

KARYA TULIS ILMIAH

**TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT PADA PASIEN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG**

*Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Pendidikan Di Program Studi DIII Keperawatan Wangapu*



DI OLEH

ALVIN KAHAIPU PANJIMANANG
NIM. PO5303203221256

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI KEPERAWATAN WAINGAPU
TAHUN 2025

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alvin Kahaipu Panjimanang
NIM : PO5303203221256
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kanatang

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian 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 Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu.

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

Waingapu 21 mei 2025

Yang menyatakan


METRIKA
TEMPEL
A0479AMX421130032
(Alvin Kahaipu Panjimanang)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alvin Kahaipu Panjimanang
Nim : PO5303203221256
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Teknik relaksasi napas dalam dengan masalah
keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di
wilayah kerja puskesmas kanatang.

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 tulis ilmiah di institusi pendidikan lain. apa bila di kemudian hari di temukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggung jawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

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

Waingapu, 11 juli 2025

Yang menyatakan,



(Alvin kahaipu panjimanang)

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT PADA PASIEN HIPERTENSI DI
KERYA WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
menyelesaikan pendidikan Diploma III keperawatan waingapu*

OLEH

ALVIN KAHAIPU PANJIMANANG
NIM. PO5303203221256

Telah Disetujui Untuk Diujukan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waingapu, Pada
Tanggal, 4 maret 2025

PEMBIMBING



INEKE NOVIANA, S.TR.Kep.,M.TR.Kep

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



MARIA KARERI HARA, S.Kep.Ns.M.Kes
NIP. 19670210 198903 2 001

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT PADA PASIEN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG

OLEH

ALVIN KAHAIPU PANJIMANANG
NIM. PO5303203221256

Telah Diuji Dan Dipertahankan Di Hadapan Dewan Penguji
Karya Tulis Ilmiah Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu, Pada Tanggal, 7 Juli 2025

PENGUJI I



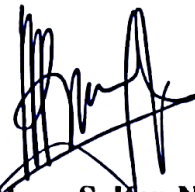
KARTINI PEKABANDA, SST, M.Kes
NIP. 1983042122006042015

PENGUJI II



INEKE NOVIANA, S.TR.Kep., M.TR.Kep

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



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

BIODATA PENULIS

Nama : Alvin Kahaipu Panjimanang

Tempat Tanggal Lahir : Bidihunga, 26 September 2003

Agama : Kristen Protestan

Alamat : Bidihunga

Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Inpres Praibakul 2016
2. Tamat SMP Negeri 2 Haharu 2019
3. Tamat SMA Negeri 2 Haharu 2022
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes
Kupang Program Studi DIII Keperawatan
Waingapu 2022 Sampai Sekarang

-MOTTO :

**“KETIKA KAMU GAGAL DALAM MASA PERJUANGAN BUKAN
BERARTI KAMU HARUS BERHENTI, TERUS BERJUANG DAN RAIH
MIMPI MU.”**

ABSTRAK

**Kementrian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan Waingapu
Karya Tulis Ilmiah**

ALVIN KAHAIPU PANJIMANANG
TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT PADA PASIEN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANATANG

Pendahuluan: Hipertensi disebut sebagai penyakit tidak menular, karena hipertensi tidak ditularkan dari orang ke orang. Penyakit tidak menular adalah penyakit kronis yang tidak dapat ditularkan ke orang lain. Penyakit tidak menular masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian di Indonesia saat ini. Penyakit tidak menular masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian di Indonesia saat ini. **Tujuan:** Mampu Menerapkan Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut.

Metode: Desain penelitian ini adalah deskriptif yaitu suatu jenis penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk menggambarkan suatu keadaan secara objektif dengan menggunakan satu subyek/tunggal dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus yang menjadi pokok pembahasan penelitian ini adalah Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi. **Hasil :** pengkajian yang didapatkan di pasien adalah mengeluh nyeri pada kepala sebelah kanan dengan skala nyeri 4, terlihat meringgis, tidak bisa tidur TD. 140/90 MmHg. Ditegakkan diagnosa keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan fisiologis (iskemia). Dilakukan implementasi relaksasi napas dalam selama 3 hari dengan hasil teratasi sebagian. dengan kriteria hasil keluhan menurun, dari skala nyeri 4 menjadi 3 dan TD membaik dari 140/90 MmHg menjadi 130/90 MmHg akan tetapi pasien tampak meringgis dan kesulitan tidur.

Kesimpulan: Masalah keperawatan nyeri akut pada pasien Hipertensi dengan implementasi relaksasi napas dalam untuk membantu mengatasi nyeri akut.

Kata kunci: Teknik Relaksasi Napas Dalam, Nyeri Akut, Hipertensi

Kepustakaan: 15 (2018-2023)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahmat-Nya Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai harapan dengan judul “Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kanatang”. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Ineke Noviana,S.Tr.Kep.,M.TR.Kep sebagai dosen pembimbing dan ibu Kartini Pekabanda, SST, M. Kes., sebagai dosen penguji yang telah mendampingi dan memberikan arahan sehingga Karya Tulis Ilmiah penelitian ini dapat diselesaikan. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijinkan penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak H. Irfan, SKM.,M.Kes 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. Bapak / Ibu dosen yang telah membekali penulis dengan pengetahuan selama mengikuti perkuliahan.
4. Bapak Frankie Miliara A.Md.Kep sebagai kepala puskesmas yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian
5. Kepada Orang Tua Yang Paling Berjasa Dalam Hidup Saya Bapak Hunga Renggy M,R, Mama Putri Kaweda Nendir, serta kaka dan adik, Yang Selalu Mendoakan Dan Memberikan Dukungan Baik Secara Spiritual, Material, Moral, Kepada Penulis Dalam Menyusun Karya Tulis Ilmiah Ini.
6. 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. Semoaga bermanfaat bagi pembaca.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah masih memiliki kekurangan, oleh karena itu Penulis mengharapkan adanya masukan dan saran yang menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini agar dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Waingapu, 11 Juli 2025

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'A' followed by a series of loops and a horizontal line extending to the right.

Alvin Kahaipu Panjimanang

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
BIODATA PENULIS.....	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	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 PUSTAKA.....	7
2.2 Konsep Hipertensi.....	7
2.2.1 Pengertian.....	7
2.2.2 Klasifikasi.....	7
2.2.3 Etiologi.....	9
2.2.4 Manifestasi Klinis.....	12
2.2.5 Patofisiologi	13
2.2.6 Pathway.....	15
2.2.7 Pemeriksaan Penunjang	16
2.2.8 Pencegahan.....	17
2.2.9 Penatalaksanaan	17
2.2.10 Komplikasi	18
2.3 Konsep Nyeri Akut	19
2.3.1 Pengertian Nyeri Akut	19
2.3.2 Tanda Dan Gejala Nyeri Akut.....	20
2.3.3 Pengobatan Nyeri Akut	21
2.3.4 Teknik Mengatasi Nyeri.....	21
2.4 Konsep Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	22
2.4.1 Definisi	22
2.4.2 Tujuan Teknik Relaksasi Napas Dalam.....	23
2.4.3 Mekanisme Teknik Relaksasi Napas Dalam	23
2.4.4 Langkah-Langkah Melakukan Teknik Relaksasi Napas Dalam	23
2.4.5 Manfaat Teknik Relaksasi Napas Dalam	24
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan	25
2.5.1 Pengkajian	25

2.5.2	Pengumpulan Data	25
2.5.3	Pemeriksaan Fisik.....	27
2.5.4	Diagnosa Keperawatan.....	29
2.5.5	Intervensi Keperawatan.....	32
2.5.6	Implementasi Keperawatan	34
2.5.7	Evaluasi Keperawatan	34
BAB 3	METODE PENELITIAN	35
3.1	Desain Studi Kasus	35
3.2	Subjek Studi Kasus	35
3.3	Fokus Studi	36
3.4	Definis Operasional	37
3.5	Instrumen Studi Kasus	38
3.6	Metode Pengumpulan Data.....	38
3.7	Teknik Pengumpulan Data.....	39
3.9	Lokasi Dan Waktu	41
3.11	Analisa Data	41
3.11	Penyajian Data	42
3.12	Etika Studi Kasus	42
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	44
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	44
4.2	Data Asuhan Keperawatan.....	44
4.2.1	Pengkajian Keperawatan.....	44
4.3	Pembahasan	55
4.3.1	Pengkajian	55
4.3.2	Diagnosa Keperawatan.....	57
4.3.3	Intervensi Keperawatan.....	57
4.3.4	Implementasi Keperawatan	58
4.3.5	Evaluasi Keperawatan	60
BAB 5	PENUTUP.....	62
5.1	Kesimpulan	62
5.2	Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA		62
LAMPIRAN.....		

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Keaslian Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	10
Tabel 2. 2 Distribusi Intervensi Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	37
Tabel 4.1 Pengkajian Pada Klien	45
Tabel 4. 2 Pemeriksaan Fisik	48
Tabel 4. 3 Klasifikasi Data	50
Tabel 4. 4 Analisa Data	50
Tabel 4. 5 Diagnosa Keperawatan	51
Tabel 4. 6 intervensi keperawatan	51
Tabel 4. 7 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. 1 langkah-langkah pelaksanaan studi kasus	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 1 Genogram bagan 3 turunan	49

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
SIRKESNAS	: Survei Incator Kesehatan Nasional
NTT	: Nusa Tenggara Timur
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
SOAP	: Subjektif, Objektif, Assesment, Plant
SOP	: Standar Operasional Prosedur
WOD	: Wawancara, Observasi, Dokumentasi

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. : Permohonan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2. : Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. : Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4. : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5. : Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi
- Lampiran 6. : Undangan Ujian Proposal
- Lampiran 7. : Undangan Ujian KTI
- Lampiran 8. : Berita Acara Ujian Proposal
- Lampiran 9. : Daftar Hadir Ujian Proposal
- Lampiran 10. : Berita Acara Ujian Sidang KTI
- Lampiran 11. : Daftar Hadir Ujian Sidang KTI
- Lampiran 12. : Lembar Konsultasi Proposal
- Lampiran 13. : Lembar Konsultasi KTI
- Lampiran 14. : SOP
- Lampiran 15. : Format Askep KMB
- Lampiran 16. : Dokumentasi