

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman Pada Anggota Keluarga Tn.A Yang Mengalami Hipertensi. Penulis karya tulis ilmiah ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep.) pada program studi DIII Keperawatan Kotabumi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Saya menyadari tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan karya tulis ilmiah ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus
2. Dewi Purwaningsih, S.SiT.,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang
3. Pihak luar, Puskesmas kotabumi II Lampung Utara dan Tn.A di desa Tanjung Aman telah menerima penulis dalam proses penelitian.
4. Tori Rihiantoro, S.Kp., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang.
5. Sono, S.Kp., M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Kotabumi.
6. Hasti Primadilla, S.Kp.,MKM selaku Pembimbing 1 yang telah mencurahkan waktu, tenaga, dan kesabaran untuk memberikan bimbingan penulis menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
7. Ns.Madepan Mulia, M.Kep., SP.Kep.J selaku Pembimbing 2 yang telah mencurahkan waktu, tenaga, dan kesabaran untuk memberikan bimbingan penulis menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
8. Penguji Karya Tulis Ilmiah Ns. Ihsan Taufiq, S.Kep., M.Kep selaku penguji yang telah memberikan saran dan masukan pada karya tulis ilmiah ini.
9. Kepada kedua orang tuaku tercinta Bapak Sudirman Simamora, Mama Ellis

- Silitonga, kakak Veronica Risda A.Md Gz, dan kedua adikku tersayang Arthur Halomoan, Angelina Fransiska yang telah mendukung penulis untuk menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Teman-teman Angkatan 21 terkhusus Regular 2. Dan kepada Npm 22213723, yang telah menemani dan memberi dukungan dalam mengerjakan laporan tugas akhir ini, dan kepada teman-temanku Destri, Eliva, Yola telah memberikan support system satu sama lain selama mengerjakan tugas akhir dan selama 3 tahun menduduki bangku perkuliahan.
 11. Kepada seluruh Dosen dan Staf Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi atas dukungan yang diberikan.

Penulis berharap laporan ini bisa menjadi salah satu sumber bacaan untuk perkuliahan dan penulisan laporan tugas akhir.

Kotabumi, 05 Mei 2024

Penulis

BIODATA PENULIS



Nama : Evi Marlina Br. Simamora
NIM : 2114471059
Tempat, tanggal lahir : Way Mengaku-Balik Bukit, 06 Juni
2003Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
Alamat Rumah : Jl. Raden Intan No. 12 Way Mengaku,
LiwaNo. HP : 083811485340
Email : marlinaevi761@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi : Mahasiswa Aktif
2. SMA Negeri 1 Liwa Lampung Barat : Lulus tahun 2021
3. SMP Negeri 1 Liwa Lampung Barat : Lulus tahun 2018
4. SD Negeri 1 Way Mengaku Lampung Barat: Lulus tahun 2015
5. TK Kartika Jaya 0422 Liwa Lampung Barat: Lulus tahun 2009

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

Nama : Evi Marlina Br. Simamora
NIM : 2114471059
Program Studi : Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi
Judul : Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam untuk Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman Pada Anggota Keluarga Tn.A Yang Mengalami Hipertensi.

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan di hadapan dewan penguji dalam seminar/siding karya tulis ilmiah sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

PEMBIMBING

Pembimbing 1 : Hasti Primadilla, S.Kp., MKM (.....) NIP. 1977122420000122002
Pembimbing 2 : Ns. Madepan Mulia, M.Kep., Sp. Kep.J (.....) NIP. 198903162022032004

Disetujui di : Kotabumi
Tanggal : 16 Mei 2024

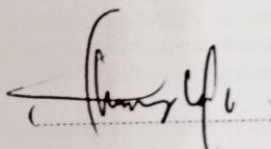
HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

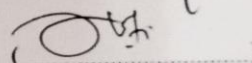
Nama : Evi Marlina Br. Simamora
NIM : 2114471059
Program Studi : Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi
Judul : Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman Pada Anggota Keluarga Tn A Yang Mengalami Hipertensi.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam sidang karya tulis ilmiah dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Penguji 1 : Ns. Ihsan Taufiq, S.Kep., M.Kep
NIP. 197712112006041014



Penguji 2 : Hasti Primadilla K, S.Kp., MKM
NIP. 197712242000122002



Penguji 3 : Ns. Madepan Mulia, M.Kep., Sp.Kep.J
NIP. 198903162022032004



Mengetahui
Ketua Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi



Sono, S.Kp., M.Kep
NIP. 196607061993031003

Ditetapkan di : Kotabumi
Pada tanggal : 20 Mei 2024

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

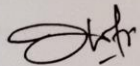
Nama : Evi Marlina Br. Simamora
Tempat, Tanggal Lahir : Way Mengaku, Balik Bukit 06 Juni 2003
NIM : 2114471059
Program Studi : Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi
Alamat Rumah : Jl. Raden Intan No. 12 Way Mengaku, Liwa
No. telpon : 0838 1148 5340
Alamat Email : marlinaevi761@gmail.com

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah saya yang berjudul Implementasi Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Gangguan Rasa Nyaman Pada Anggota Keluarga Tn.A Yang Mengalami Hipertensi. **bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain.**

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari karya tulis ilmiah saya terdapat indikasi plagiarisme, saya akan **bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi** sesuai dengan peraturan yang berlaku di Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi.

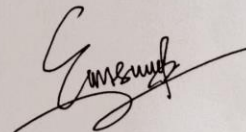
Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa paksaan dari siapapun,

Mengetahui
Pembimbing 1



Hasti Primadilla, S.Kp.,MKM
NIP. 197712242000122002

Dibuat di: Kotabumi
Tanggal :
Yang membuat pernyataan



Evi Marlina Br. Simamora
NIM. 2114471059

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi, saya yangbertanda tangan dibawah ini:

Nama : Evi Marlina Br. Simamora

NIM : 2114471059

Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi

Jurusan : Keperawatan

Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi **Hak bebas royalti *Non-eksklusif* (*Non-eksklusive royalty-free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul implementasi teknik relaksasi napas dalam untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada anggota keluarga Tn.A yang mengalami hipertensi. dengan hak bebas royalti *Noneksklusif* ini, program studi DIII Keperawatan Kotabumi berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Kotabumi

Pada tanggal:

Yang menyatakan,



Evi Marlina Br. Simamora

2114471059

MOTTO

In the Name Of Jesus Christ

“Aku tahu, bahwa Engkau sanggup melakukan segala sesuatu dan tidak adarencana-Mu yang gagal”

(Ayub 42:2)

“Lebih baik tetap melangkah sambil menangis dari pada tidak sama sekali”(Mazmur 126:5 dan 6)

“Karena masa depan sungguh ada dan harapanