

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI PADA
KELUARGA NY.S DAN NY.W DENGAN HIPERTENSI UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SINDANGJAWA KABUPATEN CIREBON**



Oleh:

NANDA KURNIANI
NIM. P20620223035

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2026**

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI PADA KELUARGA NY.S DAN NY.W DENGAN HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGJAWA KABUPATEN CIREBON

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon



Oleh:

NANDA KURNIANI
NIM. P20620223035

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2026**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN CIREBON**

Karya Tulis Ilmiah, 25 Mei 2026

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI PADA
KELUARGA NY.S DAN NY.W DENGAN HIPERTENSI UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SINDANGJAWA KABUPATEN CIREBON**

Nanda Kurniani¹ , Omay Rohmana² Syarif Zen Yahya³

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi merupakan penyakit degeneratif dengan peningkatan tekanan darah persisten. Kondisi ini sering kali tanpa ada gejala (*silent killer*), namun berisiko tinggi memicu adanya komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal. Penatalaksanaan hipertensi ini meliputi terapi farmakologis dan non-farmakologis, dimana salah satu bentuk terapi non-farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu terapi relaksasi genggam jari. **Tujuan:** Menggambarkan kondisi klien, implementasi, respon, dan kesenjangan kedua klien. **Metode:** Menggunakan kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada keluarga Ny.S dengan usia 54 tahun dan Ny.W dengan 45 tahun di desa Cangkoak blok Desa Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa, Kabupaten Cirebon. **Hasil:** Setelah diberikan implementasi terapi relaksasi genggam jari terjadi penurunan tekanan darah. Pada klien 1 sebesar 170/99 mmHg menjadi 125/75 mmHg. Sedangkan klien 2 sebesar 175/95 mmHg menjadi 145/85 mmHg. **Kesimpulan:** Kedua klien mengalami hipertensi, di mana klien 1 memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan asin dan klien 2 mengalami gangguan tidur. Pelaksanaan terapi relaksasi genggam jari pada kedua klien berjalan dengan lancar dan memberikan respons penurunan tekanan darah yang signifikan. Klien 1 mengalami penurunan sistolik sebesar 45 mmHg dan diastolik 24 mmHg, sedangkan klien 2 mengalami penurunan sistolik sebesar 30 mmHg dan diastolik 10 mmHg. Kesenjangan hasil ini terjadi karena penurunan tekanan darah pada klien 1 lebih cepat dibanding klien 2, yang dipengaruhi oleh dukungan keluarga secara penuh. **Saran:** Kedua klien disarankan melanjutkan terapi relaksasi genggam jari secara mandiri serta menjaga pola makan dan tidur yang baik. Sementara itu, pihak keluarga diharapkan tetap memotivasi dan memantau kondisi kesehatan klien secara berkala.

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi Relaksasi Genggam Jari, Keluarga, Tekanan Darah

¹Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

^{2,3}Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA HEALTH
POLYTECHNIC OF THE MINISTRY OF HEALTH TASIKMALAYA
NURSING STUDI PROGRAM CIREBON

Scientific Writing, 25 May 2026

**IMPLEMENTATION OF FINGER-HOLDING RELAXATION THERAPY IN
THE FAMILY OF MRS. S AND MRS. W WITH HYPERTENSION TO
LOWER BLOOD PRESSURE IN THE WORK AREA SINDANGJAWA
PUBLIC HEALTH CENTER CIREBON REGENCY**

Nanda Kurniani¹, Omay Rohmana², Syarif Zen Yahya³

ABSTRACT

Background: Hypertension is a degenerative disease with persistent increase in blood pressure. This condition is often asymptomatic (silent killer), but has a high risk of triggering serious complications such as heart disease, stroke, and kidney disorders. Management of hypertension includes pharmacological and non-pharmacological therapy, where one form of non-pharmacological therapy that can lower blood pressure is finger-holding relaxation therapy. **Objective:** Describe the client's condition, implementation, response, and gaps between the two clients. **Method:** Using descriptive qualitative with a case study approach in the family of Mrs. S aged 54 years and Mrs. W aged 45 years in Cangkoak Village, Village Block, Sindangjawa Health Center Working Area, Cirebon Regency. **Results:** After being given the implementation of finger-holding relaxation therapy, there was a decrease in blood pressure. In client 1 it was 170/99 mmHg to 125/75 mmHg. While client 2 was 175/95 mmHg to 145/85 mmHg. **Conclusion:** Both clients had hypertension, where client 1 had a habit of consuming salty foods and client 2 had sleep disorders. The implementation of finger-holding relaxation therapy on both clients went smoothly and provided a significant response in reducing blood pressure. Client 1 experienced a decrease in systolic blood pressure of 45 mmHg and diastolic blood pressure of 24 mmHg, while client 2 experienced a decrease in systolic blood pressure of 30 mmHg and diastolic blood pressure of 10 mmHg. This gap in results occurred because the decrease in blood pressure in client 1 was faster than client 2, which was influenced by full family support. **Recommendation:** Both clients are advised to continue finger-holding relaxation therapy independently and maintain good eating and sleeping patterns. Meanwhile, the family is expected to continue motivating and monitoring the health conditions of the clients regularly.

Keywords: Hypertension, Finger-holding Relaxation Therapy, Family, Blood Pressure

¹ Student of D III Nursing Study Program Cirebon, Health Polytechnic of Tasikmalaya.

^{2,3} Lecturer of D III Nursing Study Program Cirebon, Health Polytechnic of Tasikmalaya.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "IMPLEMENTASI RELAKSASI GENGAM JARI PADA KELUARGA NY.S DAN NY.W DENGAN HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGJAWA KABUPATEN CIREBON." Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D III Keperawatan Cirebon.

Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya berkat usaha, ketekunan, serta doa yang senantiasa menyertai proses penyusunannya. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan kontribusi dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini diantaranya:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners M.Kep. Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Ibu Hj. Eni Suhaeni, S.KM, M.Kes Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon.
3. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Eyet Hidayat, SPd, S.Kp, M.Kep, Ns, Sp.Kep.J Ketua Program Studi Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
5. Ibu Eti Entin Efwanita, S.Km., M.Kes Kepala Puskesmas Sindangjawa, Kecamatan Dukupuntang Kabupaten Cirebon.
6. Ibu Epih Saepilah, S.Kep, Ners selaku CI di Puskesmas Sindangjawa.
7. Bapak Omay Rohmana, S.Kep, Ns. M.Kep, dosen pembimbing utama yang telah membimbing dan memberikan masukan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.

8. Bapak Syarif Zen Yahya, S.Kp, M.Kep, dosen pembimbing pendamping yang telah membimbing dan memberikan masukan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
9. Ibu Ati Siti Rochayati, SKM., M.Kes sebagai dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
10. Seluruh dosen dan staff Pendidikan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
11. Kedua Orang Tua Tercinta, Ayah Tohir dan Ibu Tasriah, serta kedua kakak tercinta, Nani Kurniasari dan Nana Kurniawati, sebagai motivator terbesar yang senantiasa mendoakan lahir dan batin, memberikan kasih sayang, serta mencurahkan dukungan penuh baik moral maupun material hingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Teman-teman seperjuangan, khususnya Sintia, Cindy, Elinda, Zhafira, Shifa, Lintang dan Irma, yang telah memberikan warna tersendiri dalam perjalanan akademik penulis, serta senantiasa memberikan semangat, bantuan, dan kerja sama yang solid dalam menyelesaikan studi ini.
13. Seseorang yang pernah bersama penulis dan tidak bisa penulis sebutkan namanya. Terima kasih atas patah hati yang diberikan tepat di tengah perjuangan menyusun tugas akhir ini. Kehilangan tersebut justru menjadi motivasi bagi penulis untuk membuktikan bahwa penulis mampu berdiri tegak dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih telah menjadi bagian menyenangkan dalam hidup ini.

Penulis menyadari karya tulis ilmiah ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa depan. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak yang membutuhkan. Terima kasih.

Cirebon, 25 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	
SURAT PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	ivi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
1. Tujuan umum.....	5
2. Tujuan khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktik	6
E. Keaslian Penelitian	2
BAB II TINJAUAN TEORITIS	10
A. Konsep Hipertensi	10
1. Definisi Hipertensi.....	10
2. Etiologi Hipertensi.....	11
3. Patofisiologi Hipertensi	11
4. Pathway Hipertensi.....	13
5. Klasifikasi Hipertensi	14
6. Manifestasi Klinis.....	15
7. Komplikasi Hipertensi	16
8. Penatalaksanaan Hipertensi	17
9. Pemeriksaan Penunjang	20
B. Konsep Keluarga	21
1. Definisi Keluarga.....	21
2. Tipe Keluarga	22
3. Struktur Keluarga	23
4. Peran Keluarga	24
5. Ciri-ciri Keluarga.....	25
6. Fungsi Keluarga.....	26
7. Tahapan dan Tugas Perkembangan Keluarga	27
8. Tugas Keluarga.....	29
9. Klasifikasi Keluarga Pada Tingkat Kesejahteraan.....	30
10. Tingkat Kemandirian Keluarga	31

C. Konsep Terapi Relaksasi Genggam Jari	32
1. Definisi	32
2. Tujuan	33
3. Manfaat	33
4. Indikasi dan Kontraindikasi	34
5. Gerakan Terapi Relaksasi Genggam Jari	34
D. Kerangka Teori dan Kerangka Konsep	35
1. Kerangka Teori	35
2. Kerangka Konsep	36
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	37
A. Desain Karya Tulis Ilmiah	37
B. Subyek Karya Tulis Ilmiah	37
1. Kriteria Inklusi.....	37
2. Kriteria Eksklusi	38
C. Definisi Operasional.....	38
D. Metode dan Teknik Pengumpulan Data.....	39
1. Wawancara.....	39
2. Observasi dan Pemeriksaan Fisik	39
3. Studi Dokumentasi	40
E. Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	40
1. Tahap Perencanaan dan Penulisan Karya Tulis Ilmiah.....	40
2. Tahap Implementasi dan Pengumpulan Data	40
3. Tahap Analisis dan Pelaporan Akhir.....	41
4. Tahap Evaluasi dan Finalisasi.....	41
F. Instrumen Pengumpulan Data	41
1. Lembar Hasil Pengukuran	42
2. Tensimeter Aneroid dan Stetoskop	42
G. Lokasi dan Waktu	42
1. Lokasi	42
2. Waktu.....	42
H. Keabsahan Data	43
1. Kredibilitas (<i>Credibility</i>)	44
2. Kebergantungan (<i>Dependendability</i>)	44
3. Konfirmabilitas (<i>Confirmability</i>).....	44
4. Transabilitas (<i>Transferability</i>)	44
I. Analisis Data	45
J. Etika Penelitian	45
1. Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	45
2. Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>).....	46
3. Keadilan (<i>Justice</i>)	46
4. Tidak Merugikan (<i>Non Maleficancy</i>)	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Karya Tulis Ilmiah	47
B. Pembahasan Karya Tulis Ilmiah	66
C. Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah	68
D. Implikasi Karya Tulis Ilmiah	69

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	15
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	39
Tabel 3. 2 Waktu	44

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway Hipertensi	13
Bagan 2. 2 Kerangka Teori	35
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1	Gerakan Terapi Genggam Jari	34
--------------------	-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan KTI / TA

Lampiran 2 Informed Consent (Persetujuan Menjadi Partisipan)

Lampiran 3 Pedoman Wawancara

Lampiran 4 Lembar Hasil Pengukuran

Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Relaksasi Genggam Jari

Lampiran 6 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI

Lampiran 7 Kunjungan Rumah

Lampiran 8 Lembar Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian Karya Tulis Ilmiah

Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 10 Lembar Hasil Turnitin