

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI GENGGAM JARI DAN
NAFAS DALAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA
LANSIA HIPERTENSI DI RSUD KARANGANYAR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**NOVIYANTI
202414090**

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI DAN NAFAS DALAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI RSUD KARANGANYAR

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Ilmiah Akhir Ners yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ners di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian 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, 21 Maret 2025



Noviyanti
202414090

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Noviyanti
NIM : 202414090
Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners
Judul : Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pad Lansia Hipertensi Di RSUD Karanganyar

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonekklusif (*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 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, 21 Maret 2025


75AMX388884494
Noviyanti
202414090

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI DAN NAFAS DALAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI RSUD KARANGANYAR

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

Surakarta, 21 Maret 2025

Pembimbing



Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIDN. 0620118704

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners



Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir Ners dengan judul :



PENERAPAN TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI DAN NAFAS DALAM TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI RSUD KARANGANYAR

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Laporan Tugas Akhir Ners ini telah diujikan pada siding Karya Ilmiah Akhir Ners pada tanggal 26 Maret 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Ilmiah Akhir Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 26 Maret 2025

Mengesahkan, Penguji

1. Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIDN. 0620118704
2. Dewi Listyorini, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIP. 198309112010012022

()
()

Mengetahui,

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.J
NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Alhamdulillah, Puji syukur kehadirat Allah SWT. yang telah memberikan rahmat, taufik serta hidayah dan inayah-Nya. Sholawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW., keluarga, sahabat, serta seluruh kaum muslimin dan muslimat yang senantiasa istiqomah mengikuti petunjuk-Nya. Berkat rahmat dan pertolongan Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di RSUD Karanganyar”. Penulis Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan pengarahan, semua pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini 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. Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep.J. Selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku pembimbing yang selalu memberikan dukungan dan arahan selalu meluangkan waktunya serta sabar dalam membimbing sehingga penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Dewi Listyorini, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku pembimbing lahan klinik yang telah memberikan arahan, meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kedua orang tua saya (Mulyono dan Sriutami) orang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta. Yang telah memberikan semangat, dukungan material dan mendo’akan serta seikhlasnya demi pendidikan anaknya untuk menuntut ilmu setinggi-

tingginya. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan saya. Terimakasih untuk semuanya berkat do'a dan dukungan Mama Papa saya bisa berada di titik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi dan selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya. I love you more more more.

7. Kepada cinta kasih ketiga saudara-saudara saya, Bagus Untoro, Septian Dwi Cahyo dan Novitasari (kembaran saya), serta kakak ipar dan kedua ponakan saya. Terimakasih atas segala do'a, usaha, dan motivasi yang telah diberikan kepada adik terakhir ini.
8. Bee, terima kasih sudah setia nemenin aku ngerjain Kian dari awal sampai akhir. Waktu aku lagi stres, kamu yang nenangin. Waktu aku pengen nyerah, kamu yang semangat. Aku nggak tahu gimana jadinya kalau nggak ada kamu. Kian ini mungkin atas namaku, tapi di dalamnya ada kamu juga.
9. Terakhir, untuk diri saya sendiri Noviyanti. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini. Terimakasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walau sering kali merasa putus asa atau apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, pencapaian ini patut dirayakan untuk diri sendiri dan tetap rendah hati, karena ini baru awal dari semuanya.

Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini jauh dari kata sempurna dan masih terdapat beberapa kekurangan, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca untuk penyempurnaan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Surakarta, 21 Maret 2025

Noviyanti
202414090