

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN RELAKSASI NAFAS DALAM DAN
MUROTTAL *AL-QUR'AN* DENGAN IRAMA *NAHAWAND*
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA PENDERITA HIPERTENSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Ners Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

Sekar Ayu Yulia Agustin, S.Kep

233203078

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM DAN MUROTTAL AL QUR'AN IRAMA
NAHAWAND TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
PENDERITA HIPERTENSI**

Diajukan Oleh:

SEKAR AYU YULIA AGUSTIN, S.Kep

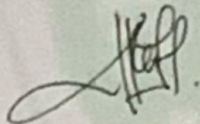
233203078

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Dan Dinyatakan Sah Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Ners Di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta

Tanggal: 16 Januari 2025

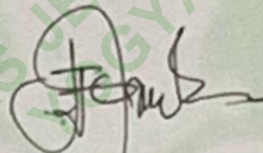
Mengesahkan:

Penguji



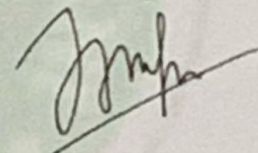
(Rizqi Wahyu Hidayati,
S.Kep., NS., M.Kep)
NIDN: 05-2909-8904

Pembimbing I



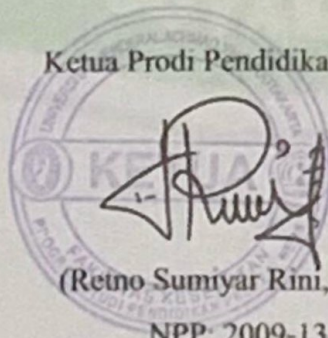
(Fajriyati Nur Azizah, S.Kep.,
NS., M.Kep., Sp.Kep.J)
NIDN: 05-1405-8301

Pembimbing II



(Jazimatul Khoiriyah
Kurniawati., Amd.Kep)
NIP:19890131 201101 2004

Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners

(Retno Sumiyar Rini, M.Med.,Ed)
NPP: 2009-13-0026

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta:

Nama : Sekar Ayu Yulia Agustin, S.Kep
NPM : 233203078
Program Studi : Profesi Ners
Judial KIAN : Penerapan Relaksasi Napas Dalam Dan Murottal Al Qur'an Dengan Irama Nahawand Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul diatas adalah murni dari karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi serta sumber terkait yang di pakai dalam karya ini telah dicantumkan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian ini kepada Universitas Jenderal Achamd Yani Yogyakarta guna untuk kepentingan ilmiah. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran terhadap akadmeik di kemudian hari maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 6 Januari 2025



(Sekar Ayu Yulia Agustin, S.Kep)

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah, puji syukur bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan dengan baik Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Penerapan Relaksasi Napas Dalam dan Murottal Al Qur’an Dengan Irama Nahawand Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensibimbangan, bantuan dan dukungan telah didapatkan penulis dari banyak pihak sehingga KIAN ini dapat terselesaikan, selain itu penulis juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. DR. rer.nat.apt. Triana Hertiani, S.Si.,M.Si., selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Retno Sumiyarini, M.Med.,Ed, selaku ketua Prodi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Fajriyati Nur Azizah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.J, selaku dosen pembimbing Karya Ilmiah Akhir Ners.
5. Jazimatul Khoriyah Kurniawati, Amd.Kep selaku pembimbing Puskesmas Kasihan II dan CI di stase PHC.
6. Rizqi Wahyuni Hidayati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen penguji Karya Ilmiah Akhir Ners.
7. Kedua orangtua dan keluarga besar yang telah memberikan doa dan dukungan selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners.
8. Teman-teman terdekat saya, responden dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu selama proses pelaksanaan KIAN.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) masih terdapat banyak kesalahan dan kekurangan baik dalam isi maupun tata bahasa. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini,

sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dapat memberikan manfaat dalam perkembangan ilmu keperawatan dimasa mendatang. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Yogyakarta, 6 Januari 2025



Sekar Ayu Yulia Agustin

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YUNIK
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	1
C. Tujuan Penulisan	5
D. Manfaat.....	6
E. Teknik Pengumpulan Data	7
BAB II TINJAUAN TEORI	8
A. Konsep Lanjut Usia.....	8
B. Konsep Hipertensi	15
C. Konsep Napas Dalam	25
D. Konsep Murottal Al Qur'an	27
E. Asuhan Keperawatan Teoritis	29
BAB III TINJAUAN KASUS.....	41
A. Tujuan Perawatan individu.....	41
B. Tujuan Perawatan Keluarga	41
C. Pengkajian Kesehatan Keluarga.....	42
D. Analisa Data	67
E. Diagnosa Keperawatan.....	69
F. Penampisan Masalah	69
G. Rencana Keperawatan	72
H. Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	75

BAB IV PEMBAHASAN.....	87
A. Pengkajian	87
B. Diagnosa Keperawatan.....	88
C. Intervensi Keperawatan.....	89
D. Implementasi Keperawatan	91
E. Evaluasi Keperawatan	92
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN.....	105

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway Hipertensi.....	19
Gambar 3. 1 Denah Rumah	42
Gambar 3. 2 Genogram	44
Gambar 3. 3 Ecomap Keluarga.....	46
Gambar 3. 4 Family Attachment	54
Gambar 3. 5 Family Treewellbeing.....	56

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi	18
Tabel 2. 2 SOP Relaksasi Napas Dalam.....	26
Tabel 2. 3 SOP Murottal Al Qur'an	28
Tabel 2. 4 SDKI, SLKI, SIKI	33
Tabel 3. 1 Pengkajian Keluarga.....	41
Tabel 3. 2 Daftar Anggota Keluarga	43
Tabel 3. 3 Level Family Treewellbeing	56
Tabel 3. 4 Tingkat Kemandirian Keluarga	57
Tabel 3. 5 Pemeriksaan Fisik.....	59
Tabel 3. 6 Pengkajian Risiko Jatuh	65
Tabel 3. 7 Analisa Data	67
Tabel 3. 8 Penapisan Masalah Dx 1	69
Tabel 3. 9 Penapisan Masalah Dx 2	71
Tabel 3. 10 Rencana Keperawatan	72
Tabel 3. 11 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan.....	75
Tabel 4. 1 Pengukuran Pre dan Post Tekanan Darah	92

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Dokumentasi Intervensi	106
Lampiran 2 Hasil Turnitin	107
Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur (SOP).....	108
Lampiran 4 Informant Consent	109
Lampiran 5 Suart Izin Penelitian.....	110
Lampiran 6 Ethical Clearance	111
Lampiran 7 Leaflet	112
Lampiran 8 Lembar Bimbingan	113

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA