



**Kemenkes**  
**Poltekkes Tasikmalaya**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. T DAN NY. S DENGAN  
PENYAKIT HIPERTENSI YANG DILAKUKAN TINDAKAN  
*NOSTRIL BREATHING EXERCISE* DI RSUD  
ARJAWINANGUN KABUPATEN  
CIREBON**

**RIZKA ANGGITA MEILAWATI**

**NIM. P20620221035**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN CIREBON  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
CIREBON  
2024**





## **KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat  
Untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi Keperawatan  
Cirebon

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. T DAN NY. S DENGAN  
PENYAKIT HIPERTENSI YANG DILAKUKAN TINDAKAN  
*NOSTRIL BREATHING EXERCISE* DI RSUD  
ARJAWINANGUN KABUPATEN  
CIREBON**

**RIZKA ANGGITA MEILAWATI**

**NIM. P20620221035**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN CIREBON  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
CIREBON  
2024**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Illahi Robbi yang telah melimpahkan rahmat, karunia serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah sesuai waktu yang telah ditentukan dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Ny. T dan Ny. S Dengan Penyakit Hipertensi Yang Dilakukan Tindakan *Nostril Breathing Exercise* Di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon”.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar diploma oleh setiap mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Kemeikes Tasikmalaya Wilayah Cirebon.

Dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Dudi Hartono, S. Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Edi Ruhmadi, S. Kep, M. Kes selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon.
4. Dr. Ns. Dwi Putri P, S. Pd, S. Kep, M. Kep, Sp. J selaku pembimbing akademik yang telah memberikan dorongan dan motivasi.
5. Tifanny Gita Sesaria, S. Kep, Ns, M. Kep selaku Pembimbing I yang telah berkenan menyediakan waktu atas dorongan, arahan saran, bimbingan dan motivasi dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah mulia dari awal sampai akhir sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat selesai sesuai waktu yang ditentukan.
6. Agus Nurdin, SKp, M. Kep selaku Pembimbing II yang telah membantu dan memberikan masukan penulisan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Kedua Orang Tua dan keluarga tercinta sebagai motivator terbesar yang senantiasa mendoakan lahir dan batin serta memberikan dukungan.

8. Teman-teman seperjuangan D III Keperawatan Cirebon Angkatan 2021 yang masih berjuang sampai titik ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satupersatu.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak luput dari kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan pada laporan penelitian di masa yang akan datang. Akhirnya penulis berharap semoga penelitian yang telah dilaksanakan ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis, dan umumnya bagi pembaca.

Cirebon, 11 Mei 2024



Penulis

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK  
KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA PROGRAM STUDI  
KEPERAWATAN CIREBON**

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2024

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. T DAN NY. S DENGAN PENYAKIT  
HIPERTENSI YANG DILAKUKAN TINDAKAN *NOSTRIL BREATHING  
EXERCISE* DI RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN  
CIREBON**

Meilawati, R.A<sup>1</sup>, Sesaria, T.G<sup>2</sup>, Nurdin, A<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Hipertensi merupakan penyakit yang banyak diderita masyarakat Indonesia dan biasanya disebabkan oleh kebiasaan gaya hidup sehari-hari seperti merokok, sering mengonsumsi makanan asin, kurang aktivitas fisik, konsumsi minuman beralkohol, dan sering stress. Hipertensi dapat menyebabkan gagal ginjal, penyakit arteri koroner, penyakit jantung dan stroke jika tidak terdeteksi sejak dini dan diobati dengan tepat, penanganan saat ini masih fokus ke obat namun ada juga intervensi non-farmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah yaitu dengan teknik *Nostril Breathing Exercise* disamping itu tetap harus tetap meminum obat secara rutin. **Tujuan:** Menggambarkan tahapan proses keperawatan, pelaksanaan tindakan, respon atau perubahan dan menganalisis kesenjangan kedua pasien hipertensi yang dilakukan tindakan *Nostril Breathing Exercise*. **Metode:** Menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subyek yang digunakan dalam studi kasus ini adalah dua pasien hipertensi. Data dikumpulkan dengan menggunakan wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* dan *stethoscope*. **Hasil:** Tekanan darah sebelum dilaksanakan teknik *Nostril Breathing Exercise* pada pasien 1 yaitu 150/100 mmHg dan pada pasien 2 yaitu 170/100 mmHg, setelah dilaksanakan teknik *Nostril Breathing Exercise* selama 5 hari berturut-turut tekanan darah kedua pasien menurun, tekanan darah pasien 1 menjadi 120/80 mmHg dan tekanan darah pasien 2 menjadi 130/80 mmHg. Proses teknik pernapasan *Nostril Breathing Exercise* (NBE) adalah dengan melakukan teknik pernapasan menutup salah satu lubang hidung secara bergantian. Teknik *Nostril Breathing Exercise* dilakukan selama 6 menit, sehari dua kali pada pagi dan sore hari. **Kesimpulan:** Pelaksanaan teknik *Nostril Breathing Exercise* dapat diaplikasikan sebagai asuhan keperawatan untuk menurunkan tekanan darah. **Saran:** Teknik *Nostril Breathing Exercise* diharapkan dapat digunakan untuk membantu dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci** : Hipertensi, *Nostril Breathing Exercise*, Tekanan Darah.

