

**PENGARUH TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP
INTENSITAS NYERI KEPALA PADA PASIEN
DENGAN HIPERTENSI DI RSF KALISAT**

KARYA ILMIAH AKHIR



**Disusun Oleh:
Doni Ari Stiawan, S.Kep
NIM.24101160**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS Dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI SLOW DEEP BREATHING TERHADAP INTENSITAS NYERI KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RSD KALISAT

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh :

Doni Ari Stlawan, S.Kep

NIM. 24101160

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian ilmiah akhir ners pada tanggal 04 Agustus 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns.) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1	<u>Eky Madyaning Nastiti, S.Kep., Ns., M.Kep</u>	()
	NIDN. 0722029303	
Penguji 2	<u>Arif Candra Gunawan, S.Kep., Ns., M.Kep.</u>	()
	NIP. 19810825200811012	
Penguji 3	<u>Rida Darotin, S.Kep., Ns., M.Kep</u>	()
	NIDN. 0713078604	

Ketua Program Studi Profesi Ners,



Emi Eliva Astutik, S. Kep., Ns., M. Kep
NIDN. 0720028703

ABSTRAK

Doni Ari Stiawan*, Rida Darotin. 2025. Pengaruh Terapi *Slow Deep Breathing* Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Dengan Hipertensi Di RSD Kalisat. Karya Ilmiah Akhir. Program Studi Profesi Ners Universitas dr. Soebaandi Jember.**

Pendahuluan: Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang sedang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditandai dengan sistolik dan diastolic pada pemeriksaan tekanan darah dengan menggunakan *sphygmomanometer*. Pasien dengan hipertensi biasanya muncul tanda dan gejala seperti pusing bahkan hingga nyeri area kepala dan tengkuk leher, kondisi pada pasien dengan hipertensi akan menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh, yang dapat merusak organ penting seperti jantung dan ginjal. **Tujuan Penelitian:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh *slow deep breathing* terhadap intensitas nyeri pada pasien hipertensi. **Metode Penelitian:** Metode yang digunakan yaitu dengan menggunakan studi kasus untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada pasien dengan diagnosa medis hipertensi yang diberikan intervensi keperawatan dengan *slow deep breathing*. Analisis data digunakan dengan cara observasi dan studi dokumentasi yang menghasilkan data untuk selanjutnya diinterpretasikan dan dibandingkan dengan teori yang ada sebagai bahan untuk memberikan rekomendasi dalam intervensi tersebut. **Hasil Penelitian:** Hasil penelitian yang dilakukan kepada Ny. K menunjukkan bahwa pasien mengeluh nyeri dengan skala nyeri 5 atau sedang. **Diskusi:** Dilakukan intervensi penerapan terapi *slow deep breathing* selama 1x10 menit dengan latihan napas dalam secara lambat dan perlahan serta pemberian oksigen mampu menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan keluhan sakit kepala. **Kesimpulan:** Pemberian intervensi dengan terapi *slow deep breathing* pada pasien hipertensi efektif dalam menurunkan tingkat nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi.

Kata Kunci: Terapi *slow deep breathing*, Intensitas nyeri kepala, Hipertensi

***Peneliti**

****Pembimbing**