



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**LAPORAN AKHIR PROFESI KEPERAWATAN KOMPREHENSIF
ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN STROKE NON-HEMORGIK
DENGAN HIPERTENSI DAN IMPLIKASI KEPERAWATAN DENGAN
TERAPI RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING***

KOMPREHENSIF

OLEH:

AMRINA ROSYADAH BETA, S.KEP

NIM. 04064881921011

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2020

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : AMRINA ROSYADAH BETA, S.Kep
NIM : 04064881921011
JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN STROKE NON-
HEMORAGIK DENGAN HIPERTENSI DAN IMPLIKASI
KEPERAWATAN DENGAN TERAPI RELAKSASI *SLOW*
DEEP BREATHING

Laporan akhir keperawatan komprehensif ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan Akhir Keperawatan Komprehensif Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Mei 2020

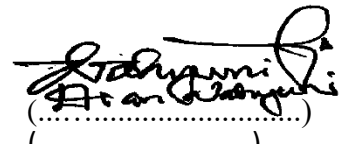
Pembimbing

Sigit Purwanto, S. Kep., Ns., M. Kes
NIP. 197504112002121002



Penguji

Dian Wahyuni, S. Kep., Ns., M. Kes
NIP. 197907092006042001



Mengetahui,
Ketua Bagian Keperawatan



Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197602202002122001

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr. wb.

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini yang berjudul “Asuhan Keperawatan pada Pasien Stroke Non-Hemorgik dengan Hipertensi dan Implikasi Keperawatan dengan Terapi Relaksasi *Slow Deep Breathing*”. Pada penulisan karya ilmiah ini, penulis mendapatkan bantuan, bimbingan dan dorongan serta pengarahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Kesempatan kali ini penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Ketua Bagian Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Koordinator Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep sebagai Koordinator Program Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Sigit Purwanto, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi dan waktunya kepada penulis.
5. Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai penguji yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi dan waktunya kepada penulis.
6. Responden pada komprehensif ini.
7. Orangtua yang telah mendukung dan selalu mendo'akan, serta teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat dalam penyusunan kompre ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan, Bahasa ataupun penulisan laporan komprehensif ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun sebagai acuan pengalaman bagi penulis untuk lebih baik lagi dimasa yang akan datang.

Waalaiikumsalam wr. wb.

Indralaya, Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan	I
Kata Pengantar	II
Daftar Isi	III
Daftar Tabel	V
Daftar Lampiran	VI
Abstrak	VII
BAB 1 Pendahuluan	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penulisan.....	2
1. Tujuan Umum.....	2
2. Tujuan Khusus.....	3
C. Manfaat Penulisan.....	3
D. Metode Penelitian.....	4
BAB II Tinjauan Pustaka	5
A. Konsep Stroke Non-Hemoragik.....	5
B. Konsep Hipertensi.....	7
C. Konsep Terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	10
D. Konsep Asuhan Keperawatan Pasien Stroke Non-Hemoragik.....	15
E. Jurnal Terkait.....	24
BAB III Asuhan Keperawatan Pada Pasien Stroke Non Hemoragik Dengan Hipertensi	27
A. Gambaran Pengkajian Keperawatan.....	27
B. Gambaran Analisa Data Keperawatan.....	39
C. Gambaran Diagnosa Keperawatan.....	44
D. Gambaran Perencanaan dan Implementasi Keperawatan.....	46
E. Gambaran Evaluasi Keperawatan.....	52
BAB IV Pembahasan	58
A. Pengkajian Keperawatan.....	58
B. Diagnosa Keperawatan.....	62
C. Perencanaan Keperawatan.....	64
D. Implementasi Keperawatan.....	66

E. Evaluasi Keperawatan.....	68
F. Implikasi Keperawatan dengan terapi <i>Slow Deep Breathing</i>	68
G. Dukungan dan Hambatan.....	70
BAB V Penutup.....	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	73
Daftar Pustaka.....	74
Lampiran	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Klasifikasi Tekanan Darah menurut JNC 7.....	7
Tabel 2.2 Standar Operasional Prosedur Terapi Relaksasi <i>Slow Deep Breathing</i>	13
Tabel 2.3 Intervensi keperawatan pada pasien stroke non-hemoragik.....	18
Tabel 2.4 Pengaruh pengaplikasian <i>Slow Deep Breathing</i>	24
Tabel 3.1 Gambaran Pengkajian Kasus Pasien Kelolaan.....	27
Tabel 3.2 Gambaran Analisa Data pada ketiga kasus kelolaan.....	39
Tabel 3.3 Diagnosa Keperawatan pada ketiga kasus kelolaan.....	45
Tabel 3.4 Gambaran Evaluasi pada Masing-masing Pasien.....	57
Tabel 4.1 Perbedaan Masalah Keperawatan pada Ketiga Pasien Kelolaan.....	63

