

**PENERAPAN METODE *SLOW DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

Karya Tulis Ilmiah

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



Disusun oleh :

DIAH DEWI RETNOWATI

202212045

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH SURAKARTA
TAHUN 2024/2025**

**PENERAPAN METODE *SLOW DEEP BREATHING*
EXERCISE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

Karya Tulis Ilmiah

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



Disusun oleh :

DIAH DEWI RETNOWATI

202212045

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH SURAKARTA
TAHUN 2024/2025**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa
Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN METODE *SLOW DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Progam Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau dipublikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasi dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian 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, 09 Juni 2025



Diah Dewi Retnowati

NIM. 202212045

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Diah Dewi Retnowati
NIM : 202212045
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah
Judul : Penerapan Metode *Slow Deep Breathing Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

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 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 saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, Juni 2025

METERAL TEMPEL
25DANX002503220

Diah Dewi Retnowati

NIM. 202212045

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir Dengan Judul

**" Penerapan Metode Slow Deep Breathing Exercise Untuk Menurunkan
Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi"**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang Laporan Tugas Akhir Program
Studi Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyryah Surakarta.

Surakarta, 17 juni 2025

Pembimbing



(Ida Nur Imamah S.Kep., Ns., M.Kep)

NIDN: 0620118704

Mengetahui

Kaprosdi Diploma III Keperawatan



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

NIDN: 0621118203

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul

PENERAPAN METODE *SLOW DEEP BREATHING EXERCISE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas "Aisyiyah Surakarta Tugas akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 09 juli 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat sah sebagai tugas akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas "Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Agustus 2025

Mengesahkan,

Penguji 1 : Ika Silvitasri. S. Kep Ns., M.Kep

NIDN 0602048604

Penguji 2 : Hermawati. S.Kep Ns., M.Kep.

NIDN 0623027702

Penguji 3 : Ida Nur Imamah. S. Kep Ns., M.Kep.

NIDN 0602118704

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Keperawatan

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

NIDN. 062101820

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ Penerapan Metode *Slow Deep Breathing Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”. KTI ini diajukan untuk memenuhi persyaratan ujian akhir di Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

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

1. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep., selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati, SST, M.Keb., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Tri Susilowati, S.Kep. Ns. M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
4. Ida Nur Imamah. S.Kep. Ns. M.Kep selaku dosen pembimbing KTI dan Ika Silvitasari. S.Kep. Ns. M.Kep., selaku dosen penguji 1 dan Hermawati. S.Kep Ns., M.Kep., selaku dosen penguji 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan kami dalam penyusunan KTI ini.
5. Responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan menjadi subjek penelitian ini.
6. Kedua orang tua tercinta yang telah memberikan Semangat dan dukungan kepada penulis. Penulis sangat berterimakasih atas pengorbanan dan perjuangan serta kasih sayang yang tak pernah berhenti, dan senantiasa selalu mendo’akan sehingga penulis bisa melesaikan Pendidikan dan tugas akhir ini.

7. Sahabat-sahabat saya yang telah memberikan semangat dan motivasi selama ini. Penulis menyadari bahwa laporan ini terdapat banyak kekurangan, maka penulis mengharapakan kritik dan saran yang dapat membangun laporan ini. Semoga studi kasus ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamin.

Surakarta, 09 Juni 2025



Diah Dewi Retnowati
NIM. 202212045