



KARYA ILMIAH AKHIR

**IMPLEMENTASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* PADA
PASIEN DENGAN DIAGNOSA KEPERAWATAN PERFUSI
PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RUANG LAVENDER
RSD. dr. SOEBANDI JEMBER**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Studi Ners

Oleh :

Nailul Farokah, S.Kep
NIM: 25.0103.1042

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2026**

KARYA ILMIAH AKHIR

**IMPLEMENTASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* PADA
PASIENT DENGAN DIAGNOSA KEPERAWATAN PERFUSI
PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RUANG LAVENDER
RSD. dr. SOEBANDI JEMBER**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Profesi Ners

Oleh:

Nailul Farokah, S.Kep

NIM. 25.0103.1042

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* PADA PASIENT DENGAN DIAGNOSA KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RUANG LAVENDER RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

Nailul Farokah, S.Kep
NIM. 25.0103.1042

KIA ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk Karya
Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 22 Juni 2026

Pembimbing



(Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked)
NPK : 19671216 1 0704448

LEMBAR PENGESAHAN

IMPLEMENTASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* PADA PASIEN DENGAN DIAGNOSA KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RUANG LAVENDER RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

Nailul Farokah, S.Kep

NIM. 25.0103.1042

Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir (KIA) pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 06 Juli 2026

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Ginanjar Sasmito A., M.Kep., Sp.Kep.MB (.....)
NPK. 1990021011509368
2. Penguji II : Ns. Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes (.....)
NPK. 1982061911203699
3. Penguji III : Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked (.....)
NPK. 1967121610704448

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

(Ns. Sri Wahyuni A, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom)
NPK. 1988030311703821

LEMBAR PENGUJI

Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir (KIA) Program Profesi Ners Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 23 Juli 2026

Penguji I

Ns. Ginanjar Sasmito A., M.Kep., Sp.Kep.MB
NPK. 1990021011509368

Penguji II

Ns. Dwi Yunita Haryanti, S.Kep., M.Kes
NPK. 1982061911203699

Penguji III

Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked
NPK. 1967121610704448

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ns. Sri Wahyuni A, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
2. Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M. Kep.Sp.Kep.M.B., selaku Kaprodi Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
3. Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
4. Orang tua dan kakak saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral
5. Sahabat yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada penulis, mendapat balasan dari Allah SWT. Besar harapan penulis agar Karya Ilmiah Akhir akhir ini dapat bermanfaat.

Jember, 06 Juli 2026

Penulis

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil'alamin dengan penuh rasa syukur peneliti memanjatkan rasa terima kasih atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, yang senantiasa memberikan kekuatan dan kemudahan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Izinkan saya untuk mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT, Dzat Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Terima kasih atas segala nikmat, kasih sayang, rahmat, karunia, kesehatan, kekuatan, kemudahan, serta pertolongan-Mu, akhirnya karya ini dapat terselesaikan. Tiada daya dan upaya tanpa izin-Mu
2. Dua orang terhebat dalam hidup saya, yaitu Alm. Bapak Umar dan Ibu Sri Widayati yang telah memberikan dukungan dan senantiasa membersamai untuk menguatkan selama proses penyelesaian pengerjaan ini. Terima kasih atas pengorbanan, usaha, perhatian, kasih sayang, doa dan ridho yang telah diberikan. Serta kepada kakak saya, Muhammad Alfin Nur yang telah memberikan dukungan dan juga menyemangati saya.
3. Apresiasi sebesar-besarnya kepada diri saya yang sudah berjuang untuk menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih untuk diri saya yang selalu berusaha untuk melawan banyak hal dan melewati berbagai macam halangan yang ada. Sekali lagi saya berterima kasih kepada diri saya karena telah berjuang untuk sampai di tahap saat ini.
4. Dosen pembimbing saya yang selalu memberikan arahan, dukungan, bimbingan dan atas luang waktu yang telah diberikan kepada saya.
5. Feby, Hilda, Fani, Fira, Fitri, Aisah dan Wulan atas semangat dan dukungan yang telah diberikan kepada saya.
6. Teman-teman seperjuangan Program Studi Profesi Ners A16 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang turut serta memberikan dukungan.