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Manuskrip Studi Kasus Komprehensif
- Lampiran 2. Asuhan Keperawatan Lengkap 3 Pasien Kelolaan
- Lampiran 3. Dokumentasi
- Lampiran 4. Lembar Konsultasi Jurnal
- Lampiran 5. Lembar Keterangan Pengecekan *Similarity*
- Lampiran 6. Jurnal Pendukung Implikasi pada Pasien

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**Karya Ilmiah, Mei 2020
Amrina Rosyadah Beta, S. Kep**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN STROKE NON HEMORAGIK
DENGAN HIPERTENSI DAN IMPLIKASI KEPERAWATAN DENGAN
TERAPI RELAKSASI *SLOW DEEP BREATHING***

(VIII + 73 halaman + 9 tabel + 6 lampiran)

ABSTRAK

Hipertensi merupakan faktor risiko utama terjadinya stroke yang dapat mengakibatkan pecah atau menyempitnya pembuluh darah otak. Pengendalian hipertensi merupakan kunci utama untuk mencegah terjadinya komplikasi pada stroke. Tindakan keperawatan yang dapat diberikan pada pasien stroke untuk menurunkan tekanan darah meliputi pendekatan farmakologi dan non farmakologi. Terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan yaitu terapi *slow deep breathing*. Terapi *slow deep breathing* mudah dilakukan dan efektif dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Penulisan karya ilmiah ini bertujuan untuk mengaplikasikan asuhan keperawatan secara komprehensif pada pasien stroke non-hemoragik disertai hipertensi dengan terapi *slow deep breathing* sesuai *evidence based*. Metode penelitian menggunakan deksriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Gambaran pengkajian ketiga pasien meliputi anamnese dan pemeriksaan fisik didapatkan keluhan utama yaitu mengalami kelemahan pada salah satu sisi tubuh disertai hipertensi. Masalah keperawatan yang ditemukan diantaranya gangguan mobilitas fisik, gangguan komunikasi verbal, ansietas, risiko perfusi serebral tidak efektif, dan risiko gangguan integritas kulit. Rencana keperawatan yang diberikan berupa dukungan mobilisasi, reduksi ansietas, promosi komunikasi: defisit bicara, manajemen peningkatan TIK, perawatan tirah baring dan integritas kulit. Hasil akhir dari implementasi pada ketiga pasien kelolaan, tiga masalah dapat teratasi sepenuhnya dan dua masalah teratasi sebagian. Ketiga kasus kelolaan mengalami keluhan kelemahan pada salah satu sisi tubuh disertai hipertensi. Rencana keperawatan yang dilakukan untuk mengatasinya adalah dengan memberikan terapi *slow deep breathing* selama 4 hari. Penerapan implikasi tidak terlepas dari kendala seperti kondisi pasien yang lemah dan mengalami gangguan pada saraf wajah sehingga pelo, namun keinginan pasien untuk kembali sehat serta dukungan dari keluarga pasien membuat implikasi dapat memberikan efek kepada sistem saraf dan mempengaruhi pengaturan tekanan darah. Dari ketiga pasien kelolaan diberikan asuhan keperawatan yang terdiri dari pengkajian, penegakan diagnosa, perencanaan, implementasi dan evaluasi keperawatan. Implikasi dari terapi *slow deep breathing* menunjukkan hasil dapat menurunkan tekanan darah pada ketiga pasien kelolaan.

Kata Kunci: *Hipertensi, Slow Deep Breathing, Stroke non-hemoragik*

Kepustakaan: 32 (2002-2019)

**Mengetahui,
Koordinator Pogram Studi Profesi Ners**



**Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002**

Pembimbing



**Sigit Purwanto, S. Kep., Ns., M. Kes
NIP. 197504112002121002**

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
SCHOOL OF NURSING**

*Scientific Work, May 2020
Amrina Rosyadah Beta, S. Kep*

**NURSING CARE IN NON HEMORRGIC STROKE PATIENTS WITH
HYPERTENSION AND NURSING IMPLICATIONS WITH
SLOW DEEP BREATHING RELAXATION THERAPY**

(VIII + 73 pages + 9 tables + 6 enclosures)


