

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING* DENGAN KOMBINASI

AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TEKANAN DARAH

PADA PASIEN STROKE ISKEMIK DI RUANG JABAL NUR DI

RSUD KHZ MUSTHAFA TASIKMALAYA



DERA CAHYANI
NIM. P2.06.20.12.3010

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

TASIKMALAYA

2026



KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING* DENGAN KOMBINASI
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA PASIEN STROKE ISKEMIK DI RUANG JABAL NUR DI
RSUD KHZ MUSTHAFA TASIKMALAYA**

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



DERA CAHYANI
NIM. P2.06.20.12.3010

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
TASIKMALAYA

2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang berjudul “Penerapan Slow Deep Breathing dengan Kombinasi Aromaterapi Lavender terhadap Tekanan Darah pada Pasien Stroke Iskemik.” Dalam proses penyusunan proposal ini, penulis menyadari bahwa banyak dukungan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak yang sangat berarti. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Kepala Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Dr. H. Iwan Somantri, S.Kp., M.Kep dan Ibu Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan motivasi dengan penuh kesabaran.
5. Seluruh dosen dan staf Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
6. Cinta pertama sekaligus rumah ternyaman bagi penulis, Ayahanda dan Ibunda tercinta. Terima kasih atas kasih sayang, doa, perjuangan, serta pengorbanan yang tidak pernah berhenti diberikan. Meski banyak lelah yang mungkin tidak

pernah terucap, namun setiap usaha beliau menjadi alasan penulis mampu bertahan hingga berada di titik ini. Penulis percaya bahwa setiap doa yang dipanjatkan orang tua selalu menjadi jalan penguat dalam menghadapi berbagai proses kehidupan. Terima kasih juga kepada keluarga dan saudara tercinta yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan doa tanpa henti.

7. Dengan penuh hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada guru dan sosok yang berjasa dalam perjalanan pendidikan penulis. Kehadiran beliau tidak hanya memberikan ilmu, tetapi juga membuka jalan, memberikan arahan, serta motivasi sehingga penulis mampu melanjutkan pendidikan sampai tahap ini. Dukungan dan ketulusan beliau menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis meraih cita-cita.
8. Kepada teman-teman seperjuangan yang telah hadir selama proses penyusunan karya tulis ini, terima kasih karena selalu kebersamai dalam suka maupun lelah. Terima kasih atas cerita, bantuan, dukungan, dan tawa yang membuat setiap proses terasa lebih ringan untuk dijalani.
9. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Setiap bantuan, doa, perhatian, dan bentuk dukungan sekecil apa pun memiliki arti besar dalam proses penyelesaian karya tulis ini. Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapatkan balasan yang terbaik.
10. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri karena sudah mampu bertahan dan terus melangkah sampai sejauh ini. Terima kasih karena tidak menyerah meskipun banyak rasa takut, lelah, dan ragu yang datang selama proses perjalanan ini. Semoga setelah semua yang telah dilewati, penulis dapat terus berkembang,

menjadi pribadi yang lebih kuat, dan mampu membanggakan diri sendiri maupun orang-orang terkasih.

ABSTRAK

“ PENERAPAN *SLOW DEEP BREATHING* DENGAN KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN STROKE ISKEMIK DI RUANG JABAL NUR RSUD KHZ MUSTHAFA TASIKMALAYA”

Dera Cahyani ¹

Yanti Cahyati, S.Kep., Ners., M.Kep ²

Dewi Aryanti, S.Kep., Ners., M.Sc ³

Latar Belakang Stroke iskemik adalah gangguan pada pembuluh darah otak yang disebabkan oleh penyumbatan aliran darah, sehingga menyebabkan berkurangnya pasokan oksigen ke jaringan otak. Kondisi ini sering disertai dengan tekanan darah tinggi, yang dapat memperburuk kondisi pasien. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah melalui terapi *slow deep breathing* serta aromaterapi lavender. **Tujuan** penelitian ini adalah untuk menentukan penerapan *slow deep breathing* serta aromaterapi lavender dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien stroke iskemik. **Metode** penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan bagi pasien stroke iskemik yang menderita hipertensi. Intervensi dilakukan selama 5 hari melalui pemberian latihan *slow deep breathing* serta aromaterapi lavender. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi keperawatan. **Hasil** menunjukkan penurunan tekanan darah setelah intervensi. Selain itu, pasien tampak lebih rileks dan nyaman, serta keluhan sakit kepala berkurang. **Kesimpulan** menunjukkan bahwa penggunaan *slow deelep breathing* serta aromaterapi lavender dapat membantu menurunkan tekanan darah dan memberikan efek relaksasi bagi pasien stroke iskemik. Disarankan agar terapi non-farmakologis ini digunakan sebagai intervensi komplementer dalam pemberian asuhan keperawatan bagi pasien stroke iskemik dan hipertensi.

Kata Kunci : Stroke Iskemik, Slow Deep Breathing, Aromaterapi Lavender, Tekanan Darah

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya¹²³

ABSTRACT

“THE EFFECT OF SLOW DEEP BREATHING COMBINED WITH LAVENDER AROMATHERAPY ON BLOOD PRESSURE IN PATIENTS WITH ISCHEMIC STROKE IN THE JABAL NUR WARD OF KHZ MUSTHAFA GENERAL HOSPITAL, TASIKMALAYA”

Dera Cahyani ¹

Yanti Cahyati, S.Kep., Ners., M.Kep ²

Dewi Aryanti, S.Kep.,Ners., M.Sc ³

Background Ischemic stroke is a disorder of the brain's blood vessels caused by a blockage in blood flow, resulting in a reduced supply of oxygen to brain tissue. This condition is often accompanied by high blood pressure, which can worsen the patient's condition. One non-pharmacological approach that can be used to help lower blood pressure is through deep and slow breathing therapy and lavender aromatherapy. The purpose of this study was to determine the application of deep and slow breathing and lavender aromatherapy in helping to lower blood pressure in patients with ischemic stroke. The research method used was a case study with a nursing care approach for patients with ischemic stroke who suffer from hypertension. The intervention was conducted over 5 days through the administration of deep and slow breathing exercises and lavender aromatherapy. Data collection was performed through interviews, observations, physical examinations, and nursing documentation. The results showed a decrease in blood pressure following the intervention. Additionally, patients appeared more relaxed and comfortable, and complaints of headaches were reduced. The conclusion indicates that the use of slow, deep breathing and lavender aromatherapy can help lower blood pressure and provide a relaxing effect for patients with ischemic stroke. It is recommended that this non-pharmacological therapy be used as a complementary intervention in the provision of nursing care for patients with ischemic stroke.

Keywords: Ischemic Stroke, Slow Deep Breathing, Lavender Aromatherapy, Blood Pressure.

Ministry of Health of the Republic of Indonesia

Tasikmalaya Public Health Polytechnic

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	18
A.Latar Belakang.....	18
B. Rumusan Masalah	23
C. Tujuan.....	23
D. Manfaat KTI	24
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	26
A.Stroke Iskemik.....	26
1. Definisi	26
2.Etiologi	26
3.Patofisiologi.....	28
4.Faktor Risiko	31
6.Manifestasi Klinis	31
7.Nursing Pathway.....	33
8.Komplikasi.....	33
10.Penatalaksanaan	37
11.Pertolongan Pertama Stroke.....	39

B. Tekanan Darah	40
1. Definisi Tekanan Darah	40
2. Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Tinggi	41
C. Konsep Asuhan Keperawatan Pada Pasien Stroke Iskemik	47
1. Pengkajian Keperawatan	47
2. Diagnosa Keperawatan	55
3. Intervensi Keperawatan	56
4. Implementasi Keperawatan	62
5. Evaluasi Keperawatan	63
D. Aromaterapi Lavender	64
1. Definisi	64
2. Kandungan Lavender	65
3. Manfaat Aromaterapi Lavender	65
4. Metode Pemberian Aromaterapi	66
5. Mekanisme Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah	68
6. Langkah Langkah pemberian aromaterapi lavender	69
E. Konsep <i>Slow Deep Breathing</i>	71
1. Definisi Teknik Pernapasan <i>Slow Deep Breathing</i>	71
2. Manfaat Teknik Pernapasan <i>slow deep breathing</i>	71
3. Tujuan Teknik Pernapasan <i>Slow Deep Breathing</i>	72
4. Indikasi dan Kontra Indikasi Teknik Pernapasan <i>Slow Deep Breathing</i>	72
5. Mekanisme <i>Slow Deep Breathing</i> Terhadap Tekanan Darah	73
6. Pelaksanaan Teknik <i>Slow Deep Breathing</i>	75
A. Kerangka Teori dan Kerangka Konsep	76
1. Kerangka Teori	76
2. Kerangka Konsep	77
BAB III METODE PENELITIAN	78
A. Desain Karya Tulis Ilmiah	78
B. Subjek Karya Tulis Ilmiah	78
C. Definisi Operasional	79
D. Lokasi dan Waktu	81

E. Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	81
F. Teknik Pengumpulan Data	83
G. Instrumen Pengumpulan Data	84
H. Keabsahan Data	84
I. Analisa Data	86
J. Etika Penulisan	87
BAB IV HASIL KTI DAN PEMBAHASAN.....	89
A. Hasil Studi KTI.....	89
B. Pembahasan Karya Tulis Ilmiah	101
C. Keterbatasan KTI	106
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	108
A. Simpulan	108
B. Saran.....	109
DAFTAR PUSTAKA	110

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Faktor Resiko Stroke	30
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan	55
Tabel 4. 1 Gambar Karakteristik Responden	88
Tabel 4. 2 Data Fokus Hasil Pengkajian	89
Tabel 4. 3 Data Hasil Pemeriksaan Fisik	90
Tabel 4. 4 Data Psikososial Spiritual.....	92
Tabel 4. 5 Gambaran diagnosa Keperawatan	93
Tabel 4. 6 Gambaran Intervensi Keperawatan	93
Tabel 4. 7 Gambaran Intervensi Keperawatan	94
Tabel 4. 8 Gambaran Evalasi Keperawatan	96
Tabel 4. 9 Gambaran Perubahan Tekanan Darah	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Nursing Pathway	32
Gambar 2. 2 Kerangka Teori	75
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep	76

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 3 Lembar Observasi	115
Lampiran 4 SOP Slow Deep Breathing dan Aromaterapi Lavender	116
Lampiran 5 Mediaturntin	119
Lampiran 6 Konsultasi Pembimbing	120
Lampiran 7 Dokumentasi Asuhan Keperawatan	122
Lampiran 8 Dokumentasi	140
Lampiran 9 Riwayat Hidup	141