

**PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RW 07  
KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN  
JEBRES KOTA SURAKARTA**

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada Program Studi Ners Fakultas  
Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**Liana Putri Utami**

**202415050**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2025**

**PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RW 07  
KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN  
JEBRES KOTA SURAKARTA**

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada Program Studi Ners Fakultas  
Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**Liana Putri Utami**

**202415050**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2025**

# PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Ilmiah Ahir dengan judul:

**PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RW 07  
KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN  
JEBRES KOTA SURAKARTA**

Yang dilengkapi untuk melengkapi persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Ners Universitas 'Aisyiyah Surakarta, yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah/ Skripsi/ KIE/ MBKM yang sudah dipublikasi dan atau pernah dipakai untuk mendapat gelar kesehatan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila dikemudian hari penulisan Karya Ilmiah Ahir Ners ini merupakan hasil plagiat terhadap karya orang, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 24 Juni 2025



Liana Putri Utami

202414050

## PERNYATAAN PUBLIKASI

### PERNYATAAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Aisyiyah Surakarta, saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Liana Putri Utami

Nim : 202414050

Jenis Karya : Karya Ilmiah Ahir Ners

Judul : Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rw 07 Kelurahan Purwodiningratan Kecamatan Jebres Kota Surakarta

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak bebas (*Royalti Noneklusif Eksklusif Royalty-fee Right*) kepada Universitas Aisyiyah Surakarta beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, Universitas Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media, merawat dan mempublikasi tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya

Dibuat di: Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : Surakarta, 24 Juni 2025

Yang menyatakan



Liana Putri Utami

202414050

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Ilmiah Akhir dengan judul :

**PENERAPAN *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RW 07  
KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN  
JEBRES KOTA SURAKARTA**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners  
Program Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah  
Surakarta

Surakarta, 24 Juni 2025

Dosen Pembimbing



Dr. Mulyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0007047310

Pembimbing Lahan



Nur Haryani, S.Kep.Ners. MPH  
NIP. 197810162005012014

Mengetahui,

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

v

v

## PENGESAHAN PENGUJI

### PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir Ners dengan judul :

**PENERAPAN ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RW 07  
KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN  
JEBRES KOTA SURAKARTA**

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Ilmiah pada tanggal 25 Juni 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat sah sebagai Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta

Surakarta , 24 Juni 2025

Mengesahkan,

Penguji :

1. Nur Haryani S.Kep. Ns. MPH

NIP. 197810162005012014

2. Dr. Mulyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0007047310

(.....)

(.....)



Mengetahui,

Kaprodi Sarjana Keperawatan

Norman Wijaya Gafi, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, karunia dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Ners yang berjudul “Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rw 07 Kelurahan Purwodiningratan Kecamatan Jebres Kota Surakarta”. Penulis Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari semua pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, S.SiT., M.Keb. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Eska Dwi Prajayanti S.Kep., Ns., M.Kep Selaku koordinator Program Studi Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Dr. Mulyaningsih, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen pembimbing Akademik yang selalu memberikan dukungan dan arahan serta membimbing dengan baik dan sabar, sehingga penulisan tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Nur Haryani, S.Kep,Ns., MPH selaku pembimbing lahan yang selalu memberikan dukungan dan arahan serta membimbing dengan baik dan sabar, sehingga penulisan tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan masukan serta ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Seluruh responden yang ada di Kelurahan Purwodiningratan Kecamatan Jebres Kota Surakarta yang telah meluangkan waktunya dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Kedua orang tua dan seluruh keluarga yang selalu mendukung baik material dan spiritual.

10. Teman-teman saya yang sudah hadir di dalam hidup saya, yang mau mendukung, membantu, memberi semangat dan menemani saya pada saat pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners.

Penulis mengharapkan saran dan kritik dari berbagai pihak untuk perbaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Surakarta, 24 Juni 2025



Liana Putri Utami

202414050