

ABSTRAK

Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di RW 01 Dan RW 02 Kelurahan Karangpilang Kota Surabaya

Azarine Az Zahra

Email : azarineazzahra74@gmail.com

Dosen Pembimbing :

Dwi Adji Norontoko, S.Kep,Ns,M.Kep

Dr. Sri Utami, S.Kp.,M.Kes

Latar Belakang : Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi antara lain penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan aneurisma. Terapi *non* farmakologis sebagai pendamping terapi farmakologis dapat mengurangi faktor resiko terjadinya kenaikan tekanan darah. Salah satu terapi *non* farmakologis adalah terapi relaksasi genggam jari

Tujuan : Penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di RW 01 dan RW 02 Kelurahan Karangpilang Kota Surabaya

Metode : Penelitian ini menggunakan metode *quasy experiment design* dengan pendekatan *pre-post test with control group design*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 lansia hipertensi yang dibagi menjadi 2 kelompok. Masing masing kelompok berjumlah 15 lansia hipertensi dan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini adalah terapi relaksasi genggam jari dan penurunan tekanan darah. Pengumpulan data penelitian menggunakan lembar observasi. Data penelitian terdistribusi normal sehingga dianalisis menggunakan uji *sampel paired t test* dan *independent t-test* dengan signifikansi $p < 0,05$

Hasil : Hasil uji analisis menunjukkan penurunan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi genggam jari dimana nilai P value sistolik = 0,001 dan P value diastolik = 0,005

Kesimpulan : Terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik

Kata Kunci : Hipertensi, Genggam Jari, Tekanan Darah

ABSTRACT

The Effect of Finger Grip Relaxation Therapy on Blood Pressure Reduction in Hypertensive Elderly in RW 01 and RW 02, Karangpilang Village, Surabaya City

Azarine Az Zahra

Email : azarineazzahra74@gmail.com

Supervisor :

Dwi Adji Norontoko, S.Kep,Ns,M.Kep

Dr. Sri Utami, S.Kp.,M.Kes

Background: Uncontrolled high blood pressure can lead to complications such as heart disease, stroke, kidney failure, and aneurysm. Non-pharmacological therapy, as a complement to pharmacological therapy, can reduce the risk factors for increased blood pressure. One form of non-pharmacological therapy is finger grip relaxation therapy.

Objective: This study aims to determine whether finger grip relaxation therapy has an effect on lowering blood pressure in elderly individuals with hypertension in RW 01 and RW 02, Karangpilang Village, Surabaya City.

Methods: This research uses a quasi-experimental design with a pre-post test with a control group design. The sample consisted of 30 elderly individuals with hypertension, divided into two groups of 15 each, selected using purposive sampling technique. The variables of this study are finger grip relaxation therapy and blood pressure reduction. Data was collected using an observation sheet. The data followed a normal distribution, and were analyzed using paired t-test and independent t-test with a significance $p < 0.05$.

Results: The analysis results show a significant reduction in blood pressure before and after the finger grip relaxation therapy was applied, with a systolic p -value = 0.001 and a diastolic p -value = 0.005.

Conclusion: Finger grip relaxation therapy has an effect on reducing both systolic and diastolic blood pressure

Keywords: Hypertension, Finger Grip, Blood Pressure