

**PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024**

**PENERAPAN TERAPI GENGAM JARI TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI DIRUANG WIJAYAKUSUMA A RSUD
DR.SOEDONO MADIUN**

Nabila Ayu Muflikah¹⁾ Elok Faradisa²⁾ Nia Dwi Astuti³⁾

¹⁾ Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾ Dosen Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

³⁾ Pembimbing Lahan Ruang Wijayakusuma A RSUD dr. Soedono Madiun

Email : nabilaam345@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan medis yang ditandai dengan meningkatnya kontraksi pembuluh darah arteri yang menyebabkan resistensi aliran darah yang meningkatkan tekanan darah terhadap dinding pembuluh darah, Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan kepada pasien hipertensi dengan teknik relaksasi. Teknik ini dilakukan dengan cara melatih otototot supaya rileks. Terapi relaksasi efektif untuk menurunkan tingkat depresi, kecemasan, dan stres. Terapi relaksasi dapat dilakukan denganmGenggam jari dapat menurunkan Mean Arterial Pressure (MAP) pada pasien hipertensi. Tujuan pada studi kasus ini yaitu analisis praktik klinik keperawatan pada pasien hipertensi dengan terapi relaksasi genggam jari terhadap penurunan tekanan darah di Rsud Dr.Soedono Madiun.

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek studi kasus yaitu 1 pasien yang mengalami hipertensi dengan Kriteria Inklusi Bersedia untuk menjadi responden dengan mengisi lembar *inform consent*, Memiliki tekanan darah tinggi dari 130-180 mmHg, Usia dewasa (26-45 Tahun). Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini menggunakan SOP terapi Genggam Jari, dan lembar observasi Studi kasus ini dilakukan di ruang wijaya kusuma A Rumah Sakit Umum Daerah Dr.Soedono Madiun pada tanggal mei – juni 2024. Hasil penerapan terapi genggam jari didapatkan hasil penurunan tekanan darah hari pertama 174/113 mmHg menjadi 169/100 mmHg, hari kedua 160/98 mmHg menjadi 157/98 mmHg, Hari ke tiga 155/90 mmHg menjadi 150/87 mmHg, rata-rata tekanan darah turun 5 mmHg, dengan Kesimpulan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Kesimpulan berdasarkan hasil studi kasus selama 3 hari didapatkan hasil terdapat perubahan tekanan darah selama 3 hari.

Kata Kunci : Genggam Jari, Hipertensi, Tekanan darah

Daftar Pustaka : 39 (2016 – 2023)

Commented [ef1]: Rapikan penulisan abstrak Dimulai dari latar belakang yang singkat padat dan jelas sehingga pembaca dapat mengetahui latar belakang anda melakukan studi kasus dan tujuan nya metode ditulis dengan menyebutkan Desain penelitian, Subjek penelitian beserta kriteria inklusi dan eksklusi, Variabel yang diteliti, Instrumen atau intervensi yang diberikan
Hail penelitian langsung saja yg fokus pada hasil intervensi tidak perlu mulai pengkajian dll, ditutup dengan kesimpulan

Commented [ef2]: Diurutkan sesuai urutan abjadnya

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan medis yang ditandai dengan meningkatnya kontraksi pembuluh darah arteri yang menyebabkan resistensi aliran darah yang meningkatkan tekanan darah terhadap dinding pembuluh darah, setelah itu jantung harus berkerja lebih keras untuk memompa darah melalui pembuluh darah yang sempit. Hipertensi adalah penyakit akibat dampak peningkatan tekanan darah di atas normal secara terus menerus. Hipertensi yaitu suatu keadaan ketika tekanan darah pada pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal ini terjadi karena jantung bekerja lebih keras dalam memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Hipertensi merupakan kondisi seseorang dimana mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Seseorang dinyatakan hipertensi apabila tekanan darah sistole 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastole 90 mmHg atau lebih 100 (Rafika Nur Siregar, 2024).

World Health Organization (WHO) Tahun 2020, diperkirakan penduduk dunia mengalami riwayat hipertensi sebanyak 1,31 miliar. Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia tahun 2021 berusia 18-24 tahun sebanyak (13,22%), usia 25-34 tahun penderita hipertensi sebanyak (20,13%), usia 35-44 tahun penderita hipertensi sebanyak (31,61%), usia 45-54 tahun penderita hipertensi sebanyak (45,32%), usia 55-64 tahun penderita hipertensi sebanyak (55,22%), usia 65-74 tahun penderita hipertensi sebanyak (63,22%) dan mengalami peningkatan pada umur >75 tahun yaitu sebanyak (69,53%) (Rafika Nur Siregar, 2024).

Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi

dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain- lain. Untuk terjadinya hipertensi perlu peran faktor risiko tersebut secara bersama- sama (faktor risiko yang umum), dengan kata lain satu faktor risiko saja belum cukup menyebabkan timbulnya hipertensi (Triana et al., 2022).

Akibat dari tekanan darah menyebabkan jantung bekerja lebih keras sehingga otot jantung membesar, kerja jantung yang meningkat menyebabkan pembesaran dan menjadi gagal jantung. Selain itu tekanan darah tinggi juga berpengaruh terhadap pembuluh darah koroner jantung berupa terbentuknya plak yang dapat menyebabkan penyumbatan pembuluh darah (Dinar Maulani, 2022). Apabila penyakit Hipertensi ini terjadi secara berkepanjangan, maka akan meningkatkan resiko terjadinya stroke, serangan jantung dan gagal ginjal kronis bahkan pada Hipertensi berat dapat menyebabkan ensefalopati hipertensif, penurunan kesadaran bahkan koma (Nurman, 2017).

Penatalaksanaan untuk penderita hipertensi adalah dengan farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologis yaitu dengan mengonsumsi obat antihipertensi yang dianjurkan yang bertujuan agar tekanan darah pada penderita hipertensi tetap terkontrol dan mencegah komplikasi. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan kepada pasien meliputi: pengaturan makan, olahraga, dan pengelolaan stres. Salah satu teknik untuk mengelola stres adalah dengan teknik relaksasi. Teknik ini dilakukan dengan cara melatih otototot supaya rileks. Terapi relaksasi efektif untuk menurunkan tingkat depresi, kecemasan, dan stres (Rahmawati, 2020)

Commented [ef3]: Tidak perlu penomoran

Terapi relaksasi dapat dilakukan dengan banyak cara, antara lain genggam jari dan genggam tangan. Genggam jari dapat menurunkan Mean Arterial Pressure (MAP) pada pasien hipertensi (Rahmawati, 2020). Adapun genggam jari yang dimaksud adalah menggenggam jemari satu persatu, dari jempol menuju ke kelingking secara bergantian dengan menggunakan tangan yang berlawanan, sehingga terasa denyut nadi dari genggam tangan tersebut. Sejauh ini belum ada penelitian tentang genggam tangan untuk mengontrol hipertensi, namun beberapa artikel menuliskan terkait dengan manfaat ilmiah dari genggam tangan yaitu ketika ada tekanan dalam sentuhan, detak jantung akan turun, dan tekanan darah akan turun. (Rahmawati, 2020)

METODE STUDI KASUS

Metode yang digunakan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Rancangan studi kasus ini adalah mengaplikasikan tindakan terapi genggam jari pada pasien hipertensi di Ruang Wijaya Kusuma A RSUD dr. Soedono Madiun. Fokus studi dalam penelitian ini adalah pemberian terapi genggam jari dengan masalah keperawatan yang akan di angkat dan dibahas oleh penulis adalah Nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan vaskuler selebral dan iskemia (D.0077).

HASIL STUDI KASUS

Berdasarkan tahap proses keperawatan, maka Langkah pertama yang harus dilakukan pada pasien hipertensi adalah pengkajian. Pengkajian dilakukan pada tanggal 4 juni 2024 jam 15.00. Identitas Pasien nama Ny.R, umur 27 Tahun, agama Islam, pendidikan SMK, pekerjaan IRT, alamat Kebonsari

Hasil pengkajian berdasarkan Riwayat Kesehatan keluhan utama yaitu Pasien mengatakan pusing, berdasarkan riwayat penyakit sekarang Pasien mengatakan Pusing kecot-cekot, sesak napas, disertai muntah, pada tanggal 4 Juni 2024 jam 07.20 Ny.R dibawa ke RSUD dr. Soedono Madiun oleh keluarga setelah dilakukan pemeriksaan dengan hasil TTV TD : 187/100 mmHg, Nadi : 60 x/menit, RR : 23 x/menit, S : 36,7^oC, Spo2 : 98%, setelah pasien dinyatakan rawat inap oleh dokter pasien di pindahkan ke ruang Wijaya Kusuma pada jam 11.00, pada saat dibangsal pasien dilakukan pengekajian dan pemeriksaan *vital sign* ulang dengan hasil TD : 174/113 mmHg, Nadi : 72 x/menit, RR : 22 x/menit, S : 36,3^oC, Spo2 : 98%, berdasarkan Riwayat penyakit dahulu Pasien mengatakan mempunyai riwayat hipertensi, CKD

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 4 Juni 2024 didapatkan hasil yaitu data subjektif Pasien mengatakan saat istirahat dan beraktivitas kepala belakang dan tengkuk leher terasa nyeri cekot-cekot sejak 2 hari yang lalu dengan skala nyeri 4 hilang timbul, berdasarkan data objektif Pasien tampak meringis, TD 174/113 mmHg, N 72x/menit, RR 22x/menit, S 36,3^oC, SpO2 98%

Berdasarkan hasil pengkajian diatas peneliti dapat merumuskan diagnose keperawatan berdasarkan SDKI (207) yaitu nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan vaskuler selebral dan iskemia (D.0077).

Langkah selanjutnya yang dilakukan adalah Menyusun intervensi keperawatan. Intervensi yang diberikan pada pasien dengan masalah nyeri akut berdasarkan (SLKI) adalah Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3x24 jam maka diharapkan tingkat nyeri menurun (L.08066) dengan kriteria hasil : Keluhan nyeri menurun, Meringis

Commented [ef4]: Penulisan hasil dan pembahasan dipisah

menurun, Sikap protektif menurun, Gelisah Menurun, Kesulitan tidur menurun, Frekuensi nadi menurun (60-100 x/menit).

Intervensi keperawatan yang disusun berdasarkan SIKI, yaitu Terapi Relaksasi (I.09326). Tindakan yang diberikan pada tanggal 4 Juni 2024 jam 15.40 yaitu Mengidentifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif, didapatkan data subjektif Pasien mengatakan tidak ada penurunan kekuatan otot dan data objektif Pasien tampak tidak mengalami penurunan kekuatan otot, pada jam 15.45 Mengidentifikasi teknik relaksasi yang pernah efektif digunakan, didapatkan data Pasien Mengatakan belum pernah melakukan relaksasi apapun dan data objektif Pasien tampak belum mengerti, pada jam 15.50 Memeriksa ketegangan otot, frekuensi, nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah Latihan didapatkan data objektif Pasien tampak kaku, TD 174/113 mmHg, N 72x/menit, RR 22x/menit, S 36,3°C, SpO2 98%. Pada jam 15.55 Menjelaskan tujuan manfaat, batasan, dan jenis relaksasi genggam jari, didapatkan data objektif Pasien tampak paham apa yang dijelaskan petugas.

Tindakan yang diberikan pada tanggal 5 Juni 2024 pada jam 10.00 Mengidentifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif, didapatkan data subjektif Pasien mengatakan tidak ada penurunan kekuatan otot setelah dilakukan relaksasi genggam jari terasa tenang dan data objektif Pasien tampak tidak mengalami penurunan kekuatan otot, pada jam 10.10 Memeriksa ketegangan otot, frekuensi, nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan, didapatkan data objektif Pasien tampak tenang, TD 160/98 mmHg, N

80x/menit, RR 22x/menit, S 36,2°C, SpO2 99%.

Tindakan yang diberikan pada tanggal 6 Juni 2024 pada jam 09.00 Mengidentifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif, didapatkan data subjektif Pasien mengatakan tidak ada penurunan kekuatan otot setelah dilakukan relaksasi genggam jari terasa tenang dan data objektif Pasien tampak tidak mengalami penurunan kekuatan otot. Pada jam 09.10 Memeriksa ketegangan otot, frekuensi, nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan, didapatkan data objektif Pasien tampak tenang, TD 155/90 mmHg, N 85x/menit, RR 22x/menit, S 36°C, SpO2 99%. Pada jam 09.20 Mengajukan sering mengulang atau melatih teknik relaksasi, didapatkan data subjektif Pasien bersedia melakukan terapi genggam jari dirumah dan data objektif Pasien tampak kooperatif

Setelah dilakukan tindakan keperawatan selanjutnya adalah melakukan evaluasi keperawatan. Hasil dari evaluasi keperawatan pada tanggal 4 Juni 2024 dengan diagnosa nyeri akut didapatkan data subjektif setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari pikiran menjadi rileks sudah tidak terasa nyeri seperti sebelum diberikan relaksasi dan data objektif Pasien tampak tenang TD: 169/100 mmHg, N : 87x/menit, RR: 22x/menit, S: 36,2°C, SpO2: 99%, *Assesment* : Masalah nyeri akut belum teratasi, *Planning* : Intervensi dilanjutkan Mengidentifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif dan Memeriksa ketegangan otot, frekuensi, nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah Latihan.

Hasil dari evaluasi keperawatan pada tanggal 5 Juni 2024 dengan

diagnosa nyeri akut didapatkan data subjektif pasien mengatakan nyeri kepala berkurang dan data objektif Pasien tampak tenang TD: 157/98 mmHg, N : 80x/menit, RR: 22x/menit, S: 36°C, SpO2: 99%, *Assesment* : Masalah nyeri akut belum teratasi, *Planning* : Intervensi dilanjutkan Mengidentifikasi penurunan tingkat energi, ketidakmampuan berkonsentrasi, atau gejala lain yang mengganggu kemampuan kognitif, Memeriksa ketegangan otot, frekuensi, nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan dan Menganjurkan sering mengulang atau melatih teknik relaksasi.

Hasil dari evaluasi keperawatan pada tanggal 6 Juni 2024 dengan diagnosa nyeri akut didapatkan data subjektif pasien mengatakan sudah tidak pusing dan data objektif Pasien tampak tenang TD: 150/87 mmHg, N : 80x/menit, RR: 22x/menit, S: 36,2°C , SpO2: 99%, *Assesment* : Masalah nyeri akut teratasi, *Planning* : Intervensi dihentikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil implementasi penerapan terapi genggam jari yang telah dilakukan kepada Ny.R dengan hipertensi di ruang Wijayakusuma Rsud Dr.Soedono Madiun bahwa terdapat pengaruh terhadap penurunan tekanan darah dibuktikan dengan adanya perubahan tekanan darah selama 3 hari.

Menurut Sulung & Rani (2017) mengemukakan bahwa menggenggam jari sambil menarik nafas dalam dalam dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi, karena genggam jari akan menghangatkan titik titik keluar dan masuknya energi pada meridian yang terletak pada jari tangan kita. Titik titik refleksi pada tangan akan memberikan rangsangan secara spontan pada saat genggam jari. Rangsangan tersebut akan memberikan gelombang kejut atau listrik menuju otak. Gelombang tersebut diterima otak dan

diproses dengan cepat menuju saraf pada organ yang mengalami gangguan, sehingga sumbatan jalur energi menjadi lancar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pada penerapan terapi genggam jari terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan diagnose keperawatan Nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan vaskuler selebral dan iskemia (D.0077). didapatkan hasil penurunan tekanan darah hari pertama 174/113 mmHg menjadi 169/100 mmHg, hari kedua 160/98 mmHg menjadi 157/98 mmHg, Hari ke tiga 155/90 mmHg menjadi 150/87 mmHg, rata-rata tekanan darah turun 5 mmHg, dengan Kesimpulan berpengaruh

SARAN

1. Bagi Penulis

Diharapkan tarapi genggam jari ini sebagai saran untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh selama mengikuti masa perkuliahan dan sebagai tambahan pengalaman untuk menyusun asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan tepat serta menerapkan intervensi pengaruh terapi genggam jari terhadap penurunan tekanan darah tinggi sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP).

2. Bagi Pasien

Diharapkan Dapat menambah ilmu pengetahuan pasien maupun keluarga mengenai tindakan mandiri terapi genggam jari terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.

Commented [ef6]: Dinarasikan saja, tidak perlu per poin

Commented [ef5]: Jadikan sub bab tersendiri

3. Bagi Pendidikan Institusi

Penerapan terapi genggam jari diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai bahan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya dibidang ilmu keperawatan dalam melakukan intervensi keperawatan secara mandiri terhadap pasien hipertensi .

4. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan sumber referensi bagi peneliti lainnya terkait penerapan terapi genggam jari untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, V. (2019). Kejadian Penyakit Hipertensi Dan Indeks Massa Tubuh Pada Perempuan Yang Tinggal Di Pedesaan Dan Perkotaan. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 10(2), 127–136. <https://doi.org/https://doi.org/10.34035/jk.v10i2.388>
- Bope ET, K. R. (2017). *Conn's Current Therapy*.
- Depkes. (2016). *klasifikasi hipertensi*. <https://doi.org/http://repo.stikesicm e-jbg.ac.id/id/eprint/3770>
- Dinar Maulani, E. S. (2022). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional. Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 153–158.
- Handayani, K. P. (2020). Efek Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/10.32660/jpk.v6i1.442>
- Hasanah, U., Fitria, A., Handoko, G., Tinggi, S., Kesehatan, I., Pesantren, H., & Hasan, Z. (2023). *Pengaruh rendam kaki dengan rebusan jahe terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di puskesmas kedungjajang 1,2,3*. 85–92.
- Mayo Clinic. (2021). *High blood pressure (hypertension)*. Retrieved from Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER). <https://doi.org/https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/high-bloodpressure/diagnosis-treatment/drc-20373417>
- Nugraheni, D. H. (2016). *Asuhan keperawatan keluarga bp. Y dengan fokus utama pada ibu a menderita hipertensi di desa srowot kecamatan kalibagor kabupaten banyumas*.
- Nurarif, A. H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa dan Nanda NIC NOC*.
- Nurman. (2017). *Efektifitas Antara Terapi Relaksasi Otot Progresif Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur Tahun*.
- Rafika Nur Siregar. (2024). Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rs Islam Malahayati Medan. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 8(1), 24–28. <https://doi.org/10.34012/jkpi.v8i1.4664>
- Rahmawati, I. (2020). *Silent Disease*. 7(2), 35–41.
- Setiawati. (2007). *Interaksi Obat*.