

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA
LANSIA DENGAN HIPERTENSI DIWILAYAH
KERJA PUSKESMAS PLERET**



**PIPIT ADISTY
P07120120032**

**PRODI D III KEPERAWATAN JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA TAHUN 2023**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA
LANSIA DENGAN HIPERTENSI DIWILAYAH
KERJA PUSKESMAS PLERET**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Alih Madya Keperawatan



PIPIT ADISTY
P07120120032

**PRODI D III KEPERAWATAN JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA TAHUN 2023**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA
LANSIA DENGAN HIPERTENSI DIWILAYAH
KERJA PUSKESMAS PLERET


Disusun oleh :
PIPIT ADISTY
P07120120032

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
05 Mei 2023

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Dr. Jenita DT Donsu, SKM, M.Si
NIP. 196507201989032001


Ns. Tri Widyastuti H, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP. 198511162020122003

Yogyakarta, 29 Mei 2023
Ketua Jurusan Keperawatan


Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA
LANSIA DENGAN HIPERTENSI DIWILAYAH
KERJA PUSKESMAS PLERET**

Disusun oleh :
PIPIT ADISTY
P07120120032

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 12 Mei 2023

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc
NIP. 196505191988031001

Anggota,
Dr. Jenita DT Donsu, SKM, M.Si
NIP. 196507201989032001

Anggota,
Ns. Tri Widyastuti H, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP. 198511162020122003

Yogyakarta, 29 Mei 2023
Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Pipit Adisty

NIM : P07120120032

Tanda Tangan :



Tanggal : 08 Mei 2023

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pipit Adisty
NIM : P07120120032
Program Studi : D-III Keperawatan
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royal-Free Right*)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret.

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpat, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 29 Mei 2023

Yang menyatakan



(.....Pipit Adisty.....)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul “Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pleret”. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan. Hal ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M. Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Abdul Majid, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Dr. Jenita DT Donsu, SKM, M. Si selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ns. Tri Widyastuti H, M. Kep., Sp. Kep. Kom selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Tri Prabowo, S.Kp., M. Sc selaku dewan penguji Karya Tulis Ilmiah.
7. Pasien yang menjadi subyek penelitian dan pihak yang membantu penelitian
8. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
9. Sahabat yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi penulis dan institusi pendidikan.

Yogyakarta, 08 April 2023

Pipit Adisty

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	xiii
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Ruang Lingkup.....	7
E. Manfaat Penelitian	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Telaah Pustaka	10
B. Kerangka Teori.....	38
BAB III METODE STUDI KASUS	39
A. Rancangan Studi Kasus.....	39
B. Subyek Studi Kasus	39
C. Fokus Studi	40
D. Definisi Operasional.....	40
E. Instrumen Studi Kasus	41
F. Metode Pengumpulan Data.....	42
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus.....	43
H. Analisis Data dan Penyajian Data.....	44
I. Etika Penelitian Studi Kasus	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Studi Kasus	46
B. Pembahasan Studi Kasus	78
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	84
BAB V PENUTUP.....	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	91

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi hipertensi.....	14
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan.....	30
Tabel 4.1 Pemeriksaan Fisik Pada Kedua Pasien.....	57
Tabel 4.2 Analisa data pada pasien 1.....	60
Tabel 4.3 Analisa data pada pasien 2.....	61
Tabel 4.4 Perencanaan keperawatan pada pasien 1.....	63
Tabel 4.5 Perencanaan keperawatan pada pasien 2.....	65
Tabel 4.6 Implementasi keperawatan pada pasien 1.....	67
Tabel 4.7 Implementasi keperawatan pada pasien 2.....	72
Tabel 4.8 Hasil Observasi Tekanan Darah Pada Pasien 1 dan Pasien 2.....	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka teori.....	38
Gambar 4.1 Denah Lokasi Puskesmas Pleret.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Anggaran Penelitian.....	92
Lampiran 2. Jadwal Penelitian.....	93
Lampiran 3. Penjelasan Sebelum Penelitian.....	94
Lampiran 4. <i>Informed Consent</i>	95
Lampiran 5. SOP Relaksasi Nafas Dalam.....	97
Lampiran 6. Lembar Observasi.....	98
Lampiran 7. Pengkajian Asuhan Keperawatan Gerontik.....	99
Lampiran 8. Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	108
Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian.....	109
Lampiran 10. Persetujuan Kode Etik Penelitian.....	110
Lampiran 11. Lembar bimbingan.....	111