

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN
MELALUI INTERVENSI RELAKSASI NAFAS DALAM
PADA KELUARGA TN. A DAN TN. P DENGAN HIPERTENSI
DI JAKARTA PUSAT**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh :

VINA AL BERTA

234291517052

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JAKARTA
2025**

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN
MELALUI INTERVENSI RELAKSASI NAFAS DALAM
PADA KELUARGA TN. A DAN TN. P DENGAN HIPERTENSI
DI JAKARTA PUSAT**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar ners



Oleh :

VINA AL BERTA

234291517052

**UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JAKARTA
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA KELUARGA TN. A DAN TN. P DENGAN HIPERTENSI DI JAKARTA PUSAT

Oleh :

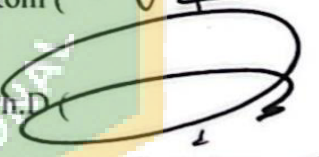
VINA AL BERTA

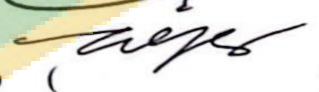
234291517052

Telah dipertahankan dihadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan
Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional
Pada Tanggal 17 Januari 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom ()

Penguji 1 : Ns. Tommy J.F Wowor, MM, M.Kep,Ph.D ()

Penguji 2 : Ns. Kristin Wahyu Indah Purwani, S.Kep ()

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Halaman Persetujuan Sebelum Maju Sidang KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi
Relaksasi Nafas Dalam Pada Keluarga Tn. A Dan Tn. P
Dengan Hipertensi Di Jakarta Pusat

Nama : Vina Al Berta

NPM : 234291517052



Halaman Persetujuan Setelah Maju Sidang KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi
Relaksasi Nafas Dalam Pada Keluarga Tn. A Dan Tn. P

Nama : Vina Al Berta
NPM : 234291517052

Dengan Hipertensi Di Jakarta Pusat

Menyetujui,

Penguji 1 : **Ns. Tommy J.F Wowor, MM, M.Kep, Ph.D**

Penguji 2 : **Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep.Sp.Kep.Kom**

Penguji 3 : **Ns. Kristin Wahyu Indah Purwani, S.Kep**

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Vina Al Berta

NPM : 234291517052

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi
Relaksasi Nafas Dalam Pada Keluarga Tn. A Dan Tn. P
Dengan Hipertensi Di Jakarta Pusat

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah benar hasil karya
saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya
nyatakan dengan benar.



Jakarta, 17 Januari 2025



(Vina Al Berta)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa Karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan KIAN ini dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Nafas Dalam Pada Keluarga Tn. A Dan Tn. P Dengan Hipertensi Di Jakarta Pusat”

Dalam penulisan penelitian ini, penulis tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang senantiasa memberikan bantuan, baik berupa bimbingan, dukungan hingga tersusunnya KIAN ini. Oleh karena itu, dengan segala hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
2. Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Ns. Naziyah, M.Kep., CWCCA.
3. Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep, Sp. Kep.Kom selaku dosen pembimbing yang telah memberi dorongan, saran, ilmu serta waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan KIAN.
4. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah memberikan ilmu dan fasilitas selama proses pembelajaran di kampus.
5. Ketua RT 013 dan Warga RT 013 Petojo Utara yang telah memberikan kesempatan untuk penulis melakukan asuhan keperawatan di RT 013 Petojo Utara.
6. Teman-teman seperjuangan profesi NERS angkatan 10.
7. Kepada orang paling berjasa dalam hidup saya, Ibu Rosini dan Bapak Deni Asmoro. Terimakasih atas kepercayaan yang telah diberikan atas izin merantau dari kalian, serta pengorbanan, cinta, doa, motivasi, semangat dan nasihat serta kata kata yang sering dilontarkan “ anak mamah dan bapak pasti bisa, kami akan selalu bersama kamu dalam

kondisi apapun, libatkan Allah SWT dalam keadaan apapun, tetap semangat dan jadilah orang baik”.

8. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Syahrul Imam Romadhona, S.T. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga maupun waktu kepada penulis. Telah mendukung, menghibur, mendengarkan keluh kesah, dan memberikan semangat untuk pantang menyerah.
9. Terakhir diri saya sendiri, Vina Al Berta terimakasih atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan apapun yang telah kamu mulai. Semoga kedepannya ada kabar baik yang menunggu kamu.

Penulis berharap KIAN ini dapat bermanfaat bagi seluruh mahasiswa dan maupun pihak lain yang membacanya. Penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna didunia ini, begitu pula dengan penulisan KIAN ini yang terdapat kekurangan. Akhir kata, penulis ucapkan terimakasih.

Jakarta, 17 Januari 2025



(Vina Al Berta)

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI RELAKSASI NAFAS DALAM PADA KELUARGA TN. A DAN TN. P DENGAN HIPERTENSI DI JAKARTA PUSAT

Vina Al Berta, Intan A N

Latar Belakang : Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah terlalu tinggi, ditandai dengan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (WHO, 2021). Penyebab utama hipertensi adalah bekerja berlebihan jantung saat memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi. Penatalaksanaan non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi salah satunya adalah teknik relaksasi nafas dalam.

Tujuan Asuhan : Menganalisis asuhan keperawatan melalui intervensi teknik relaksasi nafas dalam pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi di wilayah Jakarta Pusat.

Implementasi : Tindakan keperawatan yang diberikan kepada kedua keluarga dilakukan pada tanggal 10 Oktober 2024 – 15 Oktober 2024. Implementasi yang dilakukan yaitu teknik relaksasi nafas dalam.

Hasil : Hasil evaluasi keperawatan keluarga dengan masalah keperawatan utama yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif, menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi selama 4 hari, didapatkan bahwa kedua keluarga mengalami penurunan tekanan darah yakni pada Tn. A dari 175/100 mmHg, setelah dilakukan intervensi selama ± 15 menit turun menjadi 145/85 mmHg. Sedangkan tekanan darah pada Tn. P dari 150/95 mmHg, turun menjadi 123/79 mmHg.

Kesimpulan dan rekomendasi : Teknik relaksasi nafas dalam terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Diharapkan klien dan keluarga dapat mengaplikasikan teknik relaksasi nafas dalam kepada anggota keluarga yang menderita penyakit hipertensi. Namun tetap memperhatikan prosedur gerakan agar efektif untuk dilakukan secara rutin dan terus-menerus.

Kata Kunci : Hipertensi, Teknik relaksasi nafas dalam
Kepustakaan : 47 (2017 – 2023)

ABSTRACT

Vina Al Berta, Intan A N

Background : Hypertension is a condition when blood pressure is too high, characterized by systolic pressure ≥ 140 mmHg and diastolic pressure ≥ 90 mmHg (WHO, 2021). The main cause of hypertension is the heart overworking when pumping blood to meet oxygen and nutritional needs. One of the non-pharmacological treatments for lowering blood pressure in hypertension sufferers is the deep breathing relaxation technique.

Aim : To analyze nursing care through deep breathing relaxation technique intervention in families with a medical diagnosis of hypertension in the Central Jakarta area.

Implementation : The nursing actions given to both families were carried out on 10 October 2024 – 15 October 2024. The implementation carried out was the deep breathing relaxation technique.

Results : The results of the family nursing evaluation with the main nursing problem, namely ineffective family health management, showed that after intervention for 4 days, it was found that both families experienced a decrease in blood pressure, namely Mr. A from 175/100 mmHg, after intervention for ± 15 minutes it fell to 145/85 mmHg. Meanwhile, blood pressure in Mr. P from 150/95 mmHg, decreased to 123/79 mmHg.

Conclusions and recommendation : Deep breathing relaxation techniques have been proven to reduce blood pressure in hypertension sufferers. It is hoped that clients and families can apply deep breathing relaxation techniques to family members who suffer from hypertension. However, pay attention to the movement procedures so that they are effective and must be carried out regularly and continuously.

Keywords : Hypertension, deep breathing relaxation techniques

Bibliography : 47 (2017 – 2023)

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	16
2.1 Latar Belakang	16
2.2 Perumusan Masalah	19
2.3 Tujuan	20
1.3.1 Tujuan Umum	20
1.3.2 Tujuan Khusus	20
2.4 Manfaat	21
1.4.1 Manfaat Keilmuan.....	21
1.4.2 Manfaat Aplikatif.....	21
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	23
2.1 Konsep Medis	23
2.1.1 Definisi	23
2.1.2 Etiologi	23
2.1.3 Manifestasi klinik.....	24
2.1.4 Faktor risiko hipertensi	25
2.1.5 Komplikasi hipertensi.....	26
2.1.6 Patofisiologi.....	26
2.1.7 Klasifikasi Hipertensi	27
2.1.8 Diagnosa Hipertensi	28
2.1.9 Pemeriksaan Penunjang.....	29
2.2 Intervensi Unggulan.....	30
2.2.1 Definisi Teknik nafas dalam.....	30
2.2.2 Tujuan Teknik relaksasi nafas dalam	31
2.2.3 Manfaat Teknik relaksasi nafas dalam	31
2.2.4 Prosedur tindakan teknik relaksasi nafas dalam	31

