

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY K DENGAN HIIPERTENSI
SERTA PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENGURANGI RASA NYERI KEPALA DI UNIT
ORGANISASI BERSIFAT FUNGSIONAL (UOBF)
PUSKESMAS KAWUNGANTEN**

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS



**Disusun Oleh :
MISWATI
NIM. 41121232001**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL IRSYAD CILACAP
2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY K DENGAN HIIPERTENSI
SERTA PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM
UNTUK MENGURANGI RASA NYERI KEPALA DI UNIT
ORGANISASI BERSIFAT FUNGSIONAL (UOBF)
PUSKESMAS KAWUNGANTEN**

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners Pada
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-
Irsyad Cilacap**

**Disusun Oleh :
MISWATI
NIM. 41121232001**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL IRSYAD CILACAP
2 0 2 4**

LEMBAR PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY K DENGAN HIIPERTENSI SERTA PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENGURANGI RASA NYERI KEPALA DI UNIT ORGANISASI BERSIFAT FUNGSIONAL (UOBF) PUSKESMAS KAWUNGANTEN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji
Program Studi Profesi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh :

MISWATI

NIM. 41121232001

Cilacap, 11 Desember 2024

Pembimbing



Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep. MB

NIP. 103 100 0259

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners



Trimeita Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes

NIP. 103 100 3441

**SURAT PERNYATAAN
LAYAK UJI SIDANG KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Nama Mahasiswa : MISWATI
NIM : 41121232001
Judul KIAN : **Asuhan Keperawatan Pada Ny K Dengan Hiipertensi
Serta Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk
Mengurangi Rasa Nyeri Kepala Di Unit Organisasi
Bersifat Fungsional (UOBF) Puskesmas Kawunganten**
No HP : 082135354250
Penguji : Kasron, M.Kep

Dinyatakan telah layak untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir Ners Prodi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

Cilacap, 8 Januari 2025

Pembimbing

Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep. MB

NIP. 103 100 0259

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : MISWATI

NIM : 41121232001

Judul KIAN : **Asuhan Keperawatan Pada Ny K Dengan Hiipertensi Serta Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Kepala Di Unit Organisasi Bersifat Fungsional (UOBF) Puskesmas Kawunganten**

Program Studi : Profesi Ners

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama



(Kasron, M.Kep)
NIP. 103 100 09718

Penguji Anggota



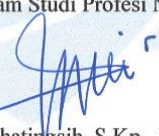
(Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep. MB)
NIP. 103 100 0259

Ditetapkan di : Universitas Al-Irsyad Cilacap

Tanggal :

Mengetahui

Ketua Program Studi Profesi Ners



Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes
NIP. 103 100 3441

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap



Sohimah, M.Keb
NIP. 103 100 3469

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR BAGAN	x
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Kaa Ilmiah Akhir Ners.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
A. KONSEP MEDIS	8
1. Konsep Dasar Hipertensi	8
2. Konsep Terapi Relaksaksi Napas Dalam	14
a. Pengertian	14
b. Tujuan dan Manfaat relaksasi Nafas Dalam	14
c. Mekanisme Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Nyeri	15
d. Prosedur relaksasi Nafas Dalam	17
e. Standar Operasional Prosedur Teknik Relaksasi Nafas Dalam	18
B. ASUHAN KEPERAWATAN	19
1. Konsep Nyeri	19
2. Asuhan keperawatan	24
a. Pengkajian	24
b. Diagnosa	26
c. Intervensi	28
d. Implementasi	30
e. Evaluasi	31
C. <i>EVIDENCE BASED PRACTICE (EBP)</i>	33
 BAB III METODE TINJAUAN KASUS	 35
A. Jenis Penelitian	35
B. Subjek Studi Kasus	35
C. Lokasi Dan Waktu Studi Kasus	36
D. Definisi operasional	36
E. Instrumen studi kasus.....	36
F. Langkah-langkah pelaksanaan studi kasus	37

G. Metode pengumpulan data	39
H. Analisis data dan penyajian data	40
I. Etika Studi kasus	40
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 42
A. AsuhanKeperawatan	42
1. Pengkajian	42
2. Diagnosa Keperawatan	45
3. Rencana Asuhan Keperawatan	46
4. Implementasi	46
5. Evaluasi	48
B. Pembahasan	50
1. Analisis Karakteristik Klien/Pasien	50
2. Analisis penerapan tindakan EBP pada kasus kelolaan	54
C. Keterbatasan Studi Kasus	58
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	 59
A. Simpulan	59
B. Saran	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM	18
Tabel 3.1. Definisi Operasional	36
Tabel 4.1. Data Penunjang Hasil pemeriksaan Laboratorium	45

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1. Pathways Hipertensi	21

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN dengan judul Asuhan Keperawatan Pada Ny K Dengan Hiipertensi Serta Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Kepala di Unit Organisasi Bersifat Fungsional (UOBF) Puskesmas Kawunganten. Penulisan KIAN ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners dalam Program Studi Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap. Penulis menyadari bahwa penulisan KIAN ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan kian ini dengan baik. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kemudahan kelancaran dan kesehatan, sehingga ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Bapak Sarwa, AMK., Spd., M.Kes selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan studi kasus.
3. Bunda Trimeilia Suprihatingsih, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Prodi Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Bapak Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep. MB selaku pembimbing dan penguji II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penulisan kian ini.

5. Bapak Kasron, M.Kep selaku penguji I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penulisan kian ini.
6. Segenap dosen dan karyawan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
7. Sahabat dan rekan mahasiswa Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap yang saya sayangi dan selalu memberikan semangat dan kerja samanya selama pendidikan.
8. UOBF Puskesmas Kawunganten yang sudah memberikan izin untuk melakukan studi kasus dan memperoleh data yang penulis perlukan dalam proses studi kasus.
9. Semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam proses penulisan kian ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa kian ini kurang dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis. Untuk itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi penulisan kian yang lebih baik lagi. Semoga kian ini dapat bermanfaat bagi semua.

Cilacap, 8 Januari 2025

Penulis

ABSTRAK

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY K DENGAN HIIPERTENSI SERTA
PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENGURANGI
RASA NYERI KEPALA DI UNIT ORGANISASI BERSIFAT FUNSIONAL
(UOBF) PUSKESMAS KAWUNGANTEN**

Miswati¹, Kasron², Sodikin³

1,2,3 Universitas Al- Irsyad Cilacap Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap
Email : miswatiperawat1969@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Masalah hipertensi yang sering terjadi antara lain mengalami gejala seperti pusing, nyeri kepala, cemas, gangguan tidur, pegal pada leher, sesak napas, kelelahan dan mata berkunang-kunang. Terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri diantaranya adalah teknik relaksasi nafas dalam. **Tujuan :** Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah untuk menggambarkan pengelolaan asuhan keperawatan pada pasien hiperensi dengan masalah keperawatan nyeri kepala dan tindakan keperawatan terapi relaksasi nafas dalam. **Metode :** metode yang digunakan yaitu pendekatan studi kasus kualitatif dengan strategi studi kasus deskriptif. Subjek penelitian dalam asuhan keperawatan ini adalah Ny. K dengan masalah keperawatan nyeri kepala **Hasil :** KIAN ini menunjukkan bahwa tindakan teknik relaksaksi dalam terbukti efektif sebagian untuk menurunkan nyeri kepala.

Kata kunci: Terapi relaksasi dalam, nyeri kepala, klien hipertensi.

***NURSING CARE FOR Mrs. K WITH HYPERTENSION AND THE APPLICATION OF
DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES TO REDUCE HEADACHE IN THE
FUNCTIONAL ORGANIZATIONAL UNIT (UOBF) OF THE KAWUNGANTEN
COMMUNITY HEALTH CENTER***

Background: Hypertension problems that often occur include symptoms such as dizziness, headache, anxiety, sleep disturbances, stiff neck, shortness of breath, fatigue and blurred vision. Non-pharmacological therapy to reduce pain includes deep breathing relaxation techniques. **Purpose:** The writing of this Final Scientific Paper for Nursing is to describe the management of nursing care for hypertensive patients with headache nursing problems and deep breathing relaxation therapy nursing actions. **Method:** the method used is a qualitative case study approach with a descriptive case study strategy. The subject of this nursing care is Mrs. K with headache nursing problems. **Results:** This KIAN shows that deep relaxation techniques are proven to be partially effective in reducing headaches.

Keywords: Deep relaxation therapy, headache, hypertensive clients.