

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENERAPAN SLOW DEEP BREATHING EXERCISE**  
**UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN**  
**HIPERTENSI DI RUANG AHMAD DAHLAN**  
**RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH**  
**PALEMBANG TAHUN 2024**



Oleh:

**REGITA AYU PUTRI**

**NIM. 201440161019**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AISYIYAH PALEMBANG**

**PROGRAM STUDI DIH KEPERAWATAN**

**TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENERAPAN SLOW DEEP BREATHING EXERCISE**  
**UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN**  
**HIPERTENSI DI RUANG AHMAD DAHLAN**  
**RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH**  
**PALEMBANG TAHUN 2024**



**Oleh:**

**REGITA AYU PUTRI**

**NIM. 201440101019**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AISYIYAH PALEMBANG**  
**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**  
**TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENERAPAN SLOW DEEP BREATHING EXERCISE**  
**UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN**  
**HIPERTENSI DI RUANG AHMAD DAHLAN**  
**RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH**  
**PALEMBANG TAHUN 2024**

Diajukan Kepada STIKES 'Aisyiyah Palembang Untuk Memenuhi Salah Satu  
Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Ahli Madya Keperawatan



Oleh:

**REGITA AYU PUTRI**

**NIM. 201440101019**

**EKOLAH TINNGI ILMU KESEHATAN AISYIYAH PALEMBANG**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

**TAHUN AKADEMIK 2023/2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

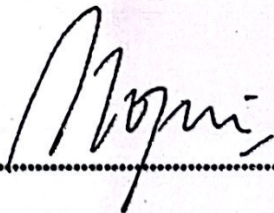
Diterima dan di setujui untuk Ujian Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)

**Penerapan slow deep breathing exercise untuk mengurangi nyeri akut padapasien hipertensi di ruang ahmad dahlan rumah sakit muhammadiyah Palembang tahun 2024.**

**Pembimbing Utama**  
**Ns. Sunarmi. S.Kep.M.Kes**  
**NIP. 2015.04.058**

  
(.....)

**Pembimbing Pendamping**  
**Nopianti, S.Kep, M.Kes**  
**NIP. 1999.10.028**

  
(.....)

**Mengetahui,**  
**Ketua Prodi DHI Keperawatan**



**Ns.Neng Annis Fathia.M.Kep**  
**NIP. 2017.11.070**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)**

**Penerapan slow deep breathing exercise untuk mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi di ruang ahmad dahlan rumah sakit muhammadiyah**

**palembang tahun 2024.**

Disusun Oleh:

Regita ayu putri

NIM. 211440101019

Telah di Pertahankan di Depan Tim Penguji

Pada Tanggal : 30 Juli 2024

**Ketua Penguji**

**Suherwin.S.Kep.M.Kes**  
NIP.2003.10.043

  
(.....)

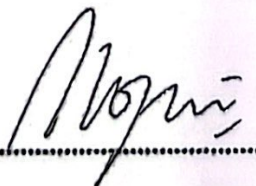
**Penguji I**

**Ns. Sunarmi.S.Kep.M.Kes**  
NIP.2015.04.058

  
(.....)

**Penguji II**

**Nopianti.S.Kep.M.Kes**  
NIP.1999.10.028

  
(.....)

Mengetahui,  
Ketua STIKES 'Aisyiyah Palembang

  
**Khoirun SKM, M.Kes**  
NIP.2000.12.104

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Karya Tulis Ilmiah (Studi Kasus)**

**Penerapan slow deep breathing exercise untuk mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi di ruang ahmad dahlan rumah sakit muhammadiyah**

**palembang tahun 2024.**

**Disusun Oleh:**

**Regita ayu putri**


**NIM. 211440101019**

**Telah di Pertahankan di Depan Tim Penguji**

**Pada Tanggal : 30 Juli 2024**


**Ketua Penguji**

**Suherwin.S.Kep.M.Kes**  
**NIP.2003.10.043**

()