2.2.5 Jurnal Penelitian Teknik Pemberian Teknik Relaksasi Nafas dalam pada pasien Hipertensi.	34
2.3 Asuhan Keperawatan keluarga	36
2.3.1 Pengkajian	36
2.3.2 Diagnosa Keperawatan	38
2.3.3 Intervensi keperawatan	41
2.3.4 Implementasi Keperawatan	45
2.3.5 Evaluasi Keperawatan	47
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN KELUARGA.....	48
3.1 Asuhan Keperawatan pada keluarga 1	48
3.1.1 Pengkajian	48
3.1.2 Analisa data dan masalah keperawatan.....	50
3.1.3 Rencana Keperawatan / Intervensi.....	54
3.1.4 Implementasi Keperawatan.....	55
3.1.5 Evaluasi.....	57
3.2 Asuhan Keperawatan pada Keluarga 2	60
3.2.1 Pengkajian.....	60
3.2.2 Analisa Data dan Masalah Keperawatan	62
3.2.3 Rencana Keperawatan / Intervensi.....	54
3.2.4 Implementasi Keperawatan.....	55
3.2.5 Evaluasi.....	57
BAB IV PEMBAHASAN.....	74
4.1 Analisa Masalah Keperawatan.....	74
4.2 Analisa Intervensi dalam Mengatasi Masalah Keperawatan	76
4.3 Alternatif Pemecahan Masalah	80
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	84
5.1 Simpulan	82
5.2 Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	28
Tabel 2.2 Prioritas Masalah.....	40
Tabel Jurnal Penelitian Teknik Pemberian Teknik Relaksasi Nafas dalam pada pasien Hipertensi.....	33
Tabel Lembar Konsul.....	93
Tabel Analisa Data Keluarga Pertama.....	96
Tabel Skoring Keluarga Pertama	112
Tabel Intervensi Keluarga Pertama	114
Tabel Implementasi dan Evaluasi Keluarga Pertama	118
Tabel Pre Tingkat Kemandirian Keluarga Pertama	130
Tabel Post Tingkat Kemandirian Keluarga Pertama.....	131
Tabel Analisa Data Keluarga Kedua	132
Tabel Skoring Keluarga Kedua	149
Tabel Intervensi keluarga Kedua	151
Tabel Implementasi dan Evaluasi Keluarga Kedua	155
Tabel Pre Tingkat Kemandirian Keluarga Kedua.....	168
Tabel Post Tingkat Kemandirian Keluarga Kedua	169
Tabel Perbandingan Tekanan Darah	180

DAFTAR GAMBAR

Gambar Pathway Hipertensi	179
---------------------------------	-----



DAFTAR SINGKATAN

ACE	Angiotensin I Converting Enzyme
ADH	Hormon antidiuretik
BPJS	Badan Penyelenggara Jaminan Sosial
CDC	Centers for Disease Control and Prevention
DKI	Daerah Khusus Ibukota
DPP	Departemen Persatuan Perawat
EKG	Elektrokardiogram
ESC	European Society of Cardiology
ESH	European Society of Hypertension
GERD	Gastroesophageal Reflux Disease
GFR	Glomerular Filtration Rate
IMT	Indeks Massa Tubuh
IPKKI	Ikatan Perawat Kesehatan Komunitas
KB	Keluarga Berencana
KEMENKES	Kementerian Kesehatan
MG/DL	Miligram per desiliter
MmHg	Milimeter Hydrargyrum
NaCl	Natrium Klorida
NSAID	Nonsteroidal Anti-inflammatory Drug
PIS-PK	Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga
PGK	Penyakit Ginjal Kronik
PPNI	Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PUSKESMAS	Pusat Kesehatan Masyarakat
Riskesdas	Riset Kesehatan Dasar
SDKI	Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia
SIKI	Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SMA	Sekolah Menengah Atas
SOAP	Subject Object Assesment Planning
TTV	Tanda-Tanda Vital
USG	Ultrasonografi
WHO	World Health Organization
WIB	Waktu Indonesia Barat

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Penulis

Lampiran 2 Surat Izin Studi Kasus

Lampiran 3 Surat Balasan Studi Kasus

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Asuhan Keperawatan Kelolaan 1

Lampiran 6 Asuhan Keperawatan Kelolaan 2

Lampiran 7 SOP Pengukuran Tekanan Darah

Lampiran 8 SOP Teknik Relaksasi Nafas Dalam

Lampiran 9 Leaflet Relaksasi Nafas Dalam

Lampiran 10 Poster Hipertensi

Lampiran 11 Dokumentasi

Lampiran 12 Pathway Hipertensi

Lampiran 13 Perbandingan Tekanan Darah Kedua Keluarga

Lampiran 14 Hasil Turnitin

