

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN EDUKASI TEKNIK NAPAS DALAM PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WAINGAPU**

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
menyelesaikan studi Diploma III Keperawatan Waingapu*



Oleh:

KRESENTIA HAMUMEHA
PO5303203211173

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
WAINGAPU
2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN EDUKASI TEKNIK NAPAS DALAM PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WAINGAPU**

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan studi Diploma III Keperawatan Waingapu



Oleh:

KRESENTIA HAMUMEHA
PO5303203211173

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
WAINGAPU
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN EDUKASI TEKNIK NAPAS DALAM PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WAINGAPU

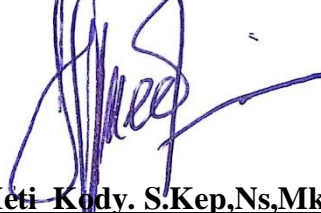
*Karya Tulis Ilmiah Ini Di Ajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH:

KRESENTIA HAMUMEHA
PO.5303203211173

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Untuk Di Ujikan Di Depan Dewan Penguji
Karya Tulis Ilmiah Politeknik Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan
Waingapu Pada Tanggal

PEMBIMBING



Martha Meti Kody. S.Kep.Ns,Mkep
NIP. 19661015 1989 03 2001

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara. S. Kep, Ns, M. Kes.
NIP. 196702110 198903 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN EDUKASI TEKNIK NAPAS DALAM PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WAINGAPU**

DI SUSUN OLEH:

**KRESENTIA HAMUMEHA
PO.5303203211173**

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Untuk Di Ujikan Di Depan Dewan Penguji
Karya Tulis Ilmiah Politeknik Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan
Waingapu Pada Tanggal,

PENGUJI I



**Veronika Toru. S.Kep.Ns.M.Kep
NIP: 198409132006042005**

PENGUJI II



**Martha Meti Kody. S.Kep.Ns,MKep
NIP. 19661015 1989 03 2001**

**MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU**



**Maria Kareri Hara. S. Kep.Ns., M. Kes
NIP. 19670210 198903 2 001**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil saya sendiri dan tidak dapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu Perguruan Tinggi. Semua sumber dan referensi baik yang dikutip atau dirujuk telah dinyatakan dengan benar.

Nama : Kresentia Hamumeha

Nim : PO5303203211173

Tanda Tangan :

BIODATA PENULIS

Nama : Kresentia Hamumeha

Tempat Tanggal Lahir : Praikundu, 04 Desember 2003

Agama : Kristen Katolik

Alamat : Lambanapu

Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Katolik Praikundu 2015
2. Tamat SMP Negeri 1 Kambera 2018
3. Tamat SMA Negeri 1 Kambera 2021
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi DIII Keperawatan Waingapu 2021 Sampai Sekarang

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahmat-Nya Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai harapan dengan judul "Penerapan Edukasi Teknik Napas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu".

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada ibu MarthaMeti Kody.SKep,Ns,Mkep. sebagai dosen pembimbing yang telah mendampingi dan memberikan arahan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan. Dan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada ibu Veronika Toru. Skep,Ns,Mkep sebagai dosen Penguji yang telah menguji dan memberikan masukan dalam menyusun karya tulis ilmiah penelitian ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijin penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak H. Irfan, SKM., MKes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi 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. Kepada Orang Tua Yang Paling Berjasa Dalam Hidup Saya Bapak Kornelis Ndapakamang, Mama Desmiyanti Hambabandju, Mama Mariana Handja Mbatu, Alm Bapa Antonius Ndapa Ana Meha Dan Nenek Saya Tersayang Agustina Kahi Atanau Serta Tante Saya Tercinta Tresia Mbatu Mbana Dan Petronela Pihu Yang Selalu Mendoakan Dan Memberikan Dukungan Baik Secara Spiritual, Material Dan Moral Kepada Penulis Dalam Menyusun Karya Tulis Ilmiah Ini.
4. Kepada Sahabat Terbaik Saya Marcela Fergiani Kiha, Elen Wori Hana, Heronima Lado Dan Valdo Dulwahid Yang Banyak Berpartisipasi Di Dalam Pembuatan Karya Tulis Ilmiah Ini Dan Memberikan Semangat Yang Paling Berharga Sampai terselesaikan Karya Tulis Ilmiah Ini.
5. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan bantuan moral maupun material kepada Penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis mengharapkan masukan untuk kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Waingapu, Mei 2024

Penulis

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI Politeknik
Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Karya Tulis Ilmiah, Waingapu, Mei 2024

KRESENTIA HAMUMEHA

“PENERAPAN EDUKASI TEKNIK NAFAS DALAM PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU”

Latar Belakang: Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg. Penderita hipertensi merupakan pasien dengan risiko tertinggi terjadinya penyakit stroke dan penyakit kardiovaskular, data dari WHO (World Health Organization) pada tahun 2013, terdapat 9,4 juta per 1 miliar penduduk di dunia meninggal akibat gangguan penyakit kardiovaskular. **Tujuan:** Untuk mencegah terjadinya Hipertensi dan penderita Hipertensi bisa mengontrol penyakitnya. **Metode:** Jenis Penelitian ini adalah studi kasus dengan metode deskriptif. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling* dengan 1 orang sample. Instrumen yang digunakan berupa SAP dan Lembar Observasi. Menggunakan teknik analisa WOD (Wawancara, Observasi dan Dokumentasi). **Hasil:** Berdasarkan data subjektif dan objektif mendapatkan masalah keperawatan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif kemudian penulis melakukan intervensi serta implementasi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman. **Kesimpulan:** berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Edukasi Teknik Relaksasi Napas Dalam pada Pasien Hipertensi dengan Gangguan Rasa Nyaman di Desa Mbatakapidu Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu menunjukkan bahwa adanya peningkatan tingkat pengetahuan keluarga dan pasien tentang cara penanganan Pasien Hipertensi dengan Gangguan Rasa Nyaman.

