

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING EXERCISE*  
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI  
DI KELURAHAN JOYOTAKAN**

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada Program Studi Ners Fakultas  
Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**Ucik Celsia Ningrum**

**202314042**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA**

**2024**

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING EXERSICE*  
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI  
DI KELURAHAN JOYOTAKAN**

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada Program Studi Ners Fakultas  
Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**Ucik Celsia Ningrum**

**202314042**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR

Saya menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners penelitian dengan judul :

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI  
KELURAHAN JOYOTAKAN**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Profesi Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi untuk mendapatkan gelar Ners di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun perguruan tinggi atau instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners 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, 06 Juni 2024



Ucik Celsia Ningrum

202314042

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Ucik Celsia Ningrum

Nim : 202314042

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Judul : Penerapan *Slow Deep Breathing Exersice* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas *Royalti Noneklusif (Exlusif Royalty – Fee Right)* kepada Universitas 'Aisiyayah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Suarakarta berhak menyimpan, mengalih media, merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemegang hal cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 11 Juni 2024



Ucik Celsia Ningrum

202314042

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING EXCERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI  
KELURAHAN JOYOTAKAN**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian akhir Program Studi  
Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 7 Juni 2024

Pembimbing



Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes

NIDN. 0620108202

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, Ns., M.Kep. Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

□

**HALAMAN PENGESAHAN**  
Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING EXCERCISE* TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI  
KELURAHAN JOYOTAKAN**

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Profesi Ners pada program studi profesi ners universitas aisyiyah surakarta. Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diujikan pada sidang akhir dan telah dinyatakan memenuhi syarat/sah pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 11 Juni 2024

Mengesahkan,

Penguji :

1. Nur Haryani S.Kep., Ns., MPH (  )  
NIDN. 19781016 200501 2014
2. Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes (  )  
NIDN. 0620108202

Mengetahui  
Kaprod Sarjana Keperawatan

(Norman Wijaya Gat., S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.J)  
NIDN. 0615018601

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT Yang telah melimpahkan rahmat, karunia dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan kian yang berjudul “Penerapan *Slow Deep Breathing Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan”. Penulisan kian ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari semua pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Riyani Wulandari, M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep Ns., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas ‘Asiyiyah Surakarta.
4. Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes selaku pembimbing yang selalu memberikan dukungan dan arahan serta selalu membimbing dengan baik dan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Nur Haryani S.Kep,. Ns., MPH selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada penulisan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kepada responden yang ada di Kelurahan Joyotakan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta yang sudah meluangkan waktunya dan bersedia menjadi responden untuk penelitian ini.
7. Dosen Univerisitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan masukan serta ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Bapak Suratno dan Ibu Sunarmi tercinta yang selalu memberikan dukungan dan membantu baik meterial maupun spiritual demi kelancaran serta kesuksesan dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Hiduplah lebih lama agar bisa melihat hasil doa-doa yang selalu dipanjatkan dan tetaplah sehat agar selalu dapat mendampingi setiap perjalanan yang akan dilalui.
9. Teman-teman yang telah memberikan dukungan, semangat, bantuan, motivasi dalam kondisi apapun.

Penulis mengharapkan saran dan kritik dari berbagai pihak untuk perbaikan skripsi ini.

Surakarta, 06 Juni 2024



Ucik Celsia Ningrum

202314042