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.

<sup>2,3</sup>Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.

**MINISTRY OF HEALTH REPUBLIC OF INDONESIA HEALTH  
POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH TASIKMALAYA NURSING  
PROGRAM CIREBON**

Scientific Writing, May 2024

***NURSING CARE FOR MRS. T AND MRS. S WITH HYPERTENSION DISEASE  
WHICH PERFORMED NOSTRIL BREATHING EXERCISE ACTION AT  
RSUD ARJAWINANGUN CIREBON REGENCY***

Meilawati, R.A<sup>1</sup>, Sesaria, T.G<sup>2</sup>, Nurdin, A<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is a disease that many Indonesians suffer from and is usually caused by daily lifestyle habits such as smoking, frequent consumption of salty foods, lack of physical activity, consumption of alcoholic beverages, and frequent stress. Hypertension can cause kidney failure, coronary artery disease, heart disease and stroke if not detected early and treated appropriately, current treatments still focus on drugs but there are also non-pharmacological interventions that can help lower blood pressure, namely the Nostril Breathing Exercise technique besides that it still has to keep taking medicine regularly. **Objective:** Describe the stages of the nursing process, implementation of actions, responses or changes and analyze the gaps in the two hypertensive patients who performed Nostril Breathing Exercise. **Methods:** Using qualitative methods with a case study approach. The subjects used in this case study were two hypertensive patients. Data were collected using interviews, observations, and documentation studies. Blood pressure measurements using a sphygmomanometer and stethoscope. **Results:** Blood pressure before the implementation of the Nostril Breathing Exercise technique in patient 1 was 150/100 mmHg and in patient 2 was 170/100 mmHg, after implementing the Nostril Breathing Exercise technique for 5 consecutive days the blood pressure of both patients decreased, patient 1's blood pressure became 120/80 mmHg and patient 2's blood pressure became 130/80 mmHg. The process of the Nostril Breathing Exercise (NBE) breathing technique is to perform breathing techniques to close one nostril alternately. The Nostril Breathing Exercise technique is performed for 6 minutes, twice a day in the morning and evening. **Conclusion:** The implementation of the Nostril Breathing Exercise technique can be applied as nursing care to reduce blood pressure. **Suggestion:** The Nostril Breathing Exercise technique is expected to be used to help reduce blood pressure in hypertensive patients.

**Keywords:** Blood Pressure, Hypertension, Nostril Breathing Exercise.

<sup>1</sup>Student of D III Nursing Study Program Cirebon, Health Polytechnic of Tasikmalaya.

<sup>2,3</sup>Lecturer of D III Nursing Study Program Cirebon, Health Polytechnic of Tasikmalaya.