Kata Kunci: Edukasi, Teknik Napas Dalam, Hipertensi

DAFTAR SINGKATAN

TD	Tekanan Darah
WHO	World Health Organization
PTM	Penyakit Tidak Menular
DINKES	Dinas Kesehatan
RISKESDAS	Riset Kesehatan Dasar
NTT	Nusa Tenggara Timur
MDGS	Millennium Development Goals
PUSKESMAS	Pusat Kesehatan Masyarakat
KEMENKES	Kementrian Kesehatan
RI	Republik Indonesi
BB	Berat Badan
SOP	Standar Operasional Prosedur
WOPD	Wawancara, Observasi, Pemeriksaan fisik, dan Dokumentasi

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Intervensi Keperawatan Pada Pasien Hipertensi	27
Tabel 3 1 Definisi Operasional	33
Tabel 4 1 Data Umum Responden	40
Tabel 4 2 Riwayat Kesehatan Responden	40
Tabel 4 3 Pengkajian Lingkungan Pada Responden	41
Tabel 4 4 Struktur Keluarga Responden	41
Tabel 4 5 Fungsi Keluarga Pada Responden	42
Tabel 4 6 Klasifikasi Data Responden	42
Tabel 4 7 Analisa Data Pada Responden	43
Tabel 4 8 Diagnosa Keperawatan Pada Responden	44
Tabel 4 9 Implementasi Keperawatan Pada Responden	45
Tabel 4 10 Evaluasi Keperawatan Pada Responden	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Pathway Hipertensi	13
Gambar 3 1 <i>Gambaran Tahap Penelitian</i>	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Keaslian Penelitian
- Lampiran 2 Format SAP
- Lampiran 3 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Permohonan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Pengambilan Data Awal
- Lampiran 6 Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 8 Surat Ijin Selesai Penelitian
- Lampiran 9 Undangan Ujian Proposal
- Lampiran 10 Berita Acara Ujian Proposal
- Lampiran 11 Daftar Hadir Ujian Proposal
- Lampiran 12 Undangan Ujian KTI
- Lampiran 13 Berita Acara Ujian KTI
- Lampiran 14 Daftar Hadir Ujian KTI
- Lampiran 15 Lembar Konsultasi Proposal Pembimbing
- Lampiran 16 Lembar Konsultasi Revisi Proposal
- Lampiran 17 Lembar Konsultasi KTI Pembimbing Penguji
- Lampiran 18 Format Askep Keluarga
- Lampiran 19 Dokumentasi Foto Dan Poster

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
BIODATA PENULIS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISTILAH	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR ISI	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN TEORI	8
2.1 Konsep Hipertensi	8
2.1.1 Pengertian	8
2.1.2 Etiologi	8
2.1.3 Klasifikasi hipertensi.....	10
2.1.4 Manifestasi klinis	11
2.1.5 Patofisiologi	12
2.1.6 Pencegahan	14
2.1.7 Perawatan jenis pengobatan.....	14
2.1.8 Masalah	15
2.1.9 Penatalaksanaan	15
2.2 Konsep Terapi Relaksasi Nafas Dalam	17
2.2.1 Definisi	17
2.2.2 Tujuan terapi relaksasi nafas dalam	18
2.2.3 Manfaat terapi relaksasi nafas dalam	18
2.2.4 Pengaruh	18
2.2.5 Prosedur tindakan terapi relaksasi nafas dalam	19
2.3 Konsep Rasa nyaman	20

2.3.1	Definisi Rasa Nyaman	20
2.3.2	Prinsip Kebutuhan rasa nyaman	20
2.3.3	Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman.....	21
2.4	Konsep Asuhan keperawatan.....	23
2.4.1	Pengkajian	23
2.4.2	Diagnosa Keperawatan.....	26
BAB 3	METODE STUDI KASUS.....	32
3.1	Desain Studi Kasus	32
3.2	Tempat Dan Waktu Penelitian.....	32
3.3	Subyek Studi Kasus	32
3.4	Definisi Operasional.....	32
3.5	Pendekatan Studi Kasus.....	34
3.6	Instrumen Studi Kasus	34
3.7	Metode Pengumpulan Data	35
3.8	Analisis Data Dan Penyajian Data	37
3.9	Etika studi kasus	38
BAB 4	PEMBAHASAN	40
4.1	Data Umum Responden.....	40
4.2	Data Khusus Partisipan.....	40
4.3	Penentuan Diagnosa Keluarga	42
4.4	Intervensi keperawatan	44
4.5	Implementasi Keperawatan	45
4.6	Evaluasi Keperawatan.....	47
4.7	Pembahasan	49
BAB 5	PENUTUP	58
5.1	Kesimpulan	58
5.2	Saran	58
	DAFTAR PUSTAKA	60
	LAMPIRAN	