

HALAMAN JUDUL



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI *SLOW
DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SINGKAWANG TIMUR II**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan sebagai persyaratan untuk
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners

OLEH:

**MELINDA PRISCINOVA
NIM. 891243077**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES YARSI PONTIANAK
TAHUN 2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Melinda Priscinova
NIM : 891243077
Tanda Tangan :

Tanggal : 22 Agustus 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini diajukan oleh :

Nama : Melinda Priscinova

NIM : 891243077

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan Terapi *Slow Deep Breathing* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Hipertensi Di UPT Puskesmas Singkawang Timur II

Untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners (Tahap Profesi) STIKes YARSI Pontianak.

PEMBIMBING

Ns. Dodik Limansyah, M.Kep, Sp.Kom
NIDN. 1115017704

Diajukan di : Pontianak

Tanggal : 22 Agustus 2025

LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SINGKAWANG TIMUR II**

Disusun oleh :
Melinda Priscinova
NIM. 891243077

Telah Dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada tanggal, 27 Agustus 2025

Penguji I

Penguji II

Ns. Masmuri, M. Kep
NIDN. 1112028403

Ns. Hendra Priyatnanto, M. Kep
NIDN. 1110109102

Penguji III

Ns. Dodik Limansyah, M. Kep, Sp. Kom
NIDN. 1115017704

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

Mengetahui
Pontianak, 10 Agustus 2025

Ketua
STIKes YARSI Pontianak

Ketua Program Studi
Pendidikan Profesi Ners

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

Ns. Nurpratiwi, M. Kep
NIDN. 1110118703

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS SINGKAWANG TIMUR II

Melinda Priscinova¹, Dodik Limansyah²

Mahasiswa STIKES Yarsi Pontianak¹⁾, Dosen STIKES Yarsi Pontianak²⁾

STIKES YARSI Pontianak

Pendahuluan: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang terjadi karena tekanan darah meningkat hingga melampaui batas normal yaitu 120/80 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang cukup berbahaya dan sebagai faktor risiko utama yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler, misalnya serangan jantung, gagal jantung, stroke. Pada umumnya ketika seseorang yang menderita hipertensi akan muncul tanda dan gejala yaitu tengguk terasa nyeri, hal ini diakibatkan karena terjadi peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher sehingga aliran darah menjadi tidak lancar. Terdapat beberapa terapi nonfarmakologis yang juga dapat digunakan untuk mengendalikan tekanan darah tinggi dan juga untuk menurunkan nyeri yakni salah satunya melalui latihan nafas *Slow Deep Breathing*. **Tujuan:** Tujuan dalam karya ilmiah ini adalah untuk menganalisis asuhan keperawatan penerapan *Slow Deep Breathing* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas Singkawang Timur II. **Metode:** Metode dalam karya ilmiah ini adalah studi kasus. **Hasil:** Berdasarkan analisis asuhan keperawatan didapatkan hasil setelah dilakukan terapi *Slow Deep Breathing* selama 3 hari berturut-turut didapatkan penurunan skala nyeri. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan penerapan terapi *Slow Deep Breathing* terbukti efektif dalam mengatasi masalah nyeri pada pasien hipertensi. **Rekomendasi:** Terapi *Slow Deep Breathing* dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi dalam upaya menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : *Slow Deep Breathing*, Hipertensi, Nyeri

ABSTRACT

ANALYSIS OF NURSING CARE ON THE IMPLEMENTATION OF SLOW DEEP BREATHING THERAPY TOWARDS REDUCING PAIN SCALE IN HYPERTENSION PATIENTS AT THE SINGKAWANG TIMUR II PUBLIC HEALTH CENTER

Melinda Priscinova¹ , Dodik Limansyah²

Studen of STIKES Yarsi Pontianak¹⁾, Lecturer of STIKES Yarsi Pontianak²⁾

Introduction: Hypertension is a non-communicable disease that occurs when blood pressure increases beyond the normal limit of 120/80 mmHg. Hypertension is a disease that is quite dangerous and is a major risk factor that can cause cardiovascular disease, for example heart attacks, heart failure and stroke. Generally, when someone suffers from hypertension, signs and symptoms will appear, namely a sore throat, this is caused by increased pressure on the walls of blood vessels in the neck area so that blood flow is not smooth. There are several non-pharmacological therapies that can also be used to control high blood pressure and also to reduce pain, one of which is through Slow Deep Breathing exercises. **Purpose:** The purpose of this study is to analyze nursing care using Slow Deep Breathing to reduce pain scale in hypertension patients at the Singkawang Timur II Community Health Center. **Method:** The method in this study is a case study. **Result:** Based on the analysis of nursing care, the results obtained after carrying out Slow Deep Breathing therapy for 3 consecutive days showed a decrease in the pain scale. **conclusion :** It can be concluded that the application of Slow Deep Breathing therapy has proven effective in overcoming pain problems in hypertension patients. **Recommendation:** Slow Deep Breathing therapy can be used as a non-pharmacological therapy in an effort to reduce the pain scale in hypertension patients..

Key Words : Slow Deep Breathing, Hypertension, Pain

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan pada ALLAH Subhanahu Wata'Ala Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga karya ilmiah akhir yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan Terapi *Slow Deep Breathing* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Hipertensi Di UPT Puskesmas Singkawang Timur II” dapat terselesaikan.

Dengan terselesaikan Karya Ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga saya sampaikan kepada:

1. Bapak Ns. Uti Rusdian Hidayat, M. Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak.
2. Bapak Barkat, S.KM selaku Kepala UPT Puskesmas Singkawang Timur II beserta Jajaran dan Staf dimana penelitian Ini dilaksanakan
3. Ibu Ns. Nurpratiwi, M. Kep Selaku Ketua Prodi Ners STIKES Yarsi Pontianak
4. Bapak Ns. Dodik Limansyah, M. Kep, Sp.Kom selaku dosen pembimbing dalam penyusunan KIA ini, yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan masukan dalam penyusunan KIA ini
5. Ibu Ns. Masmuri, M. Kep, selaku dosen Penguji I karya ilmiah akhir ini yang telah meluangkan segenap waktu disela-sela kesibukannya untuk dapat menguji dan memberikan masukan terhadap penyusunan karya ilmiah akhir ini.
6. Bapak Ns. Hendra Priyatnanto, M. Kep, selaku dosen Penguji II karya ilmiah akhir ini yang telah meluangkan segenap waktu disela-sela kesibukannya untuk dapat menguji dan memberikan masukan terhadap penyusunan karya ilmiah akhir ini.
7. Kedua Orang Tua, Suami beserta Keluarga yang telah memberikan banyak bantuan secara materi, doa dan dukungan sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
8. Petugas dan Kader di wilayah kerja UPT Puskesmas Singkawang Timur II banyak membantu dalam jalannya penelitian.

9. Seluruh dosen di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam menyusun karya ilmiah akhir ini.

Karya ilmiah akhir ini disadari masih banyak kekurangan dan kelemahannya. Untuk itu kritik dan saran dari pembaca sangat diperlukan demi kesempurnaan penelitian ini. Semoga hasil karya ilmiah akhir ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Singkawang, Agustus 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penulisan	3
D. Manfaat Penulisan	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN TEORITIS	6
A. Konsep Dasar Hipertensi	6
1. Definisi Hipertensi	6
2. Klasifikasi Hipertensi	7
3. Tanda dan Gejala	9
4. Penyebab Hipertensi	9
5. Komplikasi Hipertensi	12
6. Pencegahan Hipertensi	13
B. Konsep Dasar Nyeri	13
1. Definisi	13
2. Klasifikasi Nyeri	14
3. Etiologi	15
4. Tanda dan Gejala	16
5. Kondisi klinis terkait	16
6. Respon tubuh terhadap nyeri	16
7. Faktor yang mempengaruhi respon nyeri	17
8. Pengkajian Nyeri	18
9. Pengukuran Respon Intensitas Nyeri	18
C. Konsep <i>Slow Deep Breathing</i>	19
1. Definisi	19
2. Tujuan	20
3. Manfaat	20
4. Mekanisme	21
5. Prosedur atau Langkah Tindakan	21
D. Konsep Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi	23
1. Pengkajian	23
2. Diagnosa Keperawatan	24
3. Intervensi	25

	4. Implementasi.....	31
	5. Evaluasi.....	31
	E. Kerangka Teoritis.....	32
BAB III	LAPORAN KASUS	33
	A. Pengkajian.....	33
	B. Analisa Data	39
	C. Diagnosa Keperawatan	40
	D. Perencanaan Keperawatan.....	41
	E. Implementasi Keperawatan.....	45
	F. Evaluasi	54
BAB IV	PEMBAHASAN.....	59
	A. Analisis Proses Keperawatan dengan Konsep Teori dan Kasus Terkait	59
	B. Analisis Penerapan Intervensi Berdasarkan Evidence Based Nursing Practice	66
	C. Alternatif Pemecahan Masalah atau Solusi yang Dapat Dilakukan	68
BAB V	KESIMPULAN	69
	A. Kesimpulan	69
	B. Saran.....	70
Daftar Pustaka		
Lampiran		

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2.1	Klasifikasi Hiepertensi Menurut PDHI.....	8
Tabel 2.2	Tanda dan Gejala Nyeri Akut dan Kornis.....	16
Tabel 2.3	Perencanaan Keperawatan	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Wong Baker Faces Pain Rating Scale</i>	19
Gambar 2.2	<i>Numeric Rating Scale</i>	19
Gambar 2.3	Kerangka Teoritis	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data
Lampiran 2	Surat Balasan Ijin Pengambilan Data
Lampiran 3	Surat Keterangan Kelayakan Instrumen Penelitian
Lampiran 4	Surat Ijin Melakukan Penelitian
Lampiran 5	Surat Balasan Ijin Penelitian
Lampiran 6	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 7	Pernyataan Bersedia Menjadi Responden
Lampiran 8	Standar Operasional Prosedur
Lampiran 9	Satuan Acara Penyuluhan
Lampiran 10	Dokumentasi
Lampiran 11	Lembar Konsultasi
Lampiran 12	Daftar Riwayat Hidup Peneliti