

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI SLOW DEEP BREATHING PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER
TIDAK EFEKTIF DI RSUD DR. HARJONO S. PONOROGO**

Di Ruang Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah Ponorogo



Oleh :

Muhammad Randy Harvian Evansyah

NIM. 25650625

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI SLOW DEEP BREATHING PADA PASIEN
HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER
TIDAK EFEKTIF DI RSUD DR. HARJONO S. PONOROGO**

Di Ruang Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah Ponorogo

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
Diajukan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Mengikuti Syarat Penyusunan
Karya Ilmiah Akhir



Muhammad Randy Harvian Evansyah

NIM. 25650625

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : Muhammad Randy Harvian Evansyah
Judul : Penerapan Terapi *Slow Deep Breathing* Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di Ruang Dahlia RSUD Dr. Harjono S. Ponorogo

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah
Akhir Ners pada Tanggal 14 Juli 2026



Universitas Muhammadiyah Ponorogo



HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : Muhammad Randy Harvian Evansyah
Judul : Penerapan Terapi *Slow Deep Breathing* Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di Ruang Dahlia RSUD Dr. Harjono S. Ponorogo

Telah diuji dan disetujui oleh Tim penguji pada Ujian KIA di Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo,
Tanggal : 14 Juli 2026

Tim Penguji :

Ketua : Filia Icha Sukamto, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Anggota : Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Tanda Tangan

(.....)
(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIK. 1979121420030212

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan tinggi manapun

Ponorogo, 14 Juli 2026

Yang menyatakan



Muhammrad Randy Harvian Evansyah
NIM. 25650625



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat, hidayah, serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan judul **“PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RSUD DR. HARJONO S. PONOROGO”**. Penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan banyak arahan, inspirasi, dan nasihat kepada penulis, maka penulisan KIAN ini tidak dapat berjalan sesuai rencana. Oleh karena itu, penulis ingin menggunakan kesempatan ini untuk mengucapkan terima kasih yang tulus kepada :

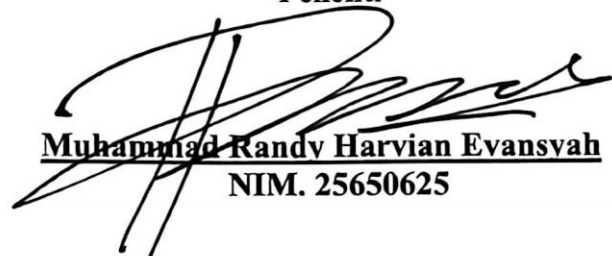
1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag., Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo, atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan selama menempuh pendidikan di universitas ini.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep., Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, atas izin dan dukungan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
3. Sri andayani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Ponorogo, atas kemudahan dan arahan selama proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.

4. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing yang telah membimbing saya dan memberikan arahan sehingga saya bisa menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Kedua orang tua saya, Bapak Suwarno dan Ibu Hawin Imtihana, serta keluarga besar, yang selalu memberikan doa, semangat, dukungan moral, dan materi yang tiada hentinya.
6. Seluruh teman-teman Profesi Ners tahun 2026, atas kebersamaan dan pelajaran berharga yang telah diberikan selama ini.
7. Dengan izin Allah SWT, kupersembahkan karya ilmiah ini untuk diriku sendiri dalam setiap langkah yang penuh doa, lelah, dan harapan. Semoga ilmu ini menjadi amanah yang bermanfaat, karena sebaik-baik manusia adalah yang bermanfaat bagi sesama.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan karya ilmiah akhir ners ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga bermanfaat bagi pembaca dan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Ponorogo, 14 Juli 2026

Peneliti



Muhammad Randy Harvian Evansvah
NIM. 25650625

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF DI RUANG DAHLIA RSUD dr. HARJONO S PONOROGO

Di Ruang Dahlia Rumah Sakit Umum Daerah Ponorogo

Muhammad Randy Harvian Evansyah

25650625

Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang merupakan masalah kesehatan masyarakat utama. Tekanan darah yang tidak terkontrol dapat mengganggu sirkulasi darah ke jaringan perifer, yang menyebabkan perawatan keperawatan perfusi perifer yang tidak efektif. Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan perfusi perifer adalah terapi pernapasan dalam lambat. Tujuan dari makalah ini adalah untuk menentukan efektivitas terapi pernapasan dalam lambat pada pasien hipertensi dengan perawatan keperawatan perfusi perifer yang tidak efektif.

Metode yang digunakan adalah studi kasus menggunakan pendekatan proses perawatan untuk satu pasien dengan diagnosis medis hipertensi. Perawatan keperawatan dilakukan melalui tahapan asesmen, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Terapi pernapasan dalam lambat diimplementasikan selama lima hari, dua kali sehari selama 10–15 menit.

Hasil asesmen menunjukkan pasien mengalami nyeri di kaki kiri, edema, ekstremitas dingin, kulit pucat, dan waktu pengisian kapiler (CRT) >3 detik. Tekanan darah pasien pada saat asesmen adalah 203/110 mmHg. Diagnosis keperawatan adalah perfusi perifer tidak efektif terkait dengan tekanan darah tinggi. Setelah lima hari terapi pernapasan dalam lambat, tekanan darah turun menjadi 160/90 mmHg, edema berkurang, perfusi perifer membaik, dan pasien tampak lebih rileks dan nyaman.

Terapi pernapasan dalam lambat efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan perfusi perifer pada pasien hipertensi dengan masalah perawatan perfusi perifer yang tidak efektif. Terapi ini dapat digunakan sebagai intervensi non-farmakologis komplementer dalam memberikan perawatan keperawatan kepada pasien hipertensi..

Kata Kunci : Hipertensi, Perfusi Perifer Tidak Efektif, *Slow Deep Breathing*.

ABSTRACT

APPLICATION OF SLOW DEEP BREATHING THERAPY IN HYPERTENSION PATIENTS WITH INEFFECTIVE PERIPHERAL PERFUSION NURSING PROBLEMS IN THE DAHLIA WARD, dr. HARJONO S PONOROGO HOSPITAL

In the Dahlia Room, Ponorogo Regional General Hospital

Muhammad Randy Harvian Evansyah

25650625

Hypertension is a non-communicable disease that is a major public health problem. Uncontrolled blood pressure can impair blood circulation to peripheral tissues, leading to ineffective peripheral perfusion nursing care. One non-pharmacological therapy that can be used to help lower blood pressure and improve peripheral perfusion is slow deep breathing therapy. The purpose of this paper is to determine the effectiveness of slow deep breathing therapy in hypertensive patients with ineffective peripheral perfusion nursing care.

The method used is a case study using the nursing process approach for one patient with a medical diagnosis of hypertension. Nursing care was carried out through the stages of assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. Slow deep breathing therapy was implemented for five days, twice daily for 10–15 minutes.

Assessment results showed the patient experiencing pain in the left leg, edema, cool extremities, pale skin, and a capillary refill time (CRT) >3 seconds. The patient's blood pressure at the time of assessment was 203/110 mmHg. The nursing diagnosis was ineffective peripheral perfusion related to high blood pressure. After five days of slow deep breathing therapy, blood pressure dropped to 160/90 mmHg, edema decreased, peripheral perfusion improved, and the patient appeared more relaxed and comfortable.

Slow deep breathing therapy is effective in helping lower blood pressure and improve peripheral perfusion in hypertensive patients with ineffective peripheral perfusion therapy. This therapy can be used as a complementary non-pharmacological intervention in providing nursing care to hypertensive patients.

Keywords : Hypertension, Ineffective Peripheral Perfusion, Slow Deep Breathing.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN DEWAN PENGUJI	iii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN LITERATUR	7
2.1 Konsep Dasar Hipertensi	7
2.1.1 Pengertian Hipertensi	7
2.1.2 Klasifikasi	7
2.1.3 Etiologi dan Faktor Resiko	8
2.1.4 Patofisiologi	10
2.1.5 Manifestasi Klinis	10
2.1.6 Pathway	12
2.1.7 Komplikasi	13
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang	14
2.1.9 Penatalaksanaan	15
2.2 Konsep Perfusi Perifer Tidak Efektif	17
2.2.1 Definisi	17

