

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SEDAYU I**



**TIARA WIDYA PRATIWI
P07120122048**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SEDAYU I**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



**TIARA WIDYA PRATIWI
P07120122048**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

PENERAPAN TEKNIK *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SEDAYU I

*APPLICATION OF SLOW DEEP BREATHING TECHNIQUE TO
LOWER BLOOD PRESSURE IN ELDERLY PATIENTS WITH
HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF
SEDAYU I PUBLIC HEALTH CENTER*

Disusun Oleh :

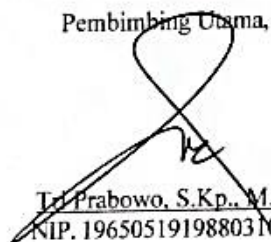
TIARA WIDYA PRATIWI
P07120122048

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

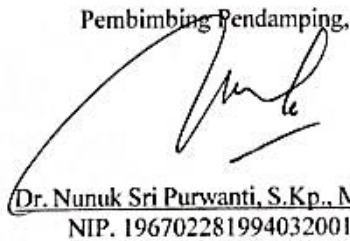
22 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,


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

Pembimbing Pendamping,


Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes
NIP. 196702281994032001

Yogyakarta, 22 Mei 2025

Ketua Jurusan Keperawatan


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

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**"PENERAPAN TEKNIK *SLOW DEEP BREATHING* UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SEDAYU I"**

Disusun Oleh :
TIARA WIDYA PRATIWI
P07120122048

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 27 Mei 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Nurun Laasara, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196702091990032001

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

Anggota,
Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes
NIP. 196702281994032001

Yogyakarta, 2025
Ketua Jurusan Keperawatan

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

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Tiara Widya Pratiwi

NIM : P07120122048

Tanda Tangan :



Tanggal

: 27 Mei 2025

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

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

Nama	: Tiara Widya Pratiwi
NIM	: P07120122048
Program Studi	: DIII Keperawatan
Jurusan	: Keperawatan

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : Penerapan Teknik *Slow Deep Breathing* untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu I.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, 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 : 27 Mei 2025

Yang menyatakan


(Tiara Widya Pratiwi)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Proposal Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih 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.
3. Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan.
4. Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Dr. Nunuk Sri Purwanti, S.Kp., M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Nurun Laasara S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji Karya Tulis Ilmiah
7. Lansia yang menjadi subyek penelitian dan pihak yang membantu penelitian.
8. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral kepada penulis.
9. Sahabat yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS...	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT.....	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Ruang Lingkup.....	Error! Bookmark not defined.
E. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Keaslian Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Telaah Pustaka	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Rancangan Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
B. Subyek Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
C. Fokus Studi	Error! Bookmark not defined.
D. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
F. Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.
H. Analisis Data dan Penyajian Data	Error! Bookmark not defined.
I. Etika Penelitian Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan Studi Kasus	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	Error! Bookmark not defined.

BAB V PENUTUP.....Error! Bookmark not defined.

A. Kesimpulan**Error! Bookmark not defined.**

B. Saran.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.

LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi menurut JNC VII.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 2 Klasifikasi Hipertensi menurut ACC/AHA	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 3 Klasifikasi Hipertensi menurut Kemenkes RI	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 4 Intervensi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Pemeriksaan Fisik Pada Kedua Klien ...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Analisis Data pada Klien 1.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Analisis Data pada Klien 2.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Intervensi Keperawatan pada Klien 1 dan Klien 2	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Implementasi dan Evaluasi Klien 1	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 6 Implementasi dan Evaluasi Klien 2	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 7 Hasil Observasi Tekanan Darah Pada Klien 1 dan Klien 2	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 8 Hasil Observasi Respon pada Klien 1 dan Klien 2	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori <i>Slow Deep Breathing</i> dalam Menurunkan Tekanan Darah	Error! Bookmark not defined.
---	-------------------------------------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Anggaran Penelitian	122
Lampiran 2. Jadwal Penelitian	123
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>	124
Lampiran 4. Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>Teknik Slow Deep Breathing</i>	126
Lampiran 5. Lembar Observasi.....	127
Lampiran 6. Permohonan Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul	128
Lampiran 7. Surat Izin Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul	129
Lampiran 8. Lembar Konsultasi Pembimbing	130
Lampiran 9. Lembar Persetujuan Pembimbing.....	132
Lampiran 10. Permohonan Ijin Penelitian Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul	133
Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul	134
Lampiran 12. Persetujuan Etik Penelitian.....	135
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	136

