

KARYA TULIS ILMIAH

**STUDI KASUS INTERVENSI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN NY. C DENGAN
HIPERTENSI DAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KAMBANIRU**

*Laporan Studi Kasus ini disusun untuk memenuhi salah satu Persyaratan Menyelesaikan
Pendidikan Diploma III Keperawatan Waingapu*



INTAN KONGA TAMU APU
PO.5303203230992

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN WAINGAPU**

2026

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Intan Konga Tamu Apu
NIM : PO5303203230992
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Studi Kasus Intervensi Relaksasi Napas
Dalam Pada Pasien Ny. C Dengan
Hipertensi Dan Asuhan Keperawatan Nyeri
Akut Di Wilayah Kerja Puskesmas
Kambaniru.

Menyetakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya tulis ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30% sebagaimana hasil pemeriksaan menggunakan perangkat pendeteksi plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Politeknik Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, April 2026



Intan Konga Tamu Apu

PERNYATAAN ORISINILITAS

Karya tulis ilmiah ini adalah hasil saya sendiri dan tidak terdapat karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesejamaan di suatu perguruan tinggi. Semua sumber dan referensi baik yang dikutip atau di rujuk telah dinyatakan dengan benar.

Nama : Intan Konga Tamu Apu
Nim : PO. 5303203230992
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Studi Kasus Intervensi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Ny. C Dengan Hipertensi Dan Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru.

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisis saya sendiri, bukan hasil jiplakan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sesuai. Semua kutipan, data, atau informasi yang berasal dari sumber lain telah dituliskan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Saya juga menyatakan bahwa karya ini belum pernah diajukan untuk memenuhi tugas akhir atau karya ilmiah di institusi pendidikan lain. Apa bila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggungjawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 07 Februari 2026



(Intan Konga Tamu Apu)

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
STUDI KASUS INTERVENSI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN NY. C
DENGAN HIPERTENSI DAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU

*Laporan Studi Kasus ini disusun untuk memenuhi salah satu Persyaratan Menyelesaikan
Pendidikan Diploma III Keperawatan Waingapu*

OLEH:
INTAN KONGA TAMU APU
PO.5303203230992

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah Politeknik
Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu.
Pada Tanggal, 07 Mei 2026

PEMBIMBING



ESTER RADANDIMA, S.Kep, Ns., M, Kep
NIP.197805042006042016

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



MARIA KARERI HARA, S.Kep. Ns., M. Kes
NIP.19670210198903200

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**STUDI KASUS INTERVENSI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN NY. C
DENGAN HIPERTENSI DAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU**

**OLEH:
INTAN KONGA TAMU APU
PO.5303203230992**

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah Politeknik
Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu.

Pada Tanggal, 07 Mei 2026

PENGUJI I

PENGUJI II



UMBU NGG. NAKATARA, S.Kep. Ns., M. Kep
NIP. 198005312005011010



ESTER RADANDIMA, S.Kep. Ns., M. Kep
NIP. 197805042006042016

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



MARIA KARERI HARA, S.Kep. Ns., M. Kes
NTP. 196702101989032001

BIODATA PENULIS

Nama : Intan Konga Tamu Apu

Tempat Tanggal Lahir : Laikora, 25 Mei 2002

Agama : Kristen Protestan

Alamat : Ngadulanggi

Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Inpres Pulupanjang tahun 2015
2. Tamat SMP Negeri 1 Rindi Umalulu tahun 2018
3. Tamat SMA Negeri 1 Rindi Umalulu tahun 2021
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu 2023 sampai sekarang.

”MOTTO”

**TIDAK ADA JALAN LAIN UNTUK MERAH SUKSES SELAIN
MELEWATI YANG NAMANYA PROSES**

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini sesuai harapan dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. C Dengan Hipertensi Dan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru“

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan tulus kepada Ibu Ester Radandima, S.Kep, Ns., M, Kep sebagai pembimbing dan juga sekaligus penguji II yang telah membimbing dan memberi masukan kepada penulis serta telah meluangkan waktunya sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan. Ucapan yang sama juga saya sampaikan kepada Bapak Umbu Nggiku Njakatara, S.Kep, Ns., M, Kep sebagai penguji I yang telah memberikan masukan untuk perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Dalam menyelesaikan karya tulis ini penulis juga mendapatkan dukungan moral dan material dari berbagai pihak, oleh karena itu Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Maria Hilaria, S.Si., S.Farm., Apt., M.Si. sebagai direktur politeknik kesehatan kementerian kesehatan kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti Pendidikan Di Program Studi DIII Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara, S.Kep. Ns., M. kes. Sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Waingapu.
3. Bapak dan Ibu dosen yang telah membekali penulis dengan pengetahuan selama di bangku perkuliahan.
4. Bapak Benyamin Hiho, SKM sebagai kepala puskesmas Kambaniru yang telah memberikan izin dan bimbingan kepada penulis untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru.
5. Secara khusus, penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang mendalam kepada kedua orang tua tercinta, dan semua keluarga yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan terbaik secara spiritul, material, dan moril kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Teman-teman seangkatan, khususnya buat tingkat III-B yang telah membantu, mendukung dan memberi semangat kepada saya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah penelitian ini.

7. Kepada sahabat-sahabat saya Ade Intan Lemba Patang, Irlan Ngguna Manggil, yang sudah mendukung dari awal sampai selesai dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan adanya masukan dan saran demi menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Penulis

Intan Konga Tamu Apu

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI

Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Program Studi D III Keperawatan Waingapu

Karya Tulis Ilmiah, 07 Mei 2026

INTAN KONGA TAMU APU

“STUDI KASUS INTERVENSI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN NY. C DENGAN HIPERTENSI DAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU”

XVII+ 87 Halaman, 17 Lampiran

Latar belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan berbahaya di dunia karena menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, kegagalan jantung, stroke, dan penyakit ginjal. Hipertensi adalah suatu masalah penyakit yang harus diwaspadai, karena tidak ada tanda dan gejala yang khusus pada seseorang yang mempunyai penyakit hipertensi dan beberapa orang merasa masih sehat dalam beraktivitas seperti biasanya. **Tujuan:** untuk mengetahui efektivitas intervensi relaksasi napas dalam menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Kambaniru. **Metode:** Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitian adalah pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut yang dipilih secara purposive sesuai kriteria inklusi. Intervensi yang diberikan berupa teknik relaksasi napas dalam yang dilakukan secara teratur sesuai dengan standar prosedur keperawatan. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan TD awal 180\100 mmHg, skala nyeri 6 dan adanya penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi relaksasi napas dalam, TD 160\80 mmHg, skala nyeri 2. Setelah itu, pasien tampak lebih rileks, ekspresi nyeri berkurang, tanda-tanda vital lebih stabil, serta pasien mampu mengontrol nyeri yang dirasakan secara mandiri. Temuan ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi napas dalam memberikan dampak positif terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien hipertensi. **Kesimpulan:** Tindakan intervensi relaksasi napas dalam terbukti efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Akut, Relaksasi Napas Dalam.

Kepustakaan: 7 (2023-2025)

ABSTRACT

Kementerian Kesehatan RI

Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Program Studi D III Keperawatan Waingapu

Karya Tulis Ilmiah , 07 Mei 2026

INTAN KONGA TAMU APU

"A CASE STUDY OF DEEP BREATHING RELAXATION INTERVENTION IN HYPERTENSION PATIENTS WITH ACUTE PAIN NURSING PROBLEMS IN THE WORKING AREA OF THE KAMBANIRU PUBLIC HEALTH CENTER"

Background: Hypertension is a dangerous global health issue, serving as a major risk factor for cardiovascular diseases such as heart attack, heart failure, stroke, and kidney disease. It is a condition requiring vigilance, as affected individuals often exhibit no specific signs or symptoms and may feel healthy enough to carry out their usual activities. **Objective:** To determine the effectiveness of deep breathing relaxation interventions in reducing pain levels among hypertensive patients experiencing acute pain within the service area of the Kambaniru Community Health Center (Puskesmas). **Methods:** A case study with a descriptive approach was employed. Research subjects were hypertensive patients experiencing acute pain, selected purposively based on inclusion criteria. The intervention consisted of deep breathing relaxation techniques performed regularly in accordance with standard nursing procedures. **Results:** Initial assessment showed a blood pressure of 180/100 mmHg and a pain scale of 6; following the deep breathing relaxation intervention, blood pressure dropped to 160/80 mmHg and the pain scale decreased to 2. Subsequently, the patient appeared more relaxed, exhibited fewer signs of pain, and showed stabilized vital signs, while also demonstrating the ability to independently manage their pain. These findings indicate that deep breathing relaxation techniques have a positive impact on reducing pain intensity in hypertensive patients. **Conclusion:** Deep breathing relaxation intervention is proven effective in reducing pain levels among hypertensive patients experiencing acute pain.

Keywords: Hypertension, Acute Pain, Deep Breathing Relaxation.

References: 7 (2023–2025)

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENEKSAHAN.....	v
BIODATA PENULIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR ISTILAH	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan khusus	3
1.4 Manfaat penelitian	3
1.4.1 Manfaat Teoritis	3
1.4.2 Manfaat Praktis	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Pengertian	6
2.1.1 Pengertian	6
2.1.2 Etiologi	7
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi.....	7
2.1.4 Patofisiologi	8
2.1.5 Pathway	10
2.1.6 Manifestasi Klinis	11
2.1.7 Komplikasi.....	15

2.3 Konsep Keluarga	16
2.3.1 Definisi Keluarga.....	16
2.3.2 Tugas Keluarga Dalam Bidang Kesehatan	18
2.3.3 Peran Perawat Keluarga	18
2.4 Konsep Nyeri.....	18
2.4.1 Definisi	18
2.4.2 Faktor yang mempengaruhi nyeri	19
2.4.3 Klasifikasi nyeri.....	19
2.4.4 Pengukuran nyeri	19
2.4.5 Implementasi Keperawatan	30
2.4.6 Evaluasi Keperawatan	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
3.1 Pendekatan Penelitian	31
3.2 Subjek Studi Kasus	31
3.3 Fokus Studi.....	31
3.4 Definisi Operasional	31
3.5 Instrumen Penelitian	32
3.6 Metode Pengumpulan Data	32
3.6.1 Jenis Data.....	32
3.6.2 Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.7 Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	33
3.8 Langkah Pelaksanaan Studi Kasus	34
3.9 Tempat Dan Waktu	35
3.10 Analisis Data.....	35
3.11 Etika Studi Kasus.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Gambar Lokasi Penelitian.....	37
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	37
4.2 Data Asuhan Keperawatan	38
ANALISA DATA.....	44
DIAGNOSA KEPERAWATAN.....	44
Format Intervensi Asuhan Keperawatan Keluarga.....	46
Format Implementasi Asuhan Keperawatan Keluarga	47
4.3 Pembahasan	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
5.1 Kesimpulan.....	55
5.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	57
DOKUMENTASI	58

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Intervensi Keperawatan	30
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	31
Tabel 4. 1 Identitas Keluarga Pasien	38
Tabel 4. 2 Fase Perkembangan Keluarga Dengan Hipertensi	39
Tabel 4. 3 Riwayat Kesehatan Keluarga Inti Pasien.....	40
Tabel 4. 4 Catatan Kesehatan Tiap Anggota Keluarga	40
Tabel 4. 5 Struktur Keluarga Pasien	41
Tabel 4. 6 Fungsi Keluarga Pasien	42
Tabel 4. 7 Stres dan Koping Keluarga Pasien	42
Tabel 4. 8 Pemeriksaan Fisik Pada Keluarga Pasien Ny.C Hipertensi.	42
Tabel 4. 9 Analisa Data Pasien.....	44
Tabel 4. 10 Diagnosa Keperawatan Ny. C.....	44
Tabel 4. 11 Analisa Data Pasien	45
Tabel 4. 12 Intervensi Keperawatan Pasien	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway	10
Gambar 2. 2 visual analog scale (VAS).....	19
Gambar 2. 3 Verbal Rating Scale	20
Gambar 2. 4 Numeric Rating Scale.....	20
Gambar 2. 5 Wong Baker Rating Scale	20
Gambar 4. 1 Genogram pasien.....	39
Gambar 4. 2 denah rumah.....	41

DAFTAR ISTILAH

WHO	: World Health Organization
TIA	: Transient Ischemic Attack
EKG	: Elektrokardiografi
HDL	: High Density Lipoprotein
CCB	: Calcium Channel Blocker
ARB	: Angiotensin receptor blocker
HCT	: Hydrochlorothiazide
VAS	: Visual Analog Scale
VRS	: Verbal Rating Scale
TBC	: Tuberculosis
HIV	: Human Immunodeficiency Virus
DVJ	: Distensi Vena Jugularis
SOP	: Standar Operasional Prosedur

DAFTAR LAMPIRAN

Permohonan pengambilan data awal.....	58
Surat izin penelitian.....	59
Permohonan menjadi responden	60
Persetujuan menjadi responden.....	61
Keaslian penelitian	62
Surat bebas plagiasi	63
Undangan ujian proposal	64
Undangan ujian KTI.....	65
Berita acara ujian proposal	66
Daftar hadir ujian proposal	67
Berita acara ujian KTI	68
Daftar hadir ujian KTI	69
Lembar konsul proposal	70
Lembar konsul KTI	73
SOP.....	76
Askep	78
Dokumentasi	85