2.2.2 Etiologi	17
2.2.3 Tanda dan Gejala.....	18
2.2.4 Faktor Risiko	19
2.2.5 Kondisi Klinis Terkait.....	20
2.3 Terapi Slow Deep Breathing	21
2.3.1 Definisi	21
2.3.2 Tujuan dan Manfaat	22
2.3.3 Mekanisme Fisiologis	23
2.3.4 Langkah-Langkah.....	24
2.3.5 Indikasi	26
2.3.6 Kontraindikasi	26
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi	27
2.4.1 Pengkajian	27
2.4.2 Diagnosa.....	32
2.4.3 Intervensi.....	33
2.4.4 Implementasi	35
2.4.5 Evaluasi	36
2.5 Evidence Based Nursing	37
BAB 3 METODE LAPORAN KASUS	46
3.1 Metode.....	46
3.2 Teknik Penulisan	46
3.3 Waktu dan Tempat	47
3.3.1 Waktu Penelitian	47
3.3.2 Tempat.....	47
3.4 Pengumpulan Data	47
3.5 Alur Kerja (Frame Work).....	49
3.6 Etika	49
BAB 4 GAMBARAN KASUS	50
4.1 Pengkajian	50
4.2 Analisa Data	63
4.3 Diagnosa Keperawatan.....	65
4.4 Rencana Asuhan Keperawatan.....	66

4.5 Catatan Tindakan Keperawatan	71
4.6 Evaluasi Keperawatan	73
BAB 5 PEMBAHASAN	76
5.1 Pengkajian	76
5.2 Diagnosa Keperawatan	79
5.3 Intervensi Keperawatan	81
5.4 Implementasi Keperawatan	83
5.5 Evaluasi Keperawatan	85
BAB 6 PENUTUP	87
6.1 Kesimpulan	87
6.2 Saran	88
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN	93



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi	8
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan.....	33
Tabel 2.3 Evidence Based Nursing	37
Tabel 4.1 Genogram.....	54
Tabel 4.2 Pola Kesehatan Sehari-Hari	55
Tabel 4.3 Pemeriksaan Penunjang	60
Tabel 4.4 Terapi Obat	62
Tabel 4.5 Analisa Data.....	63
Tabel 4.6 Daftar Diagnosa Keperawatan	64
Tabel 4.7 Rencana Asuhan Keperawatan.....	65
Tabel 4.8 Catatan Tindakan Keperawatan	70
Tabel 4.9 Evaluasi Keperawatan.....	72



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Hipertensi	12
Gambar 3.1 Frame Work.....	48
Gambar 4.1 Genogram.....	54



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Data Awal	54
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	94
Lampiran 3 Surat Etik Penelitian	96
Lampiran 4 <i>Informed Consent</i>	97
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	98
Lampiran 6 Form Pendampingan Pengambilan Kasus	101
Lampiran 7 Dokumentasi KIA.....	103
Lampiran 8 Surat Hasil Similarity Check.....	104
Lampiran 9 Logbook Bimbingan.....	105



DAFTAR SINGKATAN



ABK	: <i>Ankle Brachial Index</i>
BPH	: <i>Benign Prostate Hyperplasia</i>
BP	: <i>Blood Pressure</i>
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>
CVD	: <i>Cardiovascular Disease</i>
Dinkes	: Dinas Kesehatan
EBN	: <i>Evidence-Based Nursing</i>
EKG	: Elektrokardiografi
IMT	: Indeks Massa Tubuh
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
KIA	: Karya Ilmiah Akhir
KIAN	: Karya Ilmiah Akhir Ners
KTD	: Komplikasi Terkait Diabetes
LFG	: Laju Filtrasi Glomerulus
NOC	: <i>Nursing Outcomes Classification</i>
NIC	: <i>Nursing Interventions Classification</i>
PAD	: <i>Peripheral Arterial Disease</i>
PPOK	: Penyakit Paru Obstruktif Kronik
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
RAS	: <i>Renin–Angiotensin System</i>
RH	: RSUD Dr. Harjono S. Ponorogo

RSUD : Rumah Sakit Umum Daerah

SDB : *Slow Deep Breathing*

SDKI : Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia

SIKI : Standar Intervensi Keperawatan Indonesia

SLKI : Standar Luaran Keperawatan Indonesia

SOP : Standar Operasional Prosedur

TD : Tekanan Darah

WHO : *World Health Organization*

