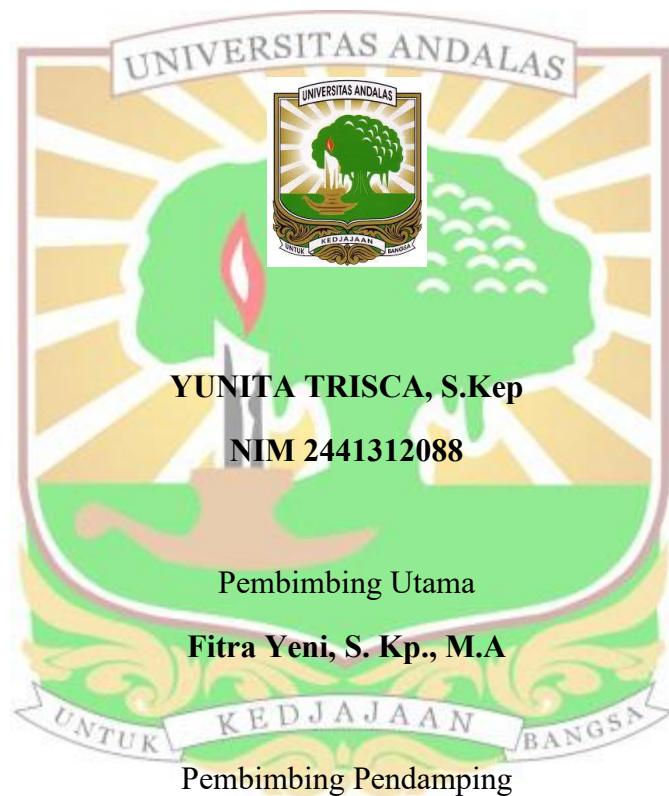


KARYA ILMIAH AKHIR

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DAN PENERAPAN *SLOW BREATHING EXERCISE* (SBE) PADA NY. Y DENGAN KASUS HIPERTENSI DI KECAMATAN PAUH KOTA PADANG

Peminatan Keperawatan Keluarga



Ns. Bunga Permata Wenny, M.Kep

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2025

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

JULI, 2025

NAMA : YUNITA TRISCA

NIM : 2441312088

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DAN PENERAPAN
SLOW BREATHING EXERCISE (SBE) PADA NY. Y DENGAN
KASUS HIPERTENSI DI KECAMATAN PAUH KOTA PADANG**

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang umum diseluruh dunia yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi hingga kematian. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan non farmakologis dapat dilakukan dengan penerapan terapi relaksasi *Slow Breathing Exercise* (SBE). SBE dilakukan secara sadar dengan mengatur pernafasan secara lambat dengan meningkatkan tonus parasimpatis dan mengurangi aktivitas simpatis sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Laporan ilmiah ini menggunakan metode studi kasus dan asuhan keperawatan yang diberikan menggunakan proses pendekatan keperawatan keluarga. Studi kasus ini bertujuan untuk memberikan gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan komprehensif terhadap penderita hipertensi dan penerapan terapi relaksasi SBE. Hasil dari studi kasus didapatkan bahwa terapi relaksasi SBE yang dilakukan 2 kali seminggu selama 4 minggu telah memberikan dampak positif bagi kondisi klien dengan terjadinya penurunan tekanan darah sebelum intervensi yaitu 159/98 mmHg dan sesudah intervensi yaitu 124/81 mmHg. Diharapkan terapi relaksasi SBE ini dapat dilakukan secara berkelanjutan oleh klien dengan pendampingan keluarga di rumah. Diharapkan implementasi yang sudah diberikan dapat meningkatkan derajat kesehatan klien di keluarga.

Kata Kunci : Dewasa, Hipertensi, *Slow Breathing Exercise*

Daftar Pustaka : 55 (2010 – 2025)

FACULTY OF NURSING
UNIVERSITAS ANDALAS
FINAL SCIENTIFIC WORK
JULY 2025

NAME : YUNITA TRISCA

NIM : 2441312088

**FAMILY NURSING CARE AND IMPLEMENTATION OF SLOW
BREATHING EXERCISE (SBE) ON NY. Y WITH A CASE OF
HYPERTENSION IN PAUH DISTRICT, PADANG CITY**

ABSTRACT

Hypertension is a common chronic disease worldwide that can cause various complications and even death. Hypertension can be managed pharmacologically and non-pharmacologically. Non-pharmacological management can be done by implementing Slow Breathing Exercise (SBE) relaxation therapy. SBE is done consciously by regulating slow breathing by increasing parasympathetic tone and reducing sympathetic activity, thereby lowering blood pressure. This scientific report uses a case study method and nursing care provided using a family nursing approach process. This case study aims to provide an overview of the implementation of comprehensive nursing care for hypertension patients and the application of SBE relaxation therapy. The results of the case study showed that SBE relaxation therapy carried out twice a week for 4 weeks has had a positive impact on the client's condition with a decrease in blood pressure before the intervention, namely 159/98 mmHg and after the intervention, namely 124/81 mmHg. It is hoped that this SBE relaxation therapy can be carried out continuously by the client with family support at home. It is hoped that the implementation that has been given can improve the health status of the client in the family.

Keywords : Adults, Hypertension, Slow Breathing Exercise

Bibliography : 55 (2010 – 2025)