

**PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI RW 07 KELURAHAN PURWODININGRATAN
KECAMATAN JEBRES KOTA SURAKARTA**

Karya Ilmiah Akhir Ners

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



IRA MONALIA

202414046

**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024/2025**

**PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI RW 07 KELURAHAN PURWODININGRATAN
KECAMATAN JEBRES KOTA SURAKARTA**

Karya Ilmiah Akhir Ners

Disusun untuk Memperoleh Gelar Ners Pada Program Studi Profesi Ners

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta



IRA MONALIA

202414046

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA

2024/2025

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan KIAN dengan judul:

**PENERAPAN TERAPI SLOW DEEP BREATHING DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI RW 07 KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN JEBRES
KOTA SURAKARTA**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari karya ilmiah akhir 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 dikemudian hari penulis karya ilmiah akhir ini merupakan hasil plagiat atau jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta 26 Juni 2025



Ira monalia

202414046

PERNYATAAN PUBLIKASI

PERNYATAAN PUBLIKASI

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

Nama : Ira Monalia
NIM : 202414046
Jenis Karya : Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners
Judul : "Penerapan *Slow Deep Breathing* dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RW 07 Kelurahan Purwodiningratan Surakarta"

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak bebas royalti noneksklusif (*non-exclusif royalty free right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas laporan karya ilmiah akhir saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan karya ilmiah akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta 26 Juni 2025



Ira monalia

202414046

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul:

**PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI RW 07 KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN JEBRES
KOTA SURAKARTA**

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

Surakarta, 24 Juni 2025

Pembimbing



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

Mengetahui

Ketua Program Studi Ners



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

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan karya ilmiah akhir ners dengan judul:

PENERAPAN TERAPI *SLOW DEEP BREATHING* DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RW 07 KELURAHAN PURWODININGRATAN KECAMATAN JEBRES KOTA SURAKARTA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 26 Juni 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat sah sebagai Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 28 Juni 2025

Mengesahkan

Penguji

1. Tri Harwanto S. Kep., Ns., M.Kep (.....) NIP. 198212032009031003
2. Ida Nur Imamah, S. Kep., Ns., M.Kep (.....) NIDN. 0620118704

Mengetahui

Kaprodi Profesi Ners



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

NIDN.0615018601

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Penerapan *Slow Deep Breathing* dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RW 07 Kelurahan Purwodiningratan Surakarta”. Penulis 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 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 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.
4. Eska Dwi Prajayanti, S.kep., Ns., M.Kep selaku koordinator Program Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Ida Nur Imamah, S. Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan dukungan dan arahan serta bimbingan dengan baik dan sabar, sehingga penulisan karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Tri Harwanto selaku pembimbing lahan yang telah memberi arahan serta masukan pada penyusunan karya ilmiah akhir, sehingga penulisan karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Seluruh responden yang ada di RW 07 Kelurahan Purwodiningratan yang telah meluangkan waktunya dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

9. Sahabat dan teman-teman satu angkatan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dalam melakukan penelitian hingga menulis karya ilmiah akhir ini atas dukungannya saya ucapkan terimakasih.

Penulis menyadari bahwa penyusunan karya ilmiah akhir ini masih jauh dari kata kesempurnaan, dikarenakan kesempurnaan itu hanyalah milik Allah SWT serta kekurangan terletak pada diri peneliti. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju sempurnanya karya ilmiah akhir ini senantiasa penulis harapkan. Semoga karya ilmiah akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 28 Juni 2025



Ira monalia

202414046