



PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

**PENERAPAN INTERVENSI *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK MENGATASI
NYERI AKUT PADA Tn. H DENGAN GANGGUAN SISTEM
KARDIOVASKULAR: HIPERTENSI DI PUSKESMAS
TANJUNG PURA KAB. KETAPANG**

Karya Ilmiah Akhir

**Diajukan Sebagai Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners**

OLEH:

**ANANG SURYA RAMADHAN
NIM. 891243050**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
YAYASAN RUMAH SAKIT ISLAM (YARSI) PONTIANAK
2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

**Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar**

Nama : Anang Surya Ramadhan
Nim : 891243050
Program Studi : Profesi Ners
Tahun akademik : 2024
Tanda Tangan :

Tempat dan Tanggal: Pontianak, Juli 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Anang Surya Ramadhan
NIM : 891243050
Program Studi : Studi Ners Keperawatan Tahap Profesi
Judul : Penerapan Intervensi *Slow Deep Breathing* Untuk
Mengatasi Nyeri Akut Pada Tn. H Dengan Gangguan
Sistem Kardiovaskular: Hipertensi Di Puskesmas Tanjung
Pura Kab. Ketapang

Pembimbing

**(Ns. Dewin Safitri, M. Kep)
NIDN. 1109049103**

Diajukan di : Pontianak
Tanggal : Agustus 2025

LEMBAR PENGESAHAN

**PENERAPAN INTERVENSI *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK MENGATASI
NYERI AKUT PADA Tn. H DENGAN GANGGUAN SISTEM
KARDIOVASKULAR: HIPERTENSI DI PUSKESMAS
TANJUNG PURA KAB. KETAPANG**

Disusun Oleh:

Anang Surya Ramadhan
NIM: 891243050

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada tanggal, Agustus 2025

PENGUJI I

PENGUJI II

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M.Kep
NIDN. 1123058801

Ns. Debby Hatmalyakin, M.Kep
NIDN. 1102039301

PENGUJI III

Ns. Dewin Safitri, M. Kep
NIDN. 1109049103

KIA ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk
mendapatkan gelar Ners (Ns.)

Mengetahui
Pontianak, Agustus 2025

Ketua
STIKess YARSI Pontianak

Ketua Program Studi
Pendidikan Profesi Ners

Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep
NIDN. 1123058801

Ns. Nurpratiwi, M. Kep
NIDN. 1110118703

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir (KIA) dengan judul: *“Penerapan Intervensi Slow Deep Breathing Untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Tn. H Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular: Hipertensi Di Puskesmas Tanjung Pura Kab. Ketapang”*.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini menguraikan konsep hipertensi dan asuhan keperawatan dengan hipertensi serta penjelasan mengenai proses nyeri akut. Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Ners keperawatan di STIKes YARSI Pontianak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan dorongan baik moril maupun materil, terimakasih kepada:

1. Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku Ketua STIKes YARSI Pontianak.
2. Ns. Nurpratiwi, M.Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners STIKes YARSI Pontianak.
3. Kepala Puskesmas Tanjung Pura Kab. Ketapang beserta jajaran yang telah memberikan ijin dan memfasilitasi penulis melakukan praktik Profesi (Ners).
4. Ns. Dewin Safitri, M. Kep selaku pembimbing yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan laporan kasus ini
5. Bapak dan ibu dosen beserta staff pendidikan STIKes YARSI Pontianak yang telah banyak memberikan dorongan dan bekal ilmu selama penulis mengikuti pendidikan.
6. Istri, Anak, Bapak, ibu, adik serta keluarga tercinta yang telah memberikan doa dan dorongan semangat serta materil dalam menyelesaikan laporan kasus ini.
7. Semua rekan-rekan seangkatan dan adik-adikku tersayang yang telah memberikan dorongan dan motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis merasakan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini begitu banyak hambatan, namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak maka penulis dapat menyelesaikan dengan baik. Kritik dan saran sangat penulis harapkan

agar penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini lebih baik lagi dimasa yang akan datang dan semoga Karya Ilmiah Akhir ini sangat bermanfaat bagi kita semua. Amin ya Robbal'alam.