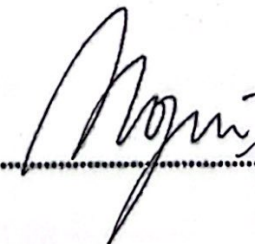
**Penguji I**

**Ns. Sunarmi.S.Kep.M.Kes**  
**NIP.2015.04.058**

()

**Penguji II**

**Nopianti.S.Kep.M.Kes**  
**NIP.1999.10.028**

()

**Mengetahui,**  
**Ketua STIKES Aisyiyah Palembang**

**Ns. Neng Annis Fathia, M.Kep**  
**NIP.2017.11.070**



Karya Tulis Ilmiah, 17 Juli 2024  
Regita ayu putri

**PENERAPAN SLOW DEEP BREATHING EXERCISE  
UNTUK MENGURANGI NYERI AKUT PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI RUANG AHMAD DAHLAN RUMAH SAKIT  
MUHAMMADIYAH PALEMBANG TAHUN 2024**

**Xv + 82 Halaman + 15 Tabel + 1 Gambar + 2 Bagan**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Hipertensi ditandai dengan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg, berdasarkan pada dua kali pengukuran atau lebih Slow deep breathing merupakan suatu bentuk tindakan keperawatan yang dalam hal ini perawat mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan nafas secara perlahan, selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi nafas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah

**Tujuan:** Akan melakukan penerapan slow deep breathing exercise dengan nyeri akut pada pasien hipertensi di Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang tahun 2024. **Metode :** Jenis penelitian ini adalah deskriptif analiti dalam bentuk studi kasus untuk mengeksplorasi Penerapan slow deep breathing exercise dengan nyeri akut pada pasien hipertensi di ruang penyakit dalam di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang tahun 2024. **Hasil:** hasil penelitian yang didapatkan evaluasi dari pasien I dan II dengan masalah nyeri akut terdapat perubahan yang terlihat setelah dilakukan penerapan slow deep breathing exercise. **Saran:** Penelitian ini diterapkan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan kesehatan terkait penerapan relaksasi napas dalam pada pasien hipertensi dengan nyeri akut.

**Kata Kunci :** Terapi slow deep breathing, exercise, nyeri akut, hipertensi. Daftar Pustaka : 29 (2014-2024)

**Scientific Papers,**

**July 17 2024**

**Regita ayu putri**

**IMPLEMENTATION OF SLOW DEEP BREATHING EXERCISE TO REDUCE ACUTE PAIN IN HYPERTENSION PATIENTS IN AHMAD DAHLAN ROOM MUHAMMADIYAH HOSPITAL PALEMBANG IN 2024**

**Xv + 82 Pages + 15 Tables + 1 Figure + 2 Charts**

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is characterized by systolic blood pressure  $\geq 140$  mmHg and diastolic blood pressure  $\geq 90$  mmHg, based on two or more measurements. Slow deep breathing is a form of nursing action in which the nurse teaches the client how to take deep breaths. slow (holding inspiration to the maximum) and how to exhale slowly, besides being able to reduce pain intensity, deep breathing relaxation techniques can also increase lung ventilation and increase blood oxygenation. **Objective:** Will implement slow deep breathing exercise with acute pain in hypertensive patients in the room Ahmad Dahlan Muhammadiyah Hospital Palembang in 2024. **Method:** This type of research is descriptive analysis in the form of a case study to explore the application of slow deep breathing exercise with acute pain in hypertensive patients in the internal medicine room at Muhammadiyah Hospital Palembang in 2024. **Results:** research results Based on the evaluation of patients I and II with acute pain problems, there were visible changes after applying slow deep breathing exercise. **Suggestion:** This research is applied by health workers in providing health nursing care regarding the application of deep breathing relaxation to hypertensive patients with acute pain.

**Keywords:** Slow deep breathing therapy, exercise, acute pain, hypertension.

**Bibliography:** 29 (2014-2022)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	iii
RIWAYAT HIDUP.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A.    LATAR BELAKANG.....	1
B.    Rumusan Masalah.....	3
C.    Tujuan.....	3
D.    Manfaat.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A.    Konsep Dasar Penyakit Hipertensi.....	6
1.    Definisi.....	6
2.    Anatomi dan Filosofi Jantung.....	6
3.    Etiologi.....	9
4.    Manifestasi klinis.....	11
5.    Patofisiologi.....	11
6.    Pathway Hipertensi.....	13
B.    Pengukuran nyeri.....	17
1.    Wong-baker faces.....	17
2.    Numeric pain rating scale.....	18
3.    Verbal Rating Scale.....	18
C.    Konsep Teori Relaksasi Napas Dalam.....	20
1.    Definisi Slow deep breathing exercise.....	20
2.    Tujuan Slow deep breathing exercise.....	20
3.    Manfaat Slow deep breathing exercise.....	21
4.    Prosedur tindakan teknik Slow deep breathing exercise.....	21

D.	Konsep Dasar Keperawatan Teori.....	24
1.	Pengkajian.....	24
2.	Diagnosa Keperawatan .....	28
3.	Intervensi Keperawatan .....	30
4.	Implementasi Keperawatan .....	31
5.	Evaluasi Keperawatan .....	31
E.	Penelitian Sebelumnya .....	32
	<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A.	Pendekatan/Desain Penelitian .....	34
B.	Kerangka Konsep .....	34
C.	Definisi Operasional.....	35
D.	Subjek Penelitian.....	37
E.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
F.	Prosedur Penelitian.....	38
G.	Fokus Studi Kasus.....	38
H.	Teknik Pengumpulan Data .....	39
I.	Instrumen Pengumpulan Data .....	40
J.	Keabsahan Data.....	40
K.	Etika Studi Kasus .....	41
L.	Analisis Data .....	42
	<b>BAB IV .....</b>	<b>44</b>
	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
A.	Gambaran Umum Lokasi Studi Kasus .....	44
1.	Sejarah singkat rumah sakit muhammadiyah Palembang.....	44
2.	Visi misi Motto dan tujuan rumah sakit muhammadiyah Palembang.....	44
3.	Struktur Organisasi Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.....	45
4.	Profil Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.....	47
B.	Hasil studi kasus.....	48
1.	Pengkajian.....	48
2.	Diagnosa Keperawatan.....	70
3.	Implementasi dan Evaluasi.....	63
4.	Pembahasan.....	86

<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>91</b>
A. Kesimpulan .....	91
B. Saran.....	92

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah peneliti memberikan tindakan keperawatan pada Ny.A pada pasien hipertensi dengan nyeri akut diruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 3 hari.(dari tanggal 30-01 juni 2024) dan pasien Tn.J pada pasien hipertensi dengan nyeri akut diruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang selama 3 hari ( pada tanggal 04-06 juni 2024) dan maka peneliti menyimpulkan bahwa:

##### **1. Pengkajian**

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada pasien I dengan nyeri akut di Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang dapat disimpulkan hasil penelitian selama 3 hari, dan hasil skala nyeri dari skala 7 (nyeri berat) menjadi skala 2 (nyeri ringan).

Sedangkan pada pasien II dengan nyeri akut di Ruang Ahmad Dahlan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang disimpulkan hasil penelitian selama3 hari dan hasil skala nyeri dari skala 8 (nyeri berat) menjadi skala 3 (nyeri ringan).

##### **2. Diagnosa**

Diagnosa keperawatan pada kedua pasien hipertensi yaitu: Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. (D.0077)

##### **3. Intervensi**

Intervensi keperawatan yang dilakukan peneliti pada kedua pasien dengan diagnosa medis yang sama, nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis yaitu penerapan slow deep breathing exercise sesuai standar proseduroperasional keperawatan.

##### **4. Implementasi**

Peneliti memberikan implementasi keperawatan penerapan slow deep breathing exercise sebanyak 3 hari selama 15 menit setiap pertemuan pada kedua pasien hipertensi, setelah dilakukan penerapan slow deep breathing mengalami penurunan nyeri pasien I dari skala 7 menjadi 2 dan pasien II dariskala 8 menjadi 3.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, S. J. (2019). Hipertensi Esensial: Diagnosis dan Tatalaksana Terbaru pada Dewasa. Jurnal Cermin Dunia Kedokteran, 46(3), 172-178*
- Angesti, AN., Triyanti, Sartika, RAD. (2018). Riwayat Hipertensi Keluarga Sebagai Faktor Dominan Hipertensi Pada Remaja Kelas XI SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2017. Buletin Penelitian Kesehatan. 46(1): 1 – 10.*
- Ainun, et al.,(2021) untuk menurunkan dan mentabilkan tekan darah pada penderita hipertensi abdimas galuh 3,(2),328-336.*
- Aspiyani, R.Y. (2016). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan. Kardiovaskular Aplikasi NIC & NOC. Jakarta: Buku Kedokteran EGC*
- Azizah, W., Hasanah, U., & Pakarti, A. T. (2022). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Implementation of Slow Deep Breathing on Blood Pressure in Hypertension Patients. Jurnal Cendikia Muda, 2(4), 607–616.*
- Darmawan, D., & Hidayati, N. O. (2018). Buku Ajar Komunikasi dalam Keperawatan. Bandung: PT Refika Aditama.*
- Deswani, dkk. (2018). Asuhan Keperawatan Prenatal Dengan Pendekatan. Neurosains. Malang: Wineka media*
- Fauziah, R. A., Hidayah, N., Margono, M., & Seaharattanapatum, B. (2022). Slow deep breathing for hypertensives with poor tissue perfusion. Innovation in Health for Society, 2(1), 18–21.*
- Fernalia, Wiwik Priyanti, S. Effendi, D. A. (2019). Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, Jurnal Cermin Dunia Kedokteran, 1(1), 25–34. <https://doi.org/ISSN: 2655-2728>*
- Kemendes R.I. (2018), Laporan Nasional Riskesdas 2018, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
- Mahardhini, A. dan Wahyuni. (2018). Efektifitas Relaksasi Otot Progresif dan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Begal Kecamatan Kedunggalar Kabupaten Ngawi. Urecol, Vol.1, No1.*

- Mamurung, Santa.** (2015). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Pernafasan*. Jakarta : Salemba Media
- Mauliddia, W. U., Khasanah, S., Burhan.** (2022). Penerapan Kompres Hangat dan Tarik Nafas dalam Mengatasi Nyeri Akut Pasien Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sosial dan Humaniora*, 1(3): 374–380.
- Mediarti, D., & Dkk.** (2022). *Ilmu Keperawatan Medikal Bedah Dan Gawat Darurat*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Muchtar, N. & P.** (2022). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Masker Medika*, 6(2), 263–267.
- Nasuha, Dyah Widodo, And Esti Widiani.** (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Posyandu Lansia Rw Iv Dusun Dempok Desa Gading Kembar Kecamatan Jabung Kabupaten Malang. *Jurnal Nursing News*, 1(2):53–62.
- Notoatmodjo, S.** (2017). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prajayanti, E. D., & Sari, I. M.** (2022). Pijat Kaki (Foot Massage) Terhadap Kualitas Tidur Penderita Hipertensi. *Nursing Sciences Journal*, Vol.1, No.2.
- Riskesdas.** (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Rispawati, B. H., Halid, S., & Supriyadi.** (2019). Pengaruh pemberian masase dalam penurunan nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi di Desa Dasan Tereng wilayah kerja Puskesmas Narmada. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1).
- Sugiyono.** (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sulkarnaen, Sampurno, E., & Winda, R.** (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan Ii Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(14).
- Sumadi, R., Sarifah, S., & Widyastuti, Y.** (2020). Pemanfaatan Teknik Relaksasi Massase Punggung Dalam Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Utilization Of Back Massase Relaxation Technique In Reduction Of Pain In Nursing Patients For Hypertension Patients. *Indonesian Journal On Medical Science*, 7(1), 32–38.

- Sumartini, N. P., & Miranti, I. (2019). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Puskesmas Ubung Lombok Tengah. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 38.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)*. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- V. Wiratna Sujarweni. (2018). *Metodologi Penelitian Bisnis dan Ekonomi*. Pendekatan Kuantitatif. Yogyakarta: PUSTAKABARUPRESS
- WHO, (2018). *World Health Statistic 2014*. WHO Library