



**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI *SLOW DEEP BREATHING* DAN DZIKIR ASMAUL HUSNA PADA PASIEN HIPERTENSI DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI RSD GUNUNG JATI KOTA CIREBON**

**DEDE ROBI NUGRAHA**

**NIM. P2.06.20.6.25.008**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
TAHUN 2026**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI *SLOW DEEP BREATHING*  
DAN DZIKIR ASMAUL HUSNA PADA PASIEN HIPERTENSI  
DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI  
RSD GUNUNG JATI KOTA CIREBON**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ners (Ns.)  
Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners  
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya



**DEDE ROBI NUGRAHA  
NIM. P2.06.20.6.25.008**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
TAHUN 2026**

## KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir dengan judul “Efektivitas Pemberian Kombinasi *Slow Deep Breathing* Dan Dzikir Asmaul Husna Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSD Gunung Jati Kota Cirebon”. Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan.
4. Ibu Ida Rosdiana, M.kep., Ns., Sp.Kep.MB., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya & selaku Pembimbing yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen, Staff Prodi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang telah banyak memberikan bantuan selama penulis mengikuti Pendidikan.
6. Orang tua serta keluarga besar dari Ibu dan Ayah, yang telah kebersamai penulis selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir dalam kondisi apapun. Terima kasih atas segala do'a, usaha, waktu dan motivasi dalam proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.

7. Kepada sahabat yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberi semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.
8. Kepada rekan - rekan Angkatan 2021, tekhusus Prodi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang tak mampu penulis tulis satu persatu. Terima kasih, bersama kalian penulis dapat merasakan keindahan ditengah perbedaan serta telah sama - sama berjuang dan saling memberikan semangat, saran, pendapat dan masukan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
9. Kepada Dede Robi Nugraha, ya! Untuk diri saya sendiri. Terima kasih sudah selalu berjuang untuk menjadi lebih baik dan bertanggung jawab menyelesaikan apa yang sudah dimulai. Sehingga ilmu yang telah di dapatkan ini dapat bermanfaat untuk banyak orang.

Dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis menyadari sepenuhnya keterbatasan dan kemampuan yang ada, oleh karena itu penulis menerima kritik dan saran yang dapat menyempurnakan Karya Ilmiah Akhir ini. Semoga Karya Ilmiah Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca. Dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih.

Tasikmalaya, 06 Mei 2026



Penulis

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI *SLOW DEEP BREATHING* DAN DZIKIR  
ASMAUL HUSNA PADA PASIEN HIPERTENSI DALAM MENURUNKAN  
TEKANAN DARAH DI RSD GUNUNG JATI KOTA CIREBON**

**INTISARI**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan utama karena dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular. Upaya nonfarmakologis seperti *slow deep breathing* dan dzikir Asmaul Husna dapat digunakan sebagai terapi pendamping untuk membantu menurunkan tekanan darah. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian kombinasi *slow deep breathing* dan dzikir Asmaul Husna dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSD Gunung Jati Kota Cirebon. Metode yang digunakan adalah studi kasus pada dua pasien hipertensi, yaitu Ny. M (47 tahun) dan Ny. Y (49 tahun). Intervensi diberikan selama 3 hari berturut-turut, 1 kali sehari dengan durasi 10–15 menit setiap sesi. Tindakan dilakukan melalui kombinasi latihan *slow deep breathing* yang dilanjutkan dengan dzikir Asmaul Husna. Hasil studi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada kedua pasien. Pada Ny. M tekanan darah menurun dari 150/80 mmHg menjadi 125/70 mmHg, sedangkan pada Ny. Y menurun dari 190/80 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Selain itu, pasien melaporkan keluhan pusing dan sakit kepala berkurang serta merasa lebih rileks setelah menjalani intervensi. Kesimpulan: Kombinasi *slow deep breathing* dan dzikir Asmaul Husna efektif membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi serta memberikan efek relaksasi yang dapat meningkatkan kenyamanan pasien. Terapi ini dapat dijadikan sebagai intervensi nonfarmakologis pendamping dalam asuhan keperawatan pasien hipertensi.

**Keywords:** Hipertensi, Slow Deep Breathing, Dzikir Asmaul Husna, Tekanan Darah, Terapi Nonfarmakologis.

**EFFECTIVENESS OF GIVING A COMBINATION OF SLOW DEEP BREATHING  
AND ASMAUL HUSNA DHIZIKIR TO HYPERTENSION PATIENTS  
IN REDUCING BLOOD PRESSURE AT GUNUNG  
JATI HOSPITAL, CIREBON CITY**

**ABSTRAK**

*Hypertension is a non-communicable disease that remains a major health problem because it can increase the risk of cardiovascular complications. Non-pharmacological efforts such as slow deep breathing and Asmaul Husna remembrance can be used as complementary therapy to help lower blood pressure. This case study aims to determine the effectiveness of a combination of slow deep breathing and Asmaul Husna remembrance in lowering blood pressure in hypertensive patients at Gunungjati Regional Hospital, Cirebon City. The method used is a case study on two hypertensive patients, namely Mrs. M (47 years old) and Mrs. Y (49 years old). The intervention was given for 3 consecutive days, once a day with a duration of 10–15 minutes per session. The action was carried out through a combination of slow deep breathing exercises followed by Asmaul Husna remembrance. The results of the study showed a decrease in blood pressure in both patients. In Mrs. M, blood pressure decreased from 150/80 mmHg to 125/70 mmHg, while in Mrs. Y, it decreased from 190/80 mmHg to 140/80 mmHg. Furthermore, patients reported reduced dizziness and headaches and felt more relaxed after the intervention. Conclusion: The combination of slow deep breathing and the recitation of the Asmaul Husna (Asmaul Husna) is effective in lowering blood pressure in hypertensive patients and provides a relaxing effect that can improve patient comfort. This therapy can be used as a complementary non-pharmacological intervention in nursing care for hypertensive patients.*

**Keywords:** *Hypertension, Slow Deep Breathing, Asmaul Husna Recitation, Blood Pressure, Non-pharmacological Therapy.*

# DAFTAR ISI

<b>SAMPUL DALAM</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan .....	6
1. Tujuan Umum .....	6
2. Tujuan khusus .....	6
D. Manfaat .....	7
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat praktis .....	7
<b>BAB II TINJAUAN LITERATUR</b> .....	<b>7</b>
A. Konsep Hipertensi.....	7
1. Definisi.....	7
2. Etiologi.....	8
3. Faktor resiko .....	9
4. Tanda dan gejala .....	14

5. Pemeriksaan penunjang.....	15
6. Komplikasi .....	17
7. Prognosis .....	18
8. Penatalaksanaan .....	19
9. <i>Web Of Caution</i> .....	23
B. Konsep <i>Slow Deep Breathing</i> .....	24
1. Definisi.....	24
2. Tujuan .....	24
3. Manfaat .....	25
4. Standar oprasional <i>slow deep breathing</i> .....	25
C. Konsep Dzikir Asmaul Husna .....	27
1. Definisi.....	27
2. Tujuan .....	28
3. Manfaat .....	28
4. Standar oprasional dzikir asmaul husna.....	29
D. Konsep Asuhan Keperawatan .....	30
1. Pengkajian.....	30
2. Diagnosa Keperawatan.....	35
3. Intervensi Keperawatan.....	37
4. Implementasi .....	46
5. Evaluasi.....	48
E. Kerangka teori dan kerangka konsep.....	50
1. Kerangka teori.....	50
2. Kerangka konsep.....	51
<b>BAB III GAMBARAN KASUS.....</b>	<b>62</b>
A. Gambaran lokasi kasus .....	62
B. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan pasien 2.....	62

1. Pengkajian.....	62
2. Diagnosa keperawatan.....	66
3. Intervensi keperawatan.....	67
4. Implementasi keperawatan.....	69
5. Evaluasi Keperawatan.....	89
C. Gambaran tahapan tindakan terapi non farmakologi kombinasi <i>slow deep breathing</i> dan dzikir asmaul husna.....	90
D. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien hipertensi yang di berikan tindakan kombinasi <i>Slow deep breathing</i> dan dzikir Asmaul husna.	92
<b>BAB IV PEMBAHASAN .....</b>	<b>110</b>
A. Gambaran Tahapan Proses Keperawatan.....	110
1. Pengkajian.....	110
2. Diagnosa keperawatan.....	111
3. Intervensi Keperawatan.....	112
B. Hasil Pelaksanaan Tindakan kombinasi <i>slow deep breathing</i> dan dzikir asmaul husna terhadap penurunan tekanan darah .....	113
C. Kesenjangan kedua pasien .....	117
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>118</b>
A. Kesimpulan .....	118
B. Saran .....	119
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>120</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>126</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan .....	37
Tabel 3.1 Pengkajian Identitas Pasien .....	62
Tabel 3.2 Gambaran Data Focus Pengkajian .....	63
Tabel 3.3 Pengkajian Psikososial dan spiritual pasien 1 dan pasien 2 .....	66
Tabel 3.4 Diagnosa Keperawatan .....	66
Tabel 3.5 Intervensi Keperawatan .....	67
Tabel 3.6 Implementasi Hari Pertama Pasien Ny. M .....	69
Tabel 3.7 Implementasi Hari Pertama Pasien Ny. Y .....	72
Tabel 3.8 Implementasi Hari ke dua Pasien Ny. M .....	76
Tabel 3.9 Implementasi Hari ke dua Pasien Ny. Y .....	79
Tabel 3.10 Implementasi Hari ke tiga Pasien Ny. M .....	82
Tabel 3.11 Implementasi Hari ke tiga Pasien Ny. Y .....	85
Tabel 3.12 Perubahan Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Kombinasi <i>Slow Deep Breathing</i> Dan Dzikir Asmaul Husna .....	92

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Web Of Caution</i> .....	23
Gambar 2.2 Kerangka Teori .....	50
Gambar 2.3 Kerangka Konsep .....	51

# DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP) Responden.....	127
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	129
Lampiran 3 Permohonan Izin Pengambilan Kasus KIAN .....	130
Lampiran 4 SOP <i>Slow Deep Breathing</i> .....	131
Lampiran 5 SOP Dzikir Asmaul Husna .....	133
Lampiran 6 Lembar Observasi.....	135
Lampiran 7 Dokumentasi.....	136
Lampiran 8 Berita Acara Revisi KIAN.....	137
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup	138