Pontianak, Agustus 2025

Anang Surya Ramadhan

Penerapan Intervensi *Slow Deep Breathing* untuk Mengatasi Nyeri Akut pada Tn. H dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular: Hipertensi di Puskesmas Tanjung Pura Kab. Ketapang

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) YARSI Pontianak

Anang Surya Ramadhan¹, Dewin Safitri², Uti Rusdian Hidayat³,
Debby Hatmalyakin⁴

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi dapat menimbulkan nyeri akut akibat peningkatan tekanan vaskular. Penanganan nyeri tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, namun juga membutuhkan intervensi non-farmakologis seperti *slow deep breathing* yang terbukti aman dan efektif.

Tujuan: Menganalisis penerapan intervensi *slow deep breathing* terhadap nyeri akut pada Tn. H dengan hipertensi di Puskesmas Tanjung Pura.

Metode: Studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Intervensi dilakukan selama 3 hari.

Hasil: Setelah intervensi, terjadi penurunan skala nyeri dari sedang menjadi ringan, serta tekanan darah menurun. Klien merasa lebih nyaman, ringan di kepala, dan fisik lebih bugar.

Kesimpulan: *Slow deep breathing* efektif sebagai intervensi non-farmakologis dalam mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi, serta dapat diterapkan di layanan kesehatan primer.

Kata kunci: Hipertensi, nyeri akut, *slow deep breathing*, intervensi non-farmakologis, keperawatan

**Implementation of Slow Deep Breathing Intervention to Reduce Acute Pain in
Mr. H with Cardiovascular System Disorder: Hypertension at Tanjung Pura
Health Center, Ketapang Regency**

YARSI College of Health Sciences (STIKes YARSI) Pontianak

Anang Surya Ramadhan¹, Dewin Safitri², Uti Rusdian Hidayat³,
Debby Hatmalyakin⁴

ABSTRACT

Background: Hypertension can cause acute pain due to increased vascular pressure. Pain management does not rely solely on pharmacological therapy but also requires non-pharmacological interventions such as slow deep breathing, which has been proven safe and effective.

Objective: To analyze the application of slow deep breathing intervention for acute pain in Mr. H with hypertension at Tanjung Pura Health Center.

Method: A descriptive study with a case study approach. Data were collected through interviews, observation, and physical examination. The intervention was carried out over three consecutive days.

Results: After the intervention, there was a reduction in pain scale from moderate to mild, along with a decrease in blood pressure. The client reported feeling more comfortable, experiencing a lighter sensation in the head, and improved physical fitness.

Conclusion: Slow deep breathing is effective as a non-pharmacological nursing intervention in reducing acute pain in hypertensive patients and can be widely applied in primary healthcare services.

Keywords: *Hypertension, acute pain, slow deep breathing, non-pharmacological intervention, nursing*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR SKEMA	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan	4
C. Sistematika Penulisan	4
D. Manfaat Penulisan	5
 BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. Anatomi Sistem Kardiovaskuler	7
B. Konsep Dasar Penyakit	14
1. Pengertian Hipertensi.....	14
2. Jenis Hipertensi.....	15
3. Penyebab Hipertensi	15
4. Tanda dan Gejala	16
5. Patofisiologi	18
6. Penatalaksanaan	21
7. Komplikasi	23
C. <i>Evidence Based Practice</i>	24
D. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Hipertensi	25
1. Pengkajian	25
2. Diagnosa Keperawatan	27
3. Intervensi Keperawatan	27
 BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	
A. Pengkajian Keperawatan.....	30
B. Analisa Data.....	40
C. Daftar Diagnosa Keperawatan.	42
D. Rencana Keperawatan.....	42
E. Catatan Tindakan Keperawatan	46
F. Catatan Perkembangan.	50
 BAB IV PEMBAHASAN	
a. Analisis Proses Keperawatan dengan Konsep dan Kasus Terkait	55
b. Analisis Penerapan Intervensi berdasarkan Evidence Based Nursing Practice.....	58

c. Alternatif Pemecahan Masalah atau yang dapat dilakukan	60
---	----

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	62
B. Saran	63

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	15
Tabel 3.2 Analisa Data.....	40
Tabel 3.3 Daftar Diagnosa Keperawatan	42
Tabel 3.4 Rencana Keperawatan.....	42
Tabel 3.5 Catatan Tindakan Keperawatan	46
Tabel 3.6 Catatan Perkembangan	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Letak dan Bentuk Jantung	8
Gambar 2.2 Ruang Jantung	10

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Patofisiologi <i>Hipertensi</i>	20
---	----