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. 0331-336728 Fax. 0331-337957

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> E-mail: fikes@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : NAILUL FAROKAH
NIM : 2501031042
Tempat, tanggal lahir : JEMBER, 09 JANUARI 2003
Agama : ISLAM
Jenis Kelamin : PEREMPUAN
Alamat : JL. LETJEN PANJAITAN NO. 169, JEMBER

Jurusan/Program Studi : PROFESI NERS
Fakultas : ILMU KESEHATAN
Universitas : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir, dengan Judul di bawah ini :

IMPLEMENTASI *ISOMETRIC HANDGRIP EXERCISE* PADA PASIEN DENGAN DIAGNOSA KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RUANG LAVENDER RSD. dr. SOEBANDI JEMBER

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri** atau **bukan plagiat** hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 08 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan,



(Nailul Farokah)

NIM. 2501031042

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PENGUJI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH	viii
DAFTAR ISI.....	ix
MOTTO	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan.....	6
1.4 Manfaat	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Hipertensi.....	9
2.2 Konsep Perfusi Perifer Tidak Efektif	14
2.3 Konsep <i>Isometric Handgrip Exercise</i>	21
2.4 Keaslian Penelitian.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Desain Penelitian.....	29
3.2 Subjek Penelitian.....	29
3.3 Fokus Penelitian	29
3.4 Lokasi dan waktu	30
3.5 Instrumen penelitian.....	30
3.6 Metode Pengumpulan Data	30
3.7 Analisis Data dan Penyajian Data	33
3.8 Etika penelitian.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Hasil	36

4.2	Pembahasan.....	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		63
5.1	Kesimpulan	63
5.2	Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....		67
LAMPIRAN.....		70



MOTTO

Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu. Dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.

(Q.S. Al-Baqarah : 216)

Hujan itu tidak pernah mendatangimu, dia hanya melewatimu. Karena hidup hanyalah silih bergantinya musim, maka terimalah dan tetaplah bertahan. Dia pasti akan berlalu.

(Ust. Hanan Attaki)

Orang lain tidak akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita. Mereka hanya ingin tahu bagian *success stories* saja. Berjuanglah untuk diri sendiri, walaupun tidak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan, akan sangat bangga dengan apa yang telah kita perjuangkan hari ini.

(Fardi Yandi)

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	10
Tabel 2.2 Keaslian Penelitian	27
Tabel 4.1 Identitas Pasien	36
Tabel 4.2 Pengkajian Riwayat Penyakit	37
Tabel 4.3 Pengkajian Pola Fungsi Kesehatan	38
Tabel 4.4 Pengkajian Tanda-tanda Vital	39
Tabel 4.5 Pengkajian Pemeriksaan Fisik	39
Tabel 4.6 Hasil Pemeriksaan Laboratorium	41
Tabel 4.7 Terapi Pasien I	42
Tabel 4.8 Terapi Pasien II	43
Tabel 4.9 Terapi Pasien III	43
Tabel 4.10 Analisa Data	43
Tabel 4.11 Diagnosa Keperawatan	44
Tabel 4.12 Rencana Keperawatan	45
Tabel 4.13 Implementasi Pasien I	45
Tabel 4.14 Implementasi Pasien II	47
Tabel 4.15 Implementasi Pasien III	48
Tabel 4.16 Evaluasi Pasien I	50
Tabel 4.17 Evaluasi Pasien II	50
Tabel 4.18 Evaluasi Pasien III	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Inform Consent</i>	71
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	72
Lampiran 3. Lembar Pengesahan Judul	73
Lampiran 4. Surat Izin Pengambilan Data	74
Lampiran 5. Surat Bebas Plagiasi	75
Lampiran 6. SOP <i>Isometric Handgrip Exercise</i>	76
Lampiran 7. Dokumentasi	77
Lampiran 8. Lembar Konsul	78
Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup	79

