

**PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SIMPANG TIGA
PEKANBARU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS



NABILA RAHMATUL AISYAH

NIM.P032214401023

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI DIII KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

**PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SIMPANG TIGA
PEKANBARU**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus Ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan



**NABILA RAHMATUL AISYAH
NIM.P032214401023**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI DIII KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



NAMA : NABILA RAHMATUL AISYAH
TEMPAT/TANGGAL LAHIR : KOTO ALAM, 10 APRIL 2004
JENIS KELAMIN : PEREMPUAN
AGAMA : ISLAM
ALAMAT : JL. CIPTA KARYA, GG. LENGKEPE
NAMA ORANG TUA
AYAH : ABDUL MALIK
IBU : HARLEN ANDRIANI

RIWAYAT PENDIDIKAN

NO	JENJANG PENDIDIKAN	TEMPAT PENDIDIKAN	TAHUN LULUS
1.	SDN 01 KOTO ALAM	KOTO ALAM	2016
2.	MTsN 1 PAYAKUMBUH	PAYAKUMBUH	2017
3.	MTs AL MUHAJIRIN	BUNGARAYA	2019
4.	SMAN 1 BUNGARAYA	BUNGARAYA	2022
5.	POLTEKKES KEMENKES RIAU	PEKANBARU	2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nabila Rahmatul Aisyah
NIM : P032214401023
Program Studi : DIII Keperawatan
Institusi : Poltekkes Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 03 Juni 2025
Pembuat Pernyataan



Nabila Rahmatul Aisyah

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp. Kep.M.B
NIP. 198509292010122006


Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes
NIP. 197011232003121002

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUJUI UNTUK DIAJUKAN
TANGGAL 03 JUNI 2025

Oleh

Pembimbing Utama


Ns. Yoza Misra Fatma, M.Kep., Sp. Kep.MB
NIP. 198509292010122006

Pembimbing Pendamping


Dr. Ibnu Rusdi, S. Kp., M.Kes
NIP. 197011232003121002

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING*
DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG TIGA,
PEKANBARU

Telah Diuji

Pada Tanggal 03 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp. Kep. M.B
NIDN. 4029098501

(.....)

Anggota Penguji

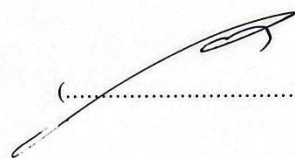
Penguji Anggota I

Ns. Wiwiek Delvira, M. Kep
NIDN. 4008107401

(.....)

Penguji Anggota II

Ns. Ardenny, S.Kep., M. Kep
NIDN. 4004087801

(.....)

Mengetahui,

Ketua
Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP.197207141992031003

Ketua
Prodi DIII Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Riau


Ns. Syafrisar Meri Agridubella, M.Kep
NIP.198702192018012001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas rahmatNya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Pendidikan di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Rully Hevriani, SST., Bdn., M.Keb., MH selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk memperoleh ilmu di Kampus Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep. M.B selaku Pembimbing

- I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, memberi motivasi, dorongan dan semangat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Dr. Ibnu Rusdi, S.Kp., M.Kes selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, memberi motivasi, dorongan dan semangat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
 6. Ibu Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep selaku penguji pertama yang memberikan arahan dan masukan untuk penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
 7. Bapak Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep selaku penguji kedua yang memberikan arahan dan masukan untuk penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
 8. Semua dosen pengajar Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmu selama penulis menimba ilmu di Program Studi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau dan telah memberikan saran serta dukungan dalam mengerjakan Karya Tulis Ilmiah ini.
 9. Teristimewa rasa hormat dan terima kasih kepada kedua orang tua penulis yaitu Ayahanda Abdul Malik, dan Ibunda Harlen Andriani, yang telah menghanturkan doa sepanjang masa dan motivasi baik berupa material, moril yang tak pernah putus dan menjadi semangat bagi penulis hingga dapat bertahan sampai saat ini.

10. Kepada kakak dan abang penulis, khususnya Nabila Warda Azzahra yang selalu memberikan dukungan dan support kepada penulis serta membantu penulis dalam mempelajari hal-hal yang penulis tidak pahami.
11. Kepada sahabat penulis Nandra Monika, Nurul Hafisah, Tiara Monica, Sri Ananda Fujiati. Terima kasih telah menjadi teman terbaik selama menempuh perkuliahan ini dan membantu banyak hal, penulis berharap pertemanan kita tetap terjalin walaupun nanti sudah menempuh jalan kesuksesan masing-masing.
12. Terakhir, penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu namanya yang sudah mendukung penulis baik dari segi motivasi, berupa ucapan, doa hingga material.

Peneliti menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih belum sempurna, sehingga kritik dan saran sangat diharapkan untuk penyempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Pekanbaru, 17 Februari 2025

Nabila Rahmatul A.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Dasar Hipertensi.....	7
2.1.1 Definisi Hipertensi	7
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	7
2.1.3 Etiologi	9
2.1.4 Patofisiologi.....	12
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	13
2.1.6 Penatalaksanaan Farmakologi dan Non-Farmakologi.....	14
2.2 Konsep Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	16
2.2.1 Definisi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	16
2.2.2 Manfaat Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	16
2.3.1 Kontraindikasi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	17
2.3.2 Prosedur Pelaksanaan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	17
BAB 3 METODE PENELITIAN	20

3.1 Jenis dan Desain Penelitian	20
3.2 Subjek Penelitian	20
3.3 Fokus Studi	21
3.4 Definisi Operasional	21
3.5 Instrumen Penelitian	22
3.6 Metode Pengumpulan Data	22
3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	24
3.8 Analisa Data dan Penyajian Data	24
3.9 Etika Penelitian.....	24
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
4.1 Hasil Penelitian	26
4.1.1 Gambaran Lokasi Studi Kasus	26
4.1.2 Gambaran Subjek Studi Kasus	26
4.1.3 Pemaparan Fokus Studi Kasus	28
4.2 Pembahasan.....	30
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	35
5.1 Kesimpulan.....	35
5.2 Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Klasifikasi Derajat Hipertensi Berdasarkan ACC/AHA dan ESH.....	8
Tabel 2 2 Prosedur Pelaksanaan <i>slow deep breathing</i>	18
Tabel 4. 1 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Kedua Subjek Sebelum (Pre) Diberikan Terapi	
<i>Slow</i>	<i>Deep</i>
<i>Breathing</i>	
.....	28
Tabel 4. 2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Kedua Subjek Setelah (Post) Diberikan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	28
Tabel 4. 3 Rata-Rata Penurunan Tekanan Darah Pada Kedua Subjek Sebelum (Pre) dan Setelah (Post) Diberikan Penerapan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Formulir Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 2 Lembar Konsultasi
- Lampiran 3 Lembar Revisi Penguji
- Lampiran 4 Surat Keterangan Survey Data Hipertensi Kota Pekanbaru
- Lampiran 5 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru
- Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Puskesmas Simpang Tiga
- Lampiran 7 Surat Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 8 *Informed Consent*
- Lampiran 9 Standar Operasional Prosedur Pelaksanaan *Slow Deep Breathing*
- Lampiran 10 Standar Prosedur Operasional Mengukur Tekanan Darah
- Lampiran 11 Leaflet Edukasi Hipertensi
- Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan