

## **KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA Ny. M DENGAN  
MELAKUKAN PENERAPAN LATIHAN *SLOW DEEP BREATHING*  
DALAM PENURUNAN KUALITAS NYERI DENGAN PENYAKIT  
HIPERTENSI DI RT 03 RW 02 KELURAHAN KALUMBUK  
KECAMATAN KURANJI PADANG TAHUN 2024**

*Diajukan untuk Karya Ilmiah Akhir Ners Siklus KIAN Memenuhi Salah Satu  
Syarat dalam Menyelesaikan Praktek Profesi Ners*



**Disusun Oleh :**

**Sharah Athafari Heldina, S.Kep**

**2314901073**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**

**TAHUN 2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA Ny. M DENGAN  
MELAKUKAN PENERAPAN LATIHAN *SLOW DEEP BREATHING*  
DALAM PENURUNAN KUALITAS NYERI DENGAN PENYAKIT  
HIPERTENSI DI RT 03 RW 02 KELURAHAN KALUMBUK  
KECAMATAN KURANJI PADANG TAHUN 2024**



KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Untuk Memperoleh Gelar Ners (Ns)

Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners

STIKes Alifiah Padang

Sharah Athafari Heldina, S.Kep

2314901073

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**

**TAHUN 2024**

## PERTANYAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama Lengkap : Sharah Athafari Heldina, S.Kep  
Nim : 2314901073  
Tempat / Tanggal Lahir : Padang, 27 Agustus 2001  
Tahun Masuk : 2023  
Program Studi : Profesi Ners  
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Weni Mailita, S.Kep., M.Kep  
Nama Pembimbing : Ns. Weni Mailita, S.Kep., M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners saya yang berjudul : **"Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny. M Dengan Melakukan Penerapan Latihan *Slow Deep Breathing* Dalam Penurunan Kualitas Nyeri Dengan Penyakit Hipertensi Di Rt 03 Rw 02 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Thun 2024"**.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan karya Ilmiah KIAN ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2024



Sharah Athafari Heldina, S.Kep

**PERSETUJUAN LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH PADA Ny. M DENGAN  
MELAKUKAN PENERAPAN LATIHAN *SLOW DEEP BREATHING*  
DALAM PENURUNAN KUALITAS NYERI DENGAN PENYAKIT  
HIPERTENSI DI RT 03 RW 02 KELURAHAN KALUMBUK  
KECAMATAN KURANJI PADANG TAHUN 2024**

**Sharah Athafari Heldina, S.Kep**

**2314901073**

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui**

**September 2024**

**Oleh :**

**Pembimbing**



**Ns. Weni Mailita, S.Kep., M.Kep**

**Mengetahui,**

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang**

**Ketua**



**Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed**

**PERNYATAAN PENGUJI LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny.M Dengan Melakukan Penerapan Latihan *Slow Deep Breathing* Dalam Penurunan Kualitas Nyeri Dengan Penyakit Hipertensi Di RT 03 RW 02 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024**

**Sharah Athafari Heldina, S.Kep  
2314901073**

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini Telah Diuji Dan Dinilai Oleh Penguji Program Studi Pendidikan Profesi Ners Pada Tanggal 24 September 2024 Oleh :**

**TIM PENGUJI**

**Pembimbing : Ns. Weni Mailita, M.Kep**

(  )

**Penguji I : Ns. Rebbi Permata Sari, M.Kep**

(  )

**Penguji II : Ns. Setiadi Syarli, M.Kep**

(  )

**Mengetahui  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang  
Ketua**

  
**Dr. Fanny Ayudia, S.SiT., M.Biomed**

## **SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**

KIAN, September 2024

**Sharah Athafari heldina, S.Kep**

Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny. M Dengan Melakukan Penerapan Latihan Slow Deep Breathing Dalam Penurunan Kualitas Nyeri Dengan Penyakit Hipertensi Di Rt 03 Rw 02 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024

**xi + 111 Halaman, 3 Tabel**

### **RINGKASAN EKSLUSIF**

Prevalensi hipertensi di Indonesia ditahun 2019 sebesar 34.1%. Jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang dan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. data dari Puskesmas Kuranji pada bulan Januari hingga April tahun 2023 sebanyak 256 terkena penyakit hipertensi. Berdasarkan survey awal yang dilakukan mahasiswa STIKes Alifah di RW 02 kelurahan Kalumbuk ditemukan 160 KK didapatkan 50 orang yang menderita hipertensi. Berdasarkan wawancara dengan 10 orang yang menderita hipertensi mengatakan kegiatan sehari-harinya terganggu karena nyeri kepala dan kuduk terasa berat dan menekan. Penelitian ini bertujuan untuk meringankan rasa nyerinya dengan pemberian terapi nonfarmakologis *slow deep breathing*.

Pada Ny.M dengan Hipertensi Didapatkan data klien mengatakan sakit kepala, berat di tengkuk/nyeri di leher, dan pandangan kabur pada saat tekanan darahnya naik, nyeri sangat mengganggu aktifitasnya. Diagnosa yang didapatkan dari kasus yaitu Nyeri Akut, Gangguan pola tidur, Defisit pengetahuan

Hasil yang peneliti dapatkan setelah memberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan terapi *slow deep breathing* selama 6 hari berturut- turut dari tanggal 23 – 31 Juli 2024 didapatkan tekanan darah menurun sebelum dan sesudah dari derajat 2 (175/90) menjadi derajat 1 ( 143/80).

Berdasarkan hasil evaluasi dari tindakan keperawatan yang telah dilakukan kepada klien, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi *slow deep breathing* terhadap penurunan tekanan darah sehingga nyeri teratasi. Diharapkan pada lansia dan keluarga dapat melakukan latihan *Slow Deep Breathing* ini secara berkesinambungan untuk membantu menurunkan tekanan darah serta melakukan pemeriksaan kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan.

**Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Akut, *Slow Deep Breathing***

**Daftar Pustaka: 22 (2018-2022)**

## **SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**

*KIAN, September 2024*

**Sharah Athafari heldina, S.Kep**

*Medical Surgical Nursing Care for Mrs. M by Implementing Slow Deep Breathing Exercises in Reducing the Quality of Pain with Hypertension in RT 03 RW 02, Kalumbuk Village, Kuranji District, Padang in 2024*

***xi + 111 Page, 3 Tables***

### **EXCLUSIVE SUMMARY**

*The prevalence of hypertension in 2019 Indonesia is 34.1%. In Indonesia, the number of hypertension cases is 63,309,620 people and the death rate due to hypertension is 427,218 deaths. Data from the Kuranji Health Center from January to April 2023 showed that 256 people had hypertension. Based on an initial survey conducted by Alifah Health College students in RW 02, Kalumbuk Village, 160 families found 50 people suffering from hypertension. Based on interviews with 10 people suffering from hypertension, they said that their daily activities were disrupted because their headaches and neck felt heavy and pressing. This study aims to relieve the pain by providing non-pharmacological slow deep breathing therapy.*

*In Mrs. M with Hypertension, client data was obtained saying that she had a headache, heaviness in the nape/pain in the neck, and blurred vision when her blood pressure rose, the pain greatly interfered with her activities. The diagnosis obtained from the case is Acute Pain, Sleep pattern disorders, Knowledge deficit*

*The results that researchers obtained after providing health education about hypertension and slow deep breathing therapy for 6 consecutive days from July 23-31, 2024, showed that blood pressure decreased before and after from grade 2 (175/90) to grade 1 (143/80).*

*Based on the results of the evaluation of the nursing actions that have been carried out on the client, it can be concluded that there is an effect of providing slow deep breathing therapy on reducing blood pressure so that pain is resolved. It is hoped that the elderly and their families can do this Slow Deep Breathing exercise continuously to help lower blood pressure and carry out health checks to improve health levels.*

***Keywords: Hypertension, Acute Pain, Slow Deep Breathing***

***Bibliography: 22 (2018-2022)***