

**PENGARUH *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MOJOLABAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Dalam Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:

AUFA ZAHRA FAUZIYYAH

NIM. 202113013

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AISYAH SURAKARTA
2024/2025**

**PENGARUH *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP TEKanan DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MOJOLABAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Dalam Mencapai Gelar Sarjana Kekerawatan



Oleh:

AUFA ZAHRA FAUZIYYAH

NIM. 202113013

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AISYAH SURAKARTA
2024/2025**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul:

PENGARUH *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOJOLABAN

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi sarjana keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Skripsi ini bukan merupakan tiruan ataupun duplikasi Skripsi yang di publikasi dan pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta atau perguruan tinggi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari kedapatan Skripsi ini merupakan penjiplakan terhadap karya orang lain maka saya bersedia menerima sanksi berdasarkan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 14 Juli 2025



Aufa Zahra Fauziyyah

202113013

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Aufa Zahra Fauziyyah

NIM : 202113013

Jenis karya : Skripsi

Judul Skripsi : Pengaruh pemberian *slow deep breathing* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas mojolaban

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak bebas Royalti noneksklusif (*Non-Exclusive Royalti- Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah surakarta atas nama karya ilmiah saya beserta perangkat di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah surakarta berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 14 Juli 2025



Aufa Zahra Fauziyyah

202113013

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

PENGARUH *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar sidang skripsi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 17. Juli 2025

Pembimbing



(Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. J)

NIDN. 0615018601

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



(Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep. J)

NIDN. 0615018601



PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

PENGARUH *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOJOLABAN

Dibuat untuk melengkapi persyaratan menjadi Ahli Madya Sarjana pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan tugas akhir ini telah diujikan pada sidang Skripsi pada tanggal 23 Juli 2025, dan dinyatakan memenuhi syarat / sah sebagai Skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Juli 2025

Mengesahkan, Penguji

1. Fida Husain, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN.623089302
2. Siti Fatimawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0603018201
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.,Sp. Kep. J (.....)
NIDN. 0615018601

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

(Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.,Sp. Kep. J)
NIDN. 061501860



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Slow Deep Breathing* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak yang telah memberikan bimbingan, arahan dan dukungan kepada penulis. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyanti, S.ST., M.Keb., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J., selaku dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan kami dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Fida Husain, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku penguji 1 dan Siti Fatimawati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku penguji 2 skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan penyusunan skripsi ini.
6. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan masukan serta ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Seluruh responden masyarakat yang ada di desa Palur dukuh Klaruan, yang telah bersedia meluangkan waktu dan menjadi responden dalam penelitian ini.
8. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dukungan baik material, spiritual dalam penyusunan Skripsi ini.
9. Kepada keluarga besar saya yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam menjalani pendidikan ini hingga proses menyelesaikan Skripsi.
10. Sahabat saya Pinkan Ameliya, adik saya Misva Syabna Fauziyyah, teman-teman satu bimbingan, serta teman-teman se-angkatan 2021, yang telah memberikan semangat untuk menyelesaikan Skripsi ini.

11. Kepada yang saya sayangi, saya mengucapkan terima kasih telah memberikan dukungan dan semangat selama saya menyelesaikan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa laporan ini terdapat banyak kekurangan, maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun laporan ini. semoga studi kasus data ini bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Surakarta, 11 Juli 2025

Aufa Zahra Fauziyyah

202113013