



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS MELALUI
INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI SLOW DEEP BREATHING DI
RUMAH SAKIT ISLAM SAKINAH MOJOKERTO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

ERLINDA NUR AISYATUL IZZAH

202503024

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO**

2026



UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS MELALUI
INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI SLOW DEEP BREATHING DI
RUMAH SAKIT ISLAM SAKINAH MOJOKERTO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

ERLINDA NUR AISYATUL IZZAH

202503024

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO

2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : ERLINDA NUR AISYATUL IZZAH
NIM : 202503024
Prodi : PROFESI NERS
Fakultas : FIKES
Judul : ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS MELALUI
INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI SLOW DEEP BREATHING DI RUMAH
SAKIT ISLAM SAKINAH MOJOKERTO

Saya menyatakan bahwa KIAN ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 23/07/2026



ERLINDA NUR AISYATUL IZZAH
202503024

QR REPOSITORY



LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Ners ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Kian Program Studi Profesi Ners

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Melalui Intervensi Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* Di Rumah Sakit Islam Sakinah Mojokerto

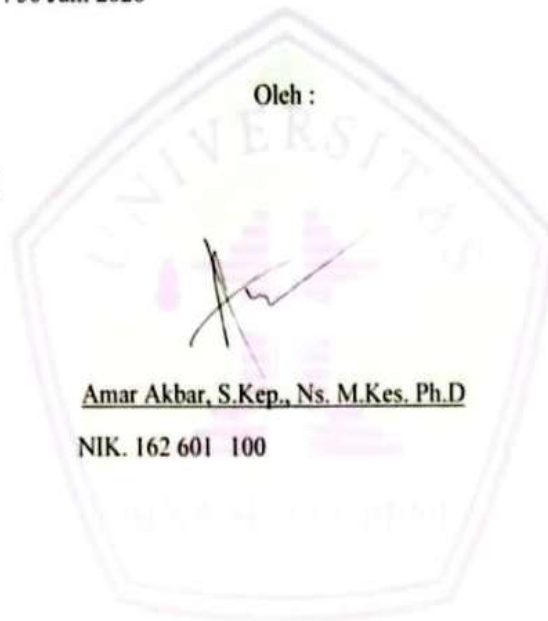
Nama : Erlinda Nur Aisyatul Izzah

NIM : 202503024

Pada tanggal : 30 Juni 2026

Oleh :

Pembimbing I



Amar Akbar, S.Kep., Ns. M.Kes. Ph.D

NIK. 162 601 100



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
 • info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
 • Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diajukan oleh :

Nama : ERLINDA NUR AISYATUL IZZAH
 NIM : 202503024
 Program Studi : Profesi Ners
 Pada Tanggal : 14 Juli 2026
 Judul Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) : "ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSİYETAS MELALUI INTERVENSI TEKNIK RELAKSASI SLOW DEEP BREATHING DI RUMAH SAKIT ISLAM SAKINAH MOJOKERTO"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Siti Kotijah, S.Kep.Ns., M.Kep

Penguji I : Amar Akbar, S.Kep.Ns.M.Kes.Ph.D

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 28 Juli 2026

Ka. Prodi Profesi Ners


Dr. Faizal Ibnu, S.Kep.Ns., M.Kes
 NIK : 162.601.026

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya saya dapat menyelesaikan karya tulis akhir ners saya yang berjudul “ Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Ansietas Melalui Intervensi Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* Di Rumah Sakit Islam Sakinah Mojokerto“. Penulisan karya tulis ilmiah akhir ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkangelar Ners di Fakultas Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KIAN ini selain dari bantuan Allah Yang Maha Kuasa, terdapat pihak-pihak yang sudah Allah kirimkan untuk memberikan dukungan dan bantuan yang tidak terkira kepada saya. Oleh karena itu, apresiasi tertinggi saya ucapkan kepada:

1. Dr. Indah Lestari,S.Kep.Ns., M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma'rifatul A.,S.Kep.Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Faizal Ibnu ,S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Ka. Prodi Profesi Ners Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
4. Amar Akbar, S.Kep., Ns. M.Kes. Ph.D selaku pembimbing KIAN yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.

5. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kab. Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
6. Partisipan / responden, teman-teman dan semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan KIAN ini

Saya selalu berdoa semoga Allah SWT membalas kebaikan seluruh pihak yang turut serta dalam penyusunan KIAN ini. Semoga KIAN ini dapat berguna dalam pembangunan riset dan keilmuan keperawatan.

