkait	102
D. Alternatif Pemecahan yang dapat Dilakukan	104
BAB V PENUTUP	106
A. Kesimpulan.....	106
B. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA	109
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VIII	11
Tabel 2.2 Kategori Usia.....	18
Tabel 2.3 Kategori IMT Populasi Asia Menurut WHO	19
Tabel 2.4 Intervensi Keperawatan Berdasarkan SDKI	31
Tabel 3.1 Head To Toe Ibu S.....	50
Tabel 3.2 Pemeriksaan Laboratorium Ibu S	51
Tabel 3.3 Head To Toe Bapak H	55
Tabel 3.4 Pemeriksaan Laboratorium Bapak H	56
Tabel 3.5 Head To Toe Ibu M.....	60
Tabel 3.6 Pemeriksaan Laboratorium Ibu M.....	61
Tabel 3.7 Analisa Data	62
Tabel 3.8 Intervensi Keperawatan.....	67
Tabel 3.9 Implementasi Keperawatan	74
Tabel 3.10 Hasil Intervensi Inovasi.....	91
Tabel 4.1 Observasi Tekanan Darah Pasien	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 WOC Hipertensi	14
Gambar 3.1 Pemeriksaan EKG Ibu S.....	51
Gambar 3.2 Pemeriksaan EKG Bapak H.....	56
Gambar 3.3 Pemeriksaan EKG Ibu M	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Lembar Konsultasi

Lampiran 3 SOP Kombinasi *Isometric Handgrip Exercise* dan *Slow Deep Breathing*

Lampiran 4 SOP *Slow Deep Breathing*

Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan

Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin