

ABSTRAK

Hipertensi kini telah menjadi penyakit degeneratif yang diturunkan kepada anggota keluarga yang memiliki riwayat hipertensi. Meningkatnya hipertensi pada usia muda dewasa dikarenakan gaya hidup tidak sehat. Hipertensi yang tidak dikelola dengan baik mengakibatkan komplikasi diantaranya penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dan asuhan keperawatan dengan penerapan *isometric handgrip exercise* pada pasien nyeri akut pada penderita hipertensi.

Jenis penelitian karya ilmiah ini adalah kualitatif dengan pendekatan kasus, subyek yang digunakan yaitu dua pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut. Lokasi penelitian di Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya. Dalam penelitian ini dilakukan asuhan keperawatan selama 5 hari, menggunakan pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan masalah keperawatan nyeri akut pada kedua pasien Tn.A dan Tn.E setelah diterapkan *isometric handgrip exercise* selama 5 hari. Hasil evaluasi dikatakan terjadi penurunan tingkat nyeri dengan perubahan tingkat nyeri dari skala 7 menjadi skala 3.

Penerapan *isometric handgrip exercise* dalam menurunkan tekanan darah dapat digunakan oleh perawat dalam melakukan upaya preventif dan kuratif pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut terhadap peningkatan tekanan darah sehingga dapat meningkatkan pemeliharaan kesehatan dan kualitas hidupnya. Perawat diharapkan dapat memberikan terapi tersebut sesuai standar operasional prosedur pada pasien maupun keluarga sehingga dapat melakukan secara mandiri.

Kata Kunci : *Isometric handgrip exercise*, nyeri akut