

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI  
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RISIKO PERFUSI  
SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DAN PENERAPAN TEKNIK  
*SLOW DEEP BREATHING* DI RSU MEDIKA LESTARI  
BANYUMAS**

*NURSING CARE FOR HYPERTENSION PATIENTS WITH NURSING  
PROBLEMS OF INEFFECTIVE CEREBRAL PERFUSION RISK AND  
THE APPLICATION OF SLOW DEEP BREATHING TECHNIQUE  
AT RSU MEDIKA LESTARI BANYUMAS*

*Latifah Nur Azalia 1, Kasron 2  
1,2 Al-Irsyad University Cilacap  
Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap*

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis. Seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. Teknik *slow deep breathing* merupakan salah satu penatalaksanaan non farmakologi untuk hipertensi. Karya tulis ilmiah ini bertujuan untuk mendeskripsikan tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan setelah melakukan teknik *slow deep breathing* di RSU Medika Lestari Banyumas. Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif melalui studi kasus. Subyek yang digunakan yaitu satu pasien hipertensi. Hasil menunjukkan bahwa setelah dilakukan asuhan keperawatan dengan diagnosa keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan Teknik *slow deep breathing* selama 4 hari, terjadi penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi pada hari pertama tekanan darah 162/100 mmHg pada hari keempat menjadi 122/72 mmHg. Bagi pasien hipertensi hendaknya dapat melakukan penerapan teknik *slow deep breathing* secara mandiri untuk membantu menurunkan atau mengontrol tekanan darah.

**Kata kunci :** Hipertensi, Risiko Perfusi serebral tidak efektif, *slow deep breathing*

**ABSTRACT**

*Hypertension is a condition in which there is a chronic increase in blood pressure. A person is said to have hypertension if systolic blood pressure is >140 mmHg and diastolic is >90 mmHg. The slow deep breathing technique is one of the non-pharmacological treatments for hypertension. This scientific paper aims to describe the blood pressure of hypertensive patients before and after performing the slow deep breathing technique at RSU Medika Lestari Banyumas. The research design used is descriptive through case studies. The subject used was one hypertensive patient. The results showed that after nursing care with a nursing diagnosis of ineffective cerebral perfusion risk and the application of the slow deep breathing technique for 4 days, there was a decrease in blood pressure in patients with hypertension on the first day of blood pressure 162/100 mmHg on the fourth day to 122/72 mmHg. Hypertensive patients should be able to apply the slow deep breathing technique independently to help lower or control blood pressure.*

**Keywords:** Hypertension, Risk of ineffective cerebral perfusion, *slow deep breathing*