

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN
HIPERTENSI DI RSUD PANEMBAHAN
SENOPATI BANTUL**



STEYLLA AYU MAHARANI

P07120123013

**PRODI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan sebagai salah satu persyaratan melakukan penelitian
dalam rangka penyusunan karya tulis ilmiah



STEYLLA AYU MAHARANI

P07120123013

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD
PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL**

***APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES TO
LOWER BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS AT
PANEMBAHAN SENOPATI HOSPITAL, BANTUL***

Disusun oleh:

STEYLLA AYU MAHARANI
NIM.P07120123013

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

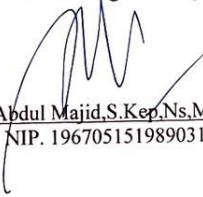
26 Mei 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama


Harmilah, S.Pd, S.Kep.Ners, M.Kep. Sp.MB
NIP. 196807031990032002

Pembimbing Pendamping


Abdul Majid, S.Kep.Ns, M.Kep
NIP. 196705151989031005


Yogyakarta..... 2026
Ketua Jurusan Keperawatan

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

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENURUNKAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD
PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL

Disusun Oleh

STEYLLA AYU MAHARANI
NIM.P07120123013

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 3 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Sapta Rahayu N. S.Pd., S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196711061991012001

(.....)

Anggota,
Harmilah.S.Pd, S.Kep.Ners, M.Kep, Sp.MB
NIP. 196807031990032002

(.....)

Anggota,
Abdul Majid.S.Kep.Ns.M.Kep
NIP. 196705151989031005

(.....)

Yogyakarta, 2026
Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin,SK,M.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 : Steylla Ayu Maharani

NIM : P07120123013

Tanda Tangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Steylla Ayu Maharani', written over a light pink rectangular stamp.

(Steylla Ayu Maharani)

Tanggal : 03 Juni 2026

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

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

Nama : Steylla Ayu Maharani
NIM : P07120123013
Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga
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 Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul
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 memublikasikan 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 : 03 Juni 2026

Yang Menyatakan


(Steylla Ayu Maharani)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) 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. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Harmilah, S.Pd, S.Kep.Ners, M.Kep, Sp.MB selaku pembimbing utama dan Bapak Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan dukungan serta menyediakan berbagai fasilitas yang menunjang proses pendidikan dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan yang telah memberi yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta dukungan dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan serta selaku pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, motivasi, serta berbagai masukan yang berharga selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Harmilah, S.Pd, S.Kep.Ners, M.Kep, Sp.MB selaku pembimbing utama yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, motivasi, serta masukan yang berarti bagi penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Sapta Rahayu N, S.Pd., S.Kep., Ners., M.Kep selaku ketua dewan penguji pada seminar hasil Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan saran,

masukan, dan arahan yang bermanfaat bagi penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Perawat dan tenaga kesehatan di RSUD Panembahan Senopati Bantul yang telah membantu serta memberikan kesempatan dan dukungan kepada penulis selama proses pengambilan data penelitian
7. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral
8. Sahabat terbaik penulis yang ikut mendukung serta memberikan banyak bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini

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

Yogyakarta, 28 April 2026



Steylla Ayu Maharani

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	10
DAFTAR GAMBAR.....	11
DAFTAR LAMPIRAN	12
ABSTRAK.....	12
ABSTRACT	12
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.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	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 1 Klasifikasi Hipertensi menurut <i>JNC 7</i>	10
Tabel 2 Klasifikasi Hipertensi Menurut <i>WHO</i>	10
Tabel 3 Intervensi Keperawatan.....	37
Tabel 4 Pengkajian Keperawatan.....	54
Tabel 5 Analisa Data	59
Tabel 6 Diagnosa Keperawatan.....	62
Tabel 7 Intervensi Keperawatan.....	63
Tabel 8 Implementasi Keperawatan.....	66
Tabel 9 Perbandingan Tekanan Darah	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pathway Hipertensi.....	19
Gambar 2 Kerangka Teori.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan.....	96
Lampiran 2 Surat Jawaban Studi Kasus	97
Lampiran 3 Biaya Penelitian.....	98
Lampiran 4 Jadwal Penelitian	99
Lampiran 5 Persetujuan Sebelum Penelitian.....	100
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i>	101
Lampiran 7 Persetujuan Setelah Penjelasan	103
Lampiran 8 Form Pengkajian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 SOP Teknik Relaksasi Napas Dalam..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Tabel Observasi Sebelum dan Sesudah Tindakan .	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Lembar Konsultasi Pembimbing	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 <i>Similarity</i>	Error! Bookmark not defined.