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan.....	5
1.3.1. Tujuan Umum.....	5
1.3.2. Tujuan Khusus.....	5
1.4. Manfaat.....	6
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2. Manfaat Praktik.....	6
<b>BAB II .....</b>	<b>7</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
2.1 Konsep Dasar Hipertensi .....	7
2.1.1 Definisi Hipertensi .....	7
2.1.2 Etiologi Hipertensi .....	8
2.1.3 Faktor Risiko Hipertensi .....	8
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi .....	10
2.1.5 Pathway .....	12

2.1.6 Dampak Terhadap Kebutuhan Dasar Manusia.....	13
2.1.7 Manifestasi Klinis .....	14
2.1.8 Klasifikasi.....	14
2.1.9 Komplikasi .....	15
2.1.10 Pemeriksaan penunjang .....	16
2.1.11 Penatalaksanaan Medis dan Keperawatan.....	17
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan.....	19
2.2.1 Pengkajian .....	19
2.2.2 Diagnosa.....	21
2.2.3 Intervensi.....	26
2.2.4 Implementasi .....	41
2.2.5 Evaluasi .....	41
2.3 Konsep Dasar Nostril Breathing Exercise .....	41
2.3.1 Definisi Nostril Breathing Exercise.....	41
2.3.2 Tujuan .....	42
2.3.3 Manfaat .....	42
2.3.4 Persiapan .....	43
2.3.5 Prosedur Pelaksanaan.....	43
2.3.6 Pengaruh Nostril Breathing Exercise Terhadap Pasien Hipertensi .....	45
2.4 Kerangka Teori .....	46
2.5 Kerangka Konsep .....	47
<b>BAB III.....</b>	<b>48</b>
<b>METODE KARYA TULIS ILMIAH.....</b>	<b>48</b>
3.1 Desain Karya Tulis Ilmiah .....	48
3.2 Subyek Karya Tulis Ilmiah .....	48
3.3 Definisi Operasional / Batasan Istilah.....	49
3.4 Lokasi dan Waktu .....	50
3.5 Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.....	51
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	51
3.7 Instrumen Pengumpulan Data.....	52
3.8 Keabsahan Data .....	52



3.9	Analisis Data .....	53
3.10	Etika Penelitian .....	54
<b>BAB IV</b>	<b>.....</b>	<b>55</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	<b>.....</b>	<b>55</b>
4.1	Hasil KTI / TA.....	55
4.1.1	Tahapan Proses Keperawatan .....	55
4.1.1.1	Pengkajian .....	55
4.1.1.2	Diagnosa Keperawatan.....	55
4.1.1.3	Intervensi Keperawatan.....	56
4.1.1.4	Implementasi Keperawatan .....	56
4.1.1.5	Evaluasi .....	56
4.1.2	Pelaksanaan Tindakan <i>Nostril Breathing Exercise</i> .....	57
4.1.3	Kesenjangan Pada Kedua Pasien .....	59
4.2	Pembahasan .....	59
4.3	Keterbatasan KTI/TA .....	63
4.4	Implikasi untuk keperawatan .....	63
<b>BAB V</b>	<b>.....</b>	<b>64</b>
<b>PENUTUP</b>	<b>.....</b>	<b>64</b>
5.1	Kesimpulan .....	64
5.2	Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>.....</b>	<b>67</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi .....	14
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan .....	26
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	49
Tabel 3.2 Waktu Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.....	50
Tabel 4.1 Pelaksanaan Tindakan <i>Nostril Breathing Exercise</i> .....	58
Tabel 4.2 Distribusi hasil tekanan darah dan frekuensi nadi tindakan <i>Nostril Breathing Exercise</i> pada Pasien 1.....	59
Tabel 4.3 Distribusi hasil tekanan darah dan frekuensi nadi tindakan <i>Nostril Breathing Exercise</i> pada Pasien 2 .....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Nostril Breathing Exercise</i> .....	42
--	----

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway .....	12
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	46
Bagan 2.3 Kerangka Konsep .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Studi Kasus Pasien 1.....	70
Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Studi Kasus Pasien 2.....	71
Lampiran 3 Informed Consent Pasien 1.....	72
Lampiran 4 Informed Consent Pasien 2.....	73
Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur.....	74
Lampiran 6 Dokumentasi Kunjungan Rumah Pasien 1.....	78
Lampiran 7 Lembar Konsultasi KTI.....	79