Mojokerto, 16 Juni 2026



Erlinda Nur Aisyatul Izzah
202503024

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Bagi institusi Pelayanan Kesehatan	5
1.4.2 Bagi Perawat	6
1.4.3 Bagi Pasien.....	6
1.4.4 Bagi peneliti selanjutnya	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Hipertensi	7
2.1.1 Definisi Hipertensi	7
2.1.2 Klasifikasi.....	7
2.1.3 Etiologi Hipertensi	8
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi	9

2.1.5	Pathway Hipertensi	11
2.1.6	Manifestasi Klinis.....	12
2.1.7	Pemeriksaan Penunjang.....	12
2.1.8	Penatalaksanaan.....	14
2.2	Konsep Ansietas	16
2.2.1	Konsep Ansietas	16
2.2.2	Etiologi Ansietas	17
2.2.3	Rentang Respon	18
2.2.4	Proses terjadinya Ansietas.....	19
2.2.5	Pathway Ansietas	20
2.2.6	Manifestasi Klinis Ansietas	21
2.2.7	Penatalaksanaan Ansietas.....	22
2.2.8	Pengukuran Ansietas dengan HARS	23
2.3	Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Ansietas	26
2.3.1	Pengkajian	26
2.3.2	Diagnosa Keperawatan	35
2.3.3	Pohon Masalah.....	37
2.3.4	Perencanaan.....	37
2.3.5	Implementasi Keperawatan	40
2.3.6	Evaluasi Keperawatan.....	41
2.4	Konsep Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	43
2.4.1	Definisi Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	43
2.4.2	Tujuan Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	44
2.4.3	Manfaat Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	44
2.4.4	Standar Operasional Prosedur Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	44
2.5	Jurnal yang Relevan	47
BAB III GAMBARAN KASUS.....		50
3.1	Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Ansietas ...	50

3.1.1	Pengkajian	50
3.1.2	Analisa Data	54
3.1.3	Diagnosa Keperawatan	54
3.1.4	Pohon Masalah.....	55
3.1.5	Rencana Keperawatan.....	55
3.1.6	Implementasi Keperawatan	58
3.1.7	Evaluasi Keperawatan.....	61
3.2	Penerapan Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing	63
BAB IV PEMBAHASAN.....		68
4.1	Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Ansietas ...	68
4.1.1	Pengkajian	68
4.1.2	Diagnosa Keperawatan	69
4.1.3	Rencana Keperawatan.....	70
4.1.4	Implementasi Keperawatan.....	72
4.1.5	Evaluasi Keperawatan.....	75
4.2	Penerapan Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing	77
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		80
5.1	Kesimpulan.....	80
5.2	Saran	82
DAFTAR PUSTAKA.....		83
RIWAYAT HIDUP		86
LAMPIRAN.....		87

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data Pengukuran Fisiologis	66
Tabel 3. 2 Observasi Kemampuan Pasien Melakukan Teknik	67



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway Hipertensi	11
Gambar 2. 2 Rentang Respon Ansietas.....	18
Gambar 2. 3 Pathway Ansietas	20
Gambar 2. 4 Pohon Masalah Konsep Asuhan Keperawatan.....	37
Gambar 3. 1 Pohon Masalah Kasus Kelolaan.....	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	87
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden	88
Lampiran 3 Asuhan Keperawatan	89
Lampiran 4 Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan	112
Lampiran 5 Kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)	124
Lampiran 6 Lembar Observasi Kemampuan Pasien Mengatasi Ansietas	125
Lampiran 7 Dokumentasi	126
Lampiran 8 Lembar Bimbingan	127
Lampiran 9 Lembar Hasil Uji Similaritas	128
Lampiran 10 Lembar Bimbingan Revisi KIAN	129



DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, A. N., Bahfiarti, T., & Fatimah, J. M. (2024). *Komunikasi Terapeutik dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan : Literature Review*. 4, 6194–6205.
- Anandari, V. N. R. (2024). *Hubungan Adverse Childhood Experience Dengan Kecemasan Pada Usia Remaja*. 3(April), 91–102.
- Aryani, M. L. (2022). *Aplikasi Slow Deep Breathing Pada Pasien Hipertensi Untuk Mengatasi Kecemasan*.
- Cheever, J. L. H. & K. H. (2018). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (14th ed.). Wolters Kluwer.
- Dede, E. V. B., Mola, S. A. S., Studi, P., Komputer, I., Cendana, U. N., Chaining, F., Anxiety, H., & Scale, R. (2022). *IMPLEMENTASI HAMILTON ANXIETY RATING SCALE UNTUK MENDIAGNOSIS TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI*. 10(1), 55–64. <https://doi.org/10.35508/jicon.v10i1.6353>
- Devita, Y., Saputra, R., Puswati, D., Nita, Y., & Erlin, F. (2025). *Edukasi Relaksasi Nafas Dalam dan Hipnotis 5 Jari Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Lansia Hipertensi*. 3(4), 654–659.
- Herawati, I., Fitri, A., Ludin, M., Mutalazimah, M., Ishak, I., & Farah, N. M. F. (2023). *Breathing exercise for hypertensive patients : A scoping review*. January, 1–16. <https://doi.org/10.3389/fphys.2023.1048338>
- Kario, K., Okura, A., Hoshide, S., & Mogi, M. (2024). *The WHO Global report 2023 on hypertension warning the emerging hypertension burden in globe and its treatment strategy*. 1099–1102. <https://doi.org/10.1038/s41440-024-01622-w>
- Lidiana, E. H., Hartutik, S., Mustikasari, H., Kesehatan, F. I., & Kesehatan, F. I. (2022). *UPAYA PENURUNAN ANSIETAS PADA MASYARAKAT TERHADAP VARIAN BARU COVID-19*. 2(2), 55–61.
- Lilik Marifatul Azizah, Imam Zainuri, A. A. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori dan Aplikasi Praktik Klinik by Lilik Ma'rifatul Azizah, Imam Zainuri, Amar Akbar*.
- Lund, E., Plancade, S., Nuel, G., Bøvelstad, H., & Thalabard, J. (2015). A processual model for functional analyses of carcinogenesis in the prospective cohort design. *Medical Hypotheses*, 85(4), 494–497. <https://doi.org/10.1016/j.mehy.2015.07.006>
- Marlini & Lili & Tantan, S. (2017). *Question dan answer hipertensi*. Jakarta: Gramedia.
- Mawaddah, N. (2019). *PENATALAKSANAAN MASALAH KEPERAWATAN*

ANSIETAS PADA PASIEN DENGAN PENYAKIT FISIK DI RSI SAKINAH KABUPATEN MOJOKERTO. 326–334.

- Mcewen, B. S., & Akil, H. (2020). *Revisiting the Stress Concept : Implications for Affective Disorders*. 40(1), 12–21.
- Melinda Priscinova, D. L. (2025). *Analisis Asuhan Keperawatan Penerapan Terapi Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Hipertensi Di UPT Puskesmas Singkawang Timur II*.
- Panma, Yuanita Hidayati, Nur Mulyani, Sri Rosyida, Ratna Wirawati and Afni, Anissa Cindy Nurul and Lestari, Trijati Puspita and Maghfiroh, I. L. and others. (2023). *Keperawatan Medikal Bedah dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*.
- Patel, H., Kyung, S., Fugar, S., Goldberg, A., Madan, N., & Williams, K. A. (2020). *Hypertension in older adults : Assessment , management , and challenges*. November 2019, 99–107. <https://doi.org/10.1002/clc.23303>
- Pranata, A. D., Katuuk, H. M., Yati, M., Emilia, N. L., Sari, M. T., Suri, M., Saswati, N., Agustine, U., Laoh, J. M., Erlin, F., & Lombogia, M. (2023). *Keperawatan jiwa*.
- Pratiwi, N. K. A. (2020). *Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Terapi Slow Deep Breathing Untuk Menurunkan Ansietas Pada Pasien Hipertensi*.
- Puspitasari, A. C., Ludiana, L., & Immawati, I. (2023). *IMPLEMENTATION OF SLOW DEEP BREATHING TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN*. 3, 76–85.
- Putra, V. J. (2019). *Asuhan Keperawatan Hipertensi Pada Ib . A dengan Pemberian Slow Deep Breathing Di Wisma Delima Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar Tahun 2019 OLEH STIKes PERINTIS PADANG PERNYATAAN ORISINALITAS*.
- Putri, R. I., & Nurhidayati, T. (2022). *Penerapan slow deep breathing dan dzikir terhadap tingkat kecemasan penderita hipertensi pada lansia*.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator diagnostik* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar luaran keperawatan Indonesia: Definisi dan kriteria hasil keperawatan* (Edisi 1). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Sari, Y. P. (2020). *ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT ANALYSIS OF FACTORS ASSOCIATED WITH PATIENT ANXIETY LEVELS*. XIV(02), 133–147.

- Stuart, G. W. (2023). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing* (11th ed.). Elsevier.
- Suvila, K., Langén, V., Cheng, S., & Niiranen, T. J. (2020). *Age of Hypertension Onset : Overview of Research and How to Apply in Practice*. 15–17.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). *Clinical Practice Guidelines 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines International Society of Hypertension*. 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric- Mental Health Nursing* (8th ed.). Wolters Kluwer.
- Yulia, A., Permatasari, D., Susanto, T., & Rasni, H. (2024). *PENGUNAAN SLOW DEEP BREATHING DALAM PENGONTROLAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI : STUDI LITERATURE REVIEW*. 3(2), 290–311.

