

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI
INTERVENSI *NOSTRIL BREATHING* PADA KELUARGA TN.
K DAN TN. R DENGAN DIAGNOSIS MEDIS HIPERTENSI DI
RT 011 RW 005 KELURAHAN RAGUNAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh:

ANNISYA RACHMAWATI AZIS

244291517039

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

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI
NOSTRIL BREATHING PADA KELUARGA TN. K DAN TN. R
DENGAN DIAGNOSIS MEDIS HIPERTENSI DI RT 011 RW 005
KELURAHAN RAGUNAN**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Ners



Oleh:

ANNISYA RACHMAWATI AZIS

244291517039

UNIVERSITAS NASIONAL

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JAKARTA

2025

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI
INTERVENSI *NOSTRIL BREATHING* PADA
KELUARGA DENGAN DIAGNOSA MEDIS
HIPERTENSI DI RT 011 RW 005
KELURAHAN RAGUNAN**

Oleh:

**ANNISYA RACHMAWATI AZIS
244291517039**

Telah dipertahankan dihadapan penguji KIAN Program Studi Pendidikan Profesi
Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Pada Tanggal 05 Januari 2026

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ns. Angga Saeful Rahmat, M. Kep., Sp. Kep. Kom. (

Penguji 1 : Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp. Kep. Kom.

Penguji 2 : Ns. Devy Yudhi Sari, S. Kep



Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Prof. Dr. Retno Widowato, M.Si

Halaman Persetujuan Sebelum Maju Sidang KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi *Nostril Breathing* Pada Keluarga Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di RT 011 RW 005 Kelurahan Ragunan

Nama : Annisya Rachmawati Azis

NPM : 244291517039

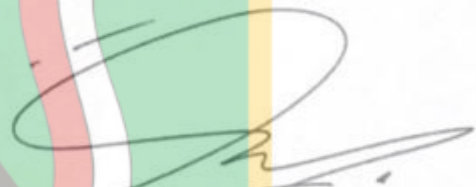
Mengetahui

Dekan FIKES,

Pembimbing



Prof. Dr. Retno Widowati, M. Si.



Ns. Angga Saeful Rahmat, M. Kep., Sp. Kep. Kom.



Halaman Persetujuan KIAN Setelah Maju Sidang KIAN

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi *Nostril Breathing* Pada Keluarga Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di RT 011 RW 005 Kelurahan Ragunan

Nama : Annisya Rachmawati Azis

NPM : 244291517039

Pembimbing : Ns. Angga Saeful Rahmat, M. Kep., Sp. Kep. Kom. (

Penguji 1 : Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp. Kep. Kom.

Penguji 2 : Ns. Devy Yudhi Sari, S. Kep



Three handwritten signatures in black ink are visible on the right side of the page, corresponding to the names listed in the text blocks.

PERNYATAAN

Yang Bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Annisa Rachmawati Azis

NPM : 244291517039

Judul KIAN : Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Nostril Breathing Pada Keluarga Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di RT 011 RW 005 Kelurahan Ragunan

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, 05 Januari 2026

(Anisa Rachmawati Azis)

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN MELALUI INTERVENSI NOSTRIL BREATHING PADA KELUARGA TN. K DAN TN. R DENGAN DIAGNOSIS MEDIS HIPERTENSI DI RT 011 RW 005 KELURAHAN RAGUNAN

Annisya Rachmawati Azis, Angga Saeful Rahmat

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling signifikan dan kompleks secara global. Data terbaru dari WHO menunjukkan bahwa lebih dari 1.28 miliar orang dewasa usia 30-79 tahun menderita hipertensi. Di Indonesia prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun pada tahun 2023 mencapai 30.8% mengalami penurunan dibandingkan tahun 2018 yang mencapai 34.1%. Penatalaksanaan non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi salah satunya adalah *Nostril Breathing Exercise*.

Tujuan Asuhan: Menganalisis asuhan keperawatan melalui intervensi *Nostril Breathing Exercise* keluarga dengan diagnosa medis hipertensi di RT 011 Ragunan.

Implementasi: Tindakan keperawatan yang diberikan kepada kedua keluarga dilakukan pada tanggal 1 November 2025 – 4 Desember 2025. Implementasi yang dilakukan yaitu *Nostril Breathing Exercise*.

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. K dari 175/100 mmHg, setelah dilakukan intervensi selama ± 15 menit turun menjadi 145/85 mmHg. Sedangkan tekanan darah pada Tn. R dari 150/95 mmHg, turun menjadi 123/79 mmHg.

Kesimpulan dan rekomendasi: *Nostril Breathing Exercise* direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang dapat diterapkan di lingkungan keluarga untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi secara mandiri dan berkelanjutan.

Kata Kunci: Hipertensi, *Nostril Breathing Exercise*

Kepustakaan: 27 (2018-2025)

ABSTRACT

ANALYSIS OF NURSING CARE THROUGH NOSTRIL BREATHING INTERVENTIONS IN FAMILIES WITH A MEDICAL DIAGNOSIS OF HYPERTENSION IN THE RAGUNAN SUBDISTRICT

Annisya Rachmawati Azis, Angga Saeful Rahmat

Background: Hypertension is one of the most significant and complex public health issues globally. The latest data from the WHO indicate that more than 1.28 billion adults aged 30–79 years have hypertension. In Indonesia, the prevalence of hypertension among the population aged 18 years and older in 2023 reached 30.8%, a decrease compared to 34.1% in 2018. One non-pharmacological approach to lowering blood pressure in people with hypertension is the Nostril Breathing Exercise.

Aim: The aimed of the study was to analyse the nursing care through nostril breathing interventions in families with a medical diagnosis of hypertension in the Ragunan subdistrict.

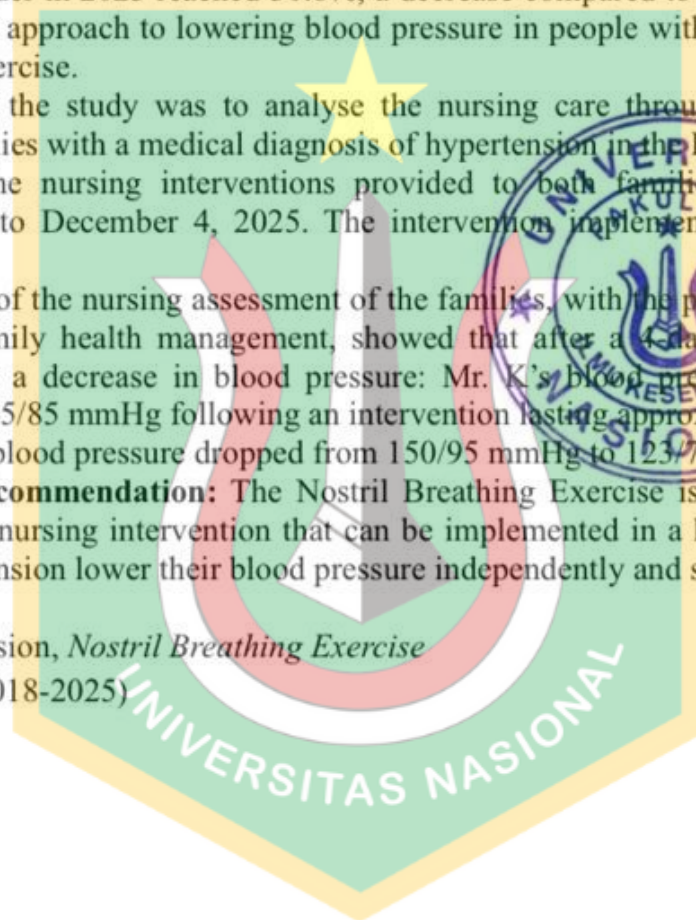
Implementation: The nursing interventions provided to both families took place from November 1, 2025, to December 4, 2025. The intervention implemented was the Nostril Breathing Exercise.

Results: The results of the nursing assessment of the families, with the primary nursing issue being ineffective family health management, showed that after a 4-day intervention, both families experienced a decrease in blood pressure: Mr. K's blood pressure dropped from 175/100 mmHg to 145/85 mmHg following an intervention lasting approximately 15 minutes. Meanwhile, Mr. R's blood pressure dropped from 150/95 mmHg to 123/79 mmHg.

Conclusion and Recommendation: The Nostril Breathing Exercise is recommended as a nonpharmacological nursing intervention that can be implemented in a home setting to help patients with hypertension lower their blood pressure independently and sustainably.

Keywords: hypertension, *Nostril Breathing Exercise*

Bibliography :27 (2018-2025)



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN KIAN SEBELUM SIDANG	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN KIAN SETELAH SIDANG.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	13
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
1.3.2 Tujuan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Medis	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Faktor Risiko Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Manifestasi Klinik Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Patofisiologi Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.6 Komplikasi Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Dasar Alternate Nostril Breathing.....	Error! Bookmark not defined.
	defined.

2.2.1	Definisi Alternate Nostril Breathing	Error! Bookmark not defined.
2.2.2	Manfaat Altrenate Nostril Breathing.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.3	Indikasi Alternate Nostril Breathing	Error! Bookmark not defined.
2.2.4	Kontraindikasi Alternate Nostril Breathing .	Error! Bookmark not defined.
2.2.5	Mekanisme Kerja Alternate Nostril Breathing....	Error! Bookmark not defined.
2.2.6	Standar Operasional Prosedur Nostril Breathing	Error! Bookmark not defined.
2.3	Asuhan Keperawatan Berdasarkan Teori	Error! Bookmark not defined.
2.3.1	Fokus Pengkajian	Error! Bookmark not defined.
2.3.2	Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
2.3.3	Diagnosa Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.4	Intervensi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.5	Implementasi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.6	Evaluasi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA		Error! Bookmark not defined.
3.1	Asuhan Keperawatan pada Keluarga 1	Error! Bookmark not defined.
3.1.1.	Pengkajian	Error! Bookmark not defined.
3.1.2.	Analisa data dan masalah keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.3.	Skoring	Error! Bookmark not defined.
3.1.4.	Rencana Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.5.	Implementasi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.6.	Evaluasi Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
3.2	Asuhan Keperawatan pada Keluarga 2 ..	Error! Bookmark not defined.
3.2.1	Pengkajian	Error! Bookmark not defined.
3.2.2	Analisa data dan masalah keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.

- 3.2.3 Skoring**Error! Bookmark not defined.**
- 3.2.4 Rencana Keperawatan**Error! Bookmark not defined.**
- 3.2.5 Implementasi Keperawatan**Error! Bookmark not defined.**
- 3.2.6 Evaluasi Keperawatan**Error! Bookmark not defined.**

BAB IV PEMBAHASAN.....**Error! Bookmark not defined.**

- 4.1 Analisa Masalah Keperawatan**Error! Bookmark not defined.**
- 4.2 Analisa Intervensi dalam Mengatasi Masalah Keperawatan **Error! Bookmark not defined.**
- 4.3 Alternatif Pemecahan Masalah**Error! Bookmark not defined.**

BAB V SIMPULAN DAN SARAN**Error! Bookmark not defined.**

- 5.1 Simpulan**Error! Bookmark not defined.**
- 5.2 Saran.....**Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Penulis

Lampiran 2 Lembar Konsultasi

Lampiran 3 Asuhan Keperawatan Keluarga 1

Lampiran 4 Asuhan Keperawatan Keluarga 2

Lampiran 5 Surat Izin Studi dan Surat Balasan

Lampiran 6 SOP *Nostril Breathing Exercise*

Dokumentasi

