KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGATASI GANGGUAN RASA NYAMAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD KAREL SADSUITUBUN LANGGUR

Oleh:

KEZIA HILARY KOWARIN
NIM: P07120223058

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TUAL
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGATASI GANGGUAN RASA NYAMAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD KAREL SADSUITUBUN LANGGUR

Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Tual Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

OLEH:
KEZIA HILARY KOWARIN
NIM: P07120223058

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALUKU
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN TUAL
TAHUN 2026

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Kezia Hilary Kowarin

NIM : P07120223058

Program Studi : Keperawatan Tual

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikir orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Langgur, 12 Juli 2026
Pembuat Pernyataan

Kezia Hilary Kowarin
NIM. P07120223058

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Penelitian oleh Kezia Hilary Kowarin NIM. P07120223058 dengan Judul "Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur" telah diperiksa dan disetujui

Langgur, 10 Juli 2026

Pembimbing

Ns. Notesya A. Amanupunnyo, S.Kep.,M.Kes
NIP. 19791122 200212 2 002

Kemenkes
Poltekkes Maluku

HALAMAN PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Kezia Hilary Kowarin NIM: P07120223058, degan judul "Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengatasi Ganguan Rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur" telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal, 12 Juli 2026.

Dewan Penguji

Penguji Ketua

John D. Haluruk, S. ST.,M.Kes
NIP.197104271996031002

Penguji Anggota I

Welly A. Levi, A.Md.Kep
NIP. 200107142025062005

Penguji Anggota II

Ns. Notesya A. Amanupunnyo, S.Kep.,M.Kes
NIP.197911222002122002

Mengesahkan
Direktur Poltekkes Kemenkes Maluku

Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd., M.Kes
NIP.19710812 199403 2 001

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan Tual

Ns. Lucky H. Noya, S.Kep., M.Kep
NIP.19690618 199603 1 002

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan Kepada Tuhan yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Penelitian dengan judul "implementasi keperawatan teknik relaksasi napas dalam untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur "

Karya Tulis Ilmiah Penelitian ini, disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan pada program Studi Keperawatan Tual Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku.

Karya Tulis Ilmiah Penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik atas dukungan dari berbagai pihak yang sudah membantu secara moril maupun materil. Untuk itu, pada kesempatan ini Peneliti ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada yang terhormat:

1. Dr. Betty Anthoineta Sahertian, S.Pd.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan kemenkes Maluku,yang telah memberikan kesempatan pada peneliti untuk menggukuti pendidikan pada politeknik kesehatan kemenkes maluku jurusan keperawatan.
2. Ns Lucky H Noya, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Tual.
3. dr. Erni Mudhiarti, S.PP, selaku direktur Rumah Sakit Karel Sadsuitubun Langgur, yang telah memberikan kesempatan kepada penelitian untuk melakukan penelitian
4. Ns. Notesya A. Amanupunnyo, S.Kep.,M.Kes, selaku pembimbing sekaligus penguji anggota II, yang telah membimbing peneliti dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. John D. Haluruk, S.ST.,M. Kes, selaku penguji ketua yang telah memberikan masukan pada penelitian karya tulis ilmiah ini.

6. Welly A. Levi, A.Md. Kep, selaku penguji anggota I yang telah memberikan masukan pada penelitian karya tulis ilmiah ini.
7. Seluruh Dosen, Tendik dan Pegawai Program Studi Keperawatan Tual yang telah memberikan bimbingan dan arahan serta memfasilitasi peneliti selama kuliah.
8. Terima kasih kepada Mama, Kaka dan Adik saya, yang sangat mendukung dan mengsuport dari awal sampai di titik ini.

Peneliti menyadari sungguh bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah Penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam meningkatkan mutu karya tulis ini

Langgur, Juli 2026

Peneliti

ABSTRAK

Implementasi Keperawatan Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur

Kezia Hilary Kowarin (2026)
Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku

Ns Notesya A. Amanupunnyo S.Kep.,M.Kes

Kata Kunci : Implementasi Keperawatan, Relaksasi Napas Dalam Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Akut pada Hipertensi.

Latar Belakang: Hipertensi sering menyebabkan gangguan kenyamanan seperti sakit kepala, pusing, kaku leher, dan insomnia. Relaksasi pernapasan dalam adalah intervensi non-farmakologis yang dapat mengurangi ketegangan, kecemasan, dan intensitas nyeri. Tujuan: Untuk mengetahui implementasi keperawatan dalam mengatasi gangguan kenyamanan pada pasien hipertensi. RSUD Karel Sadsuitubun Langgur.
Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus.
Hasil: Setelah penerapan relaksasi pernapasan dalam, skala nyeri pasien menurun, pasien tampak lebih rileks, kekakuan leher berkurang, dan dapat tidur lebih nyenyak. Tanda-tanda vital juga lebih stabil.
Kesimpulan: Penerapan relaksasi pernapasan dalam efektif dalam mengatasi gangguan kenyamanan pada pasien hipertensi. Dianjurkan agar petugas kesehatan menerapkan relaksasi pernapasan dalam sebagai intervensi rutin.

ABSTRACT

Nursing implementation of deep Breathing Relaxation Teachniuque to Manage Comfort Disturbance in Hypertensive Patients at Karel Sadsuitubun Langgur Regional General Hospital

Kezia Hilary Kowarin (2026)
Diploma III Nursing Study ProgramMaluku Ministry Of Health Polytechnic

Ns Notesya A. Amanupunnyo, S.Kep.,M.Kes

Keywords: *Nursing Implementatation, Deep Breathing Relaxtation, Comfort Distubance, Hypertension*

Backgraound: *Hypertension often causes somfort distubance such as headche, dizziness, neck stiffness, and insomnia. Deep breathing realaxtation is a non – pharmacological intervention that can reduce tension, aniety, and pain intensity.Objective to determine the nursing implementation to address comfort distubance in hypertensive patients ar RSUD Karel Sadsuitubun Langgur.*
Methods *: This study used a descriptive method with a case study approach.*
Result ***:****After the implementation of deep breathing relaxation, the patient's pain scale decreased from patint's appeared more relaxed, had less neck stiffness, and were able to sleep better. Vital signs were also more stable.*
Conclusion:*The implementation of deep breathing relaxation is effective in addressing comfort disturbance in hypertensive patient's. It is recommeded that health workers apply deep breathing realxtation as a routine intervention.*
Conclusion: *The implementation of deep breathing realxation techniques is effective in addressing comfort disturbances in hypertensive patients. This technique is easy to teach, cost – free, and can be performed idenpently by the patient.*