

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA NY. E DENGAN
HIPERTENSI MENGGUNAKAN TEKNIK RELAKSASI
NAFAS DALAM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KURANJI PADANG TAHUN 2025**

KEPERAWATAN KELUARGA



Oleh
Retha Veronica Alfioni S. Kep
2414901044

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA NY. E DENGAN
HIPERTENSI MENGGUNAKAN TEKNIK RELAKSASI
NAFAS DALAM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KURANJI PADANG TAHUN 2025**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Retha Veronica Alfioni S. Kep

NIM : 2414901044

Tempat/ Tanggal Lahir : Sago / 20 April 2002

Tahun Masuk : 2024

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Nama Pembimbing Akademik : Ns. Tomi Jepisa, M. Kep

Nama Pembimbing : Ns. Tomi Jepisa, M. Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul :

“Asuhan Keperawatan Keluarga Ny. E Dengan Hipertensi Menggunakan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Padang Tahun 2025”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Juli 2025



Retha Veronica Alfioni S. Kep
2414901044

PERSETUJUAN LAPORAN ILMIAH AKHIR
ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA NY. E DENGAN
HIPERTENSI MENGGUNAKAN TEKNIK RELAKSASI
NAFAS DALAM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KURANJI PADANG TAHUN 2025

Retha Veronica Alfioni S. Kep
2414901044

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui,
Tanggal Bulan Juli Tahun 2025

Oleh:

Pembimbing



(Ns. Tomi Jepisa, M. Kep)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D)

PERSETUJUAN PENGUJI

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA NY. E DENGAN HIPERTENSI MENGGUNAKAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KURANJI PADANG TAHUN 2025

**Retha Veronica Alfioni S. Kep
2414901044**

**Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah di uji dan dinilai oleh
penguji Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Pada Bulan Juli Tahun 2025**

Oleh :

TIM PENGUJI

Pembimbing :

(Ns. Tomi Jepisa, M.Kep)

Penguji I :

(Ns. Setiadi Sarli, M.Kep)

Penguji II :

(Ns. Vania Aresti Yendrial, M.Kep)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi**



(Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D)

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Karya Ilmiah Akhir Ners, Juli 2025

Retha Veronica Alfioni S. Kep

Asuhan Keperawatan Keluarga Ny. E Dengan Hipertensi Menggunakan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Padang Tahun 2025
xiv + 129 Halaman + 6 tabel + 3 gambar + 3 lampiran

RINGKASAN EKSLUSIF

Menurut survey *Whord Health Organization* (2023) Prevalensi hipertensi di dunia sebesar 22% dari total populasi dunia. Tekanan darah tinggi dapat memicu gangguan kecemasan, dan sebaliknya, kecemasan juga dapat meningkatkan tekanan darah melalui mekanisme stres fisiologis. Salah satu teknik yang efektif dan mudah diterapkan adalah Teknik Relaksasi Napas Dalam. Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. E dengan Hipertensi Menggunakan Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas kuranji padang tahun 2025.

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan peneliti selama 7 kali kunjungan kerumah Ny. E di peroleh data utama merujuk pada masalah Hipertensi yang dialami anggota keluarga yaitu Ny. E. Pada saat pengkajian pada tanggal 18 Juni 2025. Ny E mengatakan kaku kuduk, NY. E mengatakan telah menderita Hipertensi sejak 2 tahun yang lalu dan Ny. E juga mengatakan sering mengkonsumsi obat warung. Ny. E mengatakan tidak ada anggota keluarga yang tinggal serumah menderita sakit sama seperti Ny. E. Berdasarkan hasil pengkajian di dapatkan diagnosa keperawatan yaitu, Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga, Ansietas dan intervensi non farmakologi yang dilakukan pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam.

Implementasi pemberian terapi Teknik Relaksasi Nafas Dalam dilakukan selama 3 hari berturut-turut untuk melihat perbedaan tekanan darah Ny. E. didapatkan hasil bahwa tekanan darah Ny. E mengalami penurunan yaitu dari Hipertensi derajat II (160 /100 mmHg) menjadi Hipertensi derajat I (140/80 mmHg).

Evaluasi keperawatan yang didapatkan penulis Ny. E dan keluarga sudah mengetahui tentang penyakit hipertensi, perawatan dan bersedia untuk memanfaatkan fasilitas Kesehatan. Setelah diberikan terapi Teknik Relaksasi Nafas dalam, tekanan darah Ny. E mengalami penurunan dan tubuh terasa rileks.

Daftar Pustaka : 34 (2017- 2024)

Kata kunci : Hipertensi, Terapi teknik relaksasi nafas dalam, Keluarga

Retha Veronica Alfioni S. Kep

Nursing care for Mr. H's family with the main problem of hypertension in Mrs. E in the Kuranji Padang Community Health Center work area in 2025

xiv + 129 Pages + 6 tables + 3 pictures + 3 attachments

EXCLUSIVE SUMMARY

According to a World Health Organization survey (2023), the prevalence of hypertension in the world is 22% of the total world population. High blood pressure can trigger anxiety disorders, and conversely, anxiety can also increase blood pressure through physiological stress mechanisms. One effective and easy-to-implement technique is the Deep Breathing Relaxation Technique. The purpose of this study was to identify Family Nursing Care for Mrs. E with Hypertension Using Deep Breathing Relaxation Techniques to reduce blood pressure in hypertension sufferers in the Kuranji Padang Community Health Center work area in 2025.

Based on the results of the assessment conducted by researchers during 7 visits to Mrs. E's house, the main data obtained refers to the problem of hypertension experienced by a family member, namely Mrs. E. During the assessment on June 18, 2025. Mrs. E said her head often felt dizzy and her neck felt heavy, Mrs. E said she had suffered from hypertension since 2 years ago and Mrs. E also said she was not regular in taking medication and only took medication when her head hurt. Mrs. E said that no family member living in the same house suffered from the same illness as Mrs. E. Based on the results of the assessment, the nursing diagnosis obtained was ineffective health maintenance, knowledge deficit, ineffective family health management and non-pharmacological interventions carried out by providing Deep Breathing Relaxation Techniques.

The implementation of Deep Breathing Relaxation Technique therapy was carried out for 3 consecutive days to see the difference in Mrs. E's blood pressure. The results showed that Mrs. E's blood pressure decreased, namely from grade II hypertension (160/100 mmHg) to grade I hypertension (140/80 mmHg).

The nursing evaluation obtained by the author indicated that Mrs. E and her family were aware of hypertension, its treatment, and were willing to utilize health facilities. After receiving Deep Breathing Relaxation Technique therapy, Mrs. E's blood pressure decreased and her body felt relaxed.

Daftar Pustaka : 34 (2017- 2024)

Keywords : *Hypertension, Deep breathing relaxation, Family*