

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JATEN**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



TIAS EVITA VEBRIANA

202012071

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JATEN**

**Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Keperawatan**



TIAS EVITA VEBRIANA

202012071

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JATEN

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 3 Maret 2023

Yang Menyatakan



Tias Evita Vebriana
NIM. 202012071

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tias Evita Vebriana

NIM : 202012071

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Judul : Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Jatén

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Pada tanggal : 3 Maret 2023

Yang Menyatakan



(Tias Evita Vebriana)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

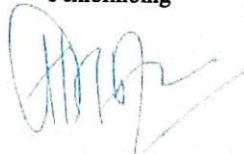
Laporan Tugas Akhir dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JATEN

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Sidang Karya Tulis Ilmiah Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 30 Juni 2023

Pembimbing

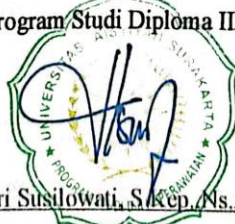


(Hermawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)

NIDN. 0623027702

Mengetahui,

Ketua Program/Studi Diploma III Keperawatan



(Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JATEN

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan Tugas Akhir ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 27 Juli 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 27 Juli 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Irma Mustikasari, S.Kep.,Ns.M.Kep.

NIDN. 0625048703

(.....)

2. Ika Silvitasari, S.Kep.Ns.M.Kep.

NIDN. 0602048604

(.....)

3. Hermawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NIDN. 0623027702

(.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan

(Tri Susilowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.)

NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk melengkapi syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini melalui berbagai proses. Namun penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini tidak dapat terwujud tanpa adanya dukungan dari pihak-pihak yang banyak membantu. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya, yakni kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns.,M.Kep., selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kustiyati, SST.,M.Keb., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susiolowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
5. Hermawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing, meluangkan waktu, memberi arahan, dorongan, dukungan, dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Irma Mustika Sari, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku Dosen Penguji yang telah membimbing, meluangkan waktu, memberi arahan, dorongan, dukungan, dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ika Silvitasari, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku Dosen Penguji yang telah membimbing, meluangkan waktu, memberi arahan, dorongan, dukungan, dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Seluruh Dosen Program Studi Diploma III Keperawatan yang telah membimbing dan mendidik selama menempuh pendidikan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

9. Seluruh Staf dan Karyawan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Bapak Subekti dan Ibu Surati selaku orang tua saya yang selalu memberi doa dan dukungan moril dan materiil selama saya menempuh pendidikan.
11. Keluarga besar saya yang sudah turut serta memberikan doa dan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Teman-teman saya yang sudah memberikan bantuan, doa, dan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
13. Untuk diri saya sendiri yang sudah berjuang hingga saat ini.
14. Dan seluruh pihak yang turut membantu, yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT, oleh karena itu saya sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dan bermanfaat bagi penulis dan khususnya pembaca.

Surakarta, 3 Maret 2023

Penulis



(Tias Evita Vebriana)