ABSTRACT

Hypertension is a major risk factor for stroke that can cause rupture or narrowing of the blood vessels of the brain. Hypertension control is the main key to prevent complications in stroke. Nursing actions that can be given to stroke patients to reduce blood pressure include pharmacological and non-pharmacological approaches. Non-pharmacological therapy that can be used is slow deep breathing therapy. Slow deep breathing therapy is easy and effective in reducing blood pressure of hypertension sufferers. The writing of this scientific paper aims to apply nursing care comprehensively to non-hemorrhagic stroke patients accompanied by hypertension with evidence-based slow deep breathing therapy. The research method uses qualitative descriptive with a case study approach. The description of the three patients included anamnesis and physical examination showed that the main complaint was experiencing weakness on one side of the body accompanied by hypertension. Nursing problems found include impaired physical mobility, impaired verbal communication, anxiety, risk of ineffective cerebral perfusion, and risk of impaired skin integrity. The nursing plan provided was in the form of mobilization support, anxiety reduction, communication promotion: speech deficit, ICT improvement management, bed rest treatment and skin integrity. The final results of the implementation of the three patients managed, three problems can be completely resolved and two problems partially resolved. All three cases of management experienced complaints of weakness on one side of the body accompanied by hypertension. The nursing plan undertaken to overcome this is by providing slow deep breathing therapy for 4 days. The application of the implications is inseparable from obstacles such as the patient's weak condition and facial nerve disorders, so the patient's desire to return to health and support from the patient's family makes the implications can have an effect on the nervous system and affect blood pressure regulation. Of the three patients managed by nursing provided care consisting of assessment, diagnosis, planning, implementation and evaluation of nursing. The implications of slow deep breathing therapy show the results can reduce blood pressure in the three patients under management.

Keywords: Hypertension, Slow Deep Breathing, non-hemorrhagic stroke

Bibliography: 32 (2002-2019)

**Mengetahui,
Koordinator Pogram Studi Profesi Ners**



**Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002**

Pembimbing



**Sigit Purwanto, S. Kep., Ns., M. Kes
NIP. 197504112002121002**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stroke atau gangguan peredaran darah otak merupakan penyakit neurologis yang timbul mendadak yang disebabkan karena terjadinya gangguan peredaran otak yang dapat menyebabkan kecacatan berupa kelumpuhan anggota gerak, gangguan bicara, proses berpikir, daya ingat, dan bentuk-bentuk kecacatan lainnya sebagai akibat gangguan fungsi otak (Muttaqin, 2008). Indonesia merupakan salah satu Negara yang memiliki angka kejadian hipertensi terbanyak setelah jantung dan kanker, dengan jumlah persentase 28,5% penderita stroke yang meninggal dunia (Nasution, 2013). Dari berbagai jenis stroke di Indonesia, stroke non hemoragik merupakan jenis stroke yang paling sering terjadi. Dari 100% penderita stoke, hampir 80% diantaranya mengalami stroke non hemoragik yang disebabkan oleh sumbatan pada pembuluh darah yang mengalir ke otak sehingga penderita akan mengalami kelemahan pada anggota gerak. Oleh karena itu perlu dilakukan penanganan segera untuk mencegah komplikasi yang tidak diinginkan (Handayani & Dominica, 2018).

Menurut Fitria (2010) penanganan pada pasien stroke tidak hanya pemenuhan kebutuhan fisik saja, tetapi penting juga dukungan terhadap kebutuhan psikologis, kebutuhan sosial dan kebutuhan spritual, yang kesemuanya akan terpenuhi dilakukan dengan pendekatan interdisiplin oleh tim, dan yang lebih dikenal dengan sebutan perawatan palliative. Stroke mempunyai dampak yang besar terhadap kualitas hidup pasien. Secara fisik penderita akan mengalami keterbatasan dan kesulitan saat menjalani aktivitas fisik (Kong & Yang, 2006 dalam Handayani & Dominica, 2018). Penatalaksanaan yang tidak dilakukan dengan baik pada pasien stroke, maka dapat berakibat meluasnya komplikasi yang akan terjadi. Asuhan keperawatan sangat diperlukan untuk dapat meningkatkan kualitas hidup pasien stroke dengan hipertensi. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan manajemen tekanan darah.

Menurut Muttaqin (2008), hipertensi merupakan faktor risiko utama yang menyebabkan terjadinya stroke. Hipertensi dapat menyebabkan penyempitan

aliran darah ke otak sehingga dapat membuat pecahnya pembuluh darah di otak dan sel-sel otak akan mengalami gangguan hingga kematian (Wibhisono, 2016). Peningkatan ini mengakibatkan jantung harus bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah melalui pembuluh darah (Kurniadi & Ulfa, 2015 dalam Sumartini dan Miranti, 2019).

Pengendalian hipertensi merupakan kunci utama untuk mencegah terjadinya stroke (Muttaqin, 2009). Tindakan keperawatan untuk menurunkan tekanan darah pasien stroke dengan hipertensi yang dapat dilakukan diantaranya melalui pendekatan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Tindakan farmakologis yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian medikasi obat antihipertensi. Tindakan non farmakologi merupakan terapi pelengkap dalam mengurangi dan mengontrol tekanan darah, intervensi ini dapat mencakup intervensi fisik dan perilaku kognitif. Menurut Andri (2018), tindakan nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi salah satunya adalah dengan meningkatkan latihan relaksasi dengan latihan pernapasan. (Rasyidah, 2018).

Menurut Rasyidah (2018), terapi nonfarmakologi pada pasien hipertensi yang dapat digunakan yaitu latihan *slow deep breathing*. Terapi *slow deep breathing* ini mudah untuk dilakukan, dan efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Pada penelitian yang dilakukan oleh Andri (2018) didapatkan bahwa meskipun intervensi *slow deep breathing* pernah dilakukan namun di Indonesia penerapannya masih jarang dilakukan. Berdasarkan penjelasan diatas, penulis tertarik untuk membuat studi kasus mengenai terapi relaksasi *slow deep breathing* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien stroke non-hemoragik dengan hipertensi di RSUP Moh. Hosein Palembang.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pelaksanaan praktik keperawatan yang difokuskan pada pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi dan implikasi keperawatan terapi *slow deep breathing* sesuai dengan *evidence based/jurnal*.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan gambaran pengkajian yang didapat dalam pemberian asuhan keperawatan pada ketiga pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi.
- b. Memaparkan gambaran diagnosa keperawatan yang didapat dalam pemberian asuhan keperawatan pada ketiga pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi.
- c. Memaparkan gambaran rencana keperawatan yang dibuat dalam pemberian asuhan keperawatan pada ketiga pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi.
- d. Memaparkan gambaran implementasi/tindakan keperawatan yang dilakukan dalam pemberian asuhan keperawatan pada ketiga pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi.
- e. Memaparkan gambaran hasil evaluasi keperawatan yang dicapai dalam pemberian asuhan keperawatan pada ketiga pasien stroke non hemoragik dengan hipertensi.
- f. Memaparkan hasil implikasi sesuai dengan evidence based di lingkup keperawatan terkait dengan terapi *slow deep breathing* pada pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.

C. Manfaat Penulisan

Laporan studi kasus ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak yang terkait, diantaranya adalah :

1. Bagi Penderita stroke Non-Hemoragik dengan Hipertensi
Memberikan informasi kepada penderita stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi tentang penatalaksanaan asuhan keperawatan yang dapat memberikan pengaruh terhadap keluhan yang sedang dirasakan oleh penderita.
2. Bagi Mahasiswa Keperawatan
Dapat memberikan pengetahuan baru dan meningkatkan pembelajaran tentang penatalaksanaan dalam asuhan keperawatan pasien stroke Non-Hemoragik dengan hipertensi.

3. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan
Dapat menjadikan laporan studi kasus ini sebagai pertimbangan dan bahan bacaan dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah.
4. Bagi Profesi Perawat
Dapat menjadi bahan masukan bagi profesi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien stroke non-hemoragik dengan hipertensi.

D. Metode Penelitian

Laporan ini merupakan studi kasus dengan metode deskriptif kualitatif. Langkah-langkah yang dilakukan dalam pelaksanaan studi kasus diantaranya:

1. Memilih kasus sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan yaitu tiga pasien stroke non hemoragik dengan hipertensi yang akan dijadikan pasien kelolaan di RSUP dr. Moh. Hoesin Palembang.
2. Melakukan analisis teori dari studi literature yang telah dipilih untuk lebih memahami tentang permasalahan pasien stroke non hemoragik dengan hipertensi dan dapat memberikan asuhan keperawatan dengan baik dan tepat.
3. Membuat asuhan keperawatan sesuai dengan format yang telah ditentukan di stase keperawatn medical bedah yang sedang dijalani, dimulai dari pengkajian, diagnosa, perencanaan, tindakan dan evaluasi keperawatan.
4. Penegakan Diagnosa dan Perencanaan keperawatan menggunakan panduan Standar Diagnosa, Luaran Hasil dan Intervensi Keperawatan Indonesia (SDKI, SIKI dan SLKI).
5. Menerapkan asuhan keperawatan dan implikasi keperawatan sesuai dengan perencanaan yang telah dibuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri, J., dkk. (2018). “Efektivitas *Isometric Handgrip Exercise* Dan *Slow Deep Breathing Exercise* Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi”. *Jurnal Keperawatan Silampari* 2 (1), 371-384.
- Berek, P. A. L. (2018). “Pengaruh *Slow Deep Breathing* dan Pengaturan Natrium terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer”. *LP2M-Undhira Bali Siniesa*, 499-508.
- Brunner dan Suddarth. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah: Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Handayani, D., dan Dominica, D. (2018). “Gambaran *Drug Related Problems (DRP’s)* pada Penatalaksanaan Pasien Stroke Hemoragik dan Stroke Non Hemoragik di RSUD Dr M Yunus Bengkulu”. *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia* 5 (1), 36-44.
- Jaji. (2019). “Pengalaman Keluarga Merawat Anggota Keluarga dengan *Palliative Care* (Studi Fenomenologi)”. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 6 (2), 18-25.
- Karim, N. U., dan Lubis, E. (2017). “Kualitas Hidup Pasien Stroke dalam Perawatan *Palliative Homecare*”. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia* 5 (1), 42-50.
- Kemenkes, RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Muttaqin, A. (2008). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta: Salemba Medika.
- _____. (2008). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nasution, L. F. (2013). “Stroke Non Hemoragik pada Laki-Laki Usia 65 Tahun”. *Medula* 1 (3), 1-9.
- Nipa, N. (2017). “Pengaruh Latihan Relaksasi Napas Dalam terhadap Perubahan Skor Kecemasan Pasien Penyakit Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di Rumah Sakit Pendidikan Universitas Hasanuddin”. Makassar: Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.
- Nurarif, A. H., dan Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC*. Jogyakarta: MediaAction.

- PERKI. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular*. Jakarta: PERKI.
- Potter, A., dan Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep Proses dan Praktik, Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Pudiastuti, R. D. (2011). *Penyakit Pemicu Stroke*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rasyidah, A.Z. (2018). "Pengaruh *Slow Deep Breathing* terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi". *Riset Informasi Kesehatan 7 (2)*, 155-159.
- Sartika, A., Wardi, A., dan Sofiana, Y. (2018). Perbedaan Efektivitas *Progressive Muscle Relaxation (PMR)* dengan *Slow Deep Breathing Exercise (SDBE)* terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari 2 (1)*, 356-370.
- Sepdianto, T. C., Nurachmah, E., dan Gayatri, D. (2011). "Penurunan Tekanan Darah dan Kecemasan Melalui Latihan *Slow Deep Breathing* Pada Pasien Hipertensi Primer". *Jurnal Keperawatan Indonesia 13 (1)*, 37-41.
- Setyaningrum, N., Permana, I., & Yuniarti, F. A. (2018). "*Progressive Muscle Relaxation* dan *Slow Deep Breathing* pada Penderita Hipertensi". *JPPNI 2(1)*, 33-43.
- Siswanti, H., dan Purnomo, M. (2018). "*Slow Deep Breathing* terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi". *The 8th University Research Colloquium 2018*, 129-135.
- Smeltzer, S. C., dan Bare, B. G. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Sumartini, N. P., & Miranti, I. (2019). "Pengaruh *Slow Deep Breathing* terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Puskesmas Ubung Lombok Tengah". *Jurnal Keperawatan Terpadu 1(1)*, 38-49.
- Suranata, F.M., dkk. (2019). "*Slow Deep Breathing* dan *Alternate Nostril Breathing* terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi". *Jurnal Keperawatan Silampari 2(2)*, 160-175.
- Tarwoto dan Wartonah. (2011). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tim Pojka SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.

- Tim Pojka SIKI DPP PPNI. (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Tim Pojka SLKI DPP PPNI. (2017). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: PPNI.
- Trybahari, R., Busjra., & Azzam, R. (2019). “Perbandingan *Slow Deep Breathing* dengan Kombinasi *Back Massage* dan *Slow Deep Breathing* terhadap Tekanan Darah”. *Journal of Telenursing (JOTING) 1(1)*, 106-118.
- Videbeck, S. L. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Wibhisono, H. (2016). “Wanita 55 Tahun dengan Stroke Non-Hemoragik dan Hipertensi Derajat II”. *Jurnal Medula Unila 4 (3)*, 69-72.
- Yanti, N. P. E. D., Mahardika, I. A., & Prapti, N. K. G. (2016). “Pengaruh *Slow Deep Breathing* terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur”. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah 2(4)*, 1-10.