

**UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DENGAN TERAPI  
*ISOMETRIC HANDGRIP* MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Sarjana Keperawatan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh:**

**NUGROHO ADHY PRASETYO**

**C2019081**

**PROGRAM STUDI SARJANA  
KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2023**

**UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA  
PENDERITA HIPERTENSI DENGAN TERAPI  
*ISOMETRIC HANDGRIP* MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pada Program Studi Sarjana Keperawatan  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh:**

**NUGROHO ADHY PRASETYO**

**C2019081**

**PROGRAM STUDI SARJANA  
KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2023**

## **PERNYATAAN KEASLIAN KOMUNIKASI INFORMASI DAN EDUKASI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa komunikasi informasi dan edukasi dengan judul:  
**UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI  
DENGAN TERAPI *INSOMETRIC HAND GRIP* MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di lingkungan Universitas Aisyiyah Surakarta maupun perguruan tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan komunikasi informasi dan edukasi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 8 Agustus 2023



Nugroho Adhy Prasetyo

C2019081

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Nugroho Adhy Prasetyo

NIM : C2019081

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : Upaya Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Dengan Terapi *Isometric Handgrip* Menggunakan Media Video

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non Exklusif Royalty Free Right) kepada Universitas Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media yang diformat, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 8 Agustus 2023



Nugroho Adhy Prasetyo

C2019081

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**  
**UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA**  
**HIPERTENSI DENGAN TERAPI *ISOMETRIC HANDGRIP***  
**MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

Yang disiapkan dan disusun oleh :

**NUGROHO ADHY PRASETYO**

**C2019081**

Disetujui untuk dipertahankan dihadapan dosen penguji KIE Sarjana keperawatan  
Universitas Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 8 Agustus 2023

Pembimbing



**Siti Fatmawati S.Kep.Ns.,M.Kep**  
**NIDN 0603018201**

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



**Norman Wijaya Gat M.Kep.,Sp.Kep.J**  
**NIDN 0615018601**

## PENGESAHAN PENGUJI

### PENGESAHAN PENGUJI

Project akhir dengan judul :

#### **UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN TERAPI *ISOMETRIC HANDGRIP* MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

Dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta. Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal Agustus 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 08 Agustus 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIDN. 0623027702

(.....)

2. Norman WijayaGati, M.Kep., Sp.Kep.J  
NIDN. 0615018601

(.....)

3. Siti Fatmawati, S.Kep.Ns., M.Kep  
NIDN 0603018201

(.....)

Mengetahui,

Kaprodi Sarjana Keperawatan



(Norman WijayaGati, M.Kep., Sp.Kep.J)

NIDN. 0615018601

## **KATA PENGANTAR**

Assalamualaikum Wr. Wb. Alhamdulillah, segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dengan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan tugas akhir ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan sarana untuk menyusun laporan tugas akhir ini.
2. Sri Kustiyati, SST. M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan sarana untuk menyusun laporan tugas akhir ini.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi dalam penyusunan laporan tugas akhir.
4. Siti Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing sekaligus Penguji III, yang telah membimbing meluangkan waktu serta memberikan pengarahan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
5. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Penguji I yang telah membimbing, meluangkan waktu serta memberikan pengarahan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
6. Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Penguji II yang telah membimbing, meluangkan waktu serta memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
7. Bapak dan ibu dosen Program Studi Sarjana Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
8. Orang tua saya yang selalu memberikan doa semangat, dan dukungan kepada saya baik dalam bentuk materi, moral, maupun spiritual selama saya menempuh pendidikan.

9. Untuk diri saya sendiri yang telah berjuang melawan ego, melawan rasa malas, bekerja keras, dan tetap bertahan sampai sejauh ini.
10. Teman-teman mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan angkatan 2019 yang sama-sama berjuang demi menyelesaikan laporan tugas akhir ini.
11. Teman terdekatku Berliana Januar Rizky dan teman – teman kontrakan yang sudah mensupport saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini . Penyusun menyadari bahwa tugas akhir ini tidak luput dari kesalahan atau kekurangan baik dari segi bahasa maupun isi.