

ABSTRAK

Intoleransi aktivitas pada lansia penderita hipertensi adalah terjadinya gangguan metabolisme tubuh yang menyebabkan energi menurun sehingga pasien mengalami mudah lelah, pusing, dan lemas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah intoleransi aktivitas dengan menggunakan terapi relaksasi genggam jari tangan (*Finger Hold*).

Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan jumlah 1 pasien. Studi kasus ini adalah untuk mengetahui hasil penerapan terapi relaksasi genggam jari tangan (*Finger Hold*) pada lansia hipertensi dengan masalah keperawatan intoleransi aktivitas di Posyandu Lansia Menanggal Surabaya selama 2 minggu dengan 1 minggu 3 kali pertemuan yang berdurasi 15 menit. Metode pengumpulan data mulai dari pengkajian hingga evaluasi dengan cara wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik.

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini setelah 2 minggu pada pertemuan pertama 163/102 mmHg sedangkan tekanan darah setelah dilakukan terapi relaksasi genggam jari tangan (*Finger Hold*) pertemuan keenam 130/100 mmHg.

Penerapan terapi relaksasi genggam jari tangan (*Finger Hold*) dapat menjadi terapi alternatif untuk mengontrol tekanan darah tinggi dengan lansia yang memiliki intoleransi aktivitas. Disarankan pada pasien dan keluarga untuk menerapkan terapi ini sebagai upaya penanganan pada pasien yang mengalami masalah keperawatan intoleransi aktivitas.

Kata Kunci : Terapi relaksasi genggam jari tangan (*Finger Hold*), Intoleransi aktivitas, Lansia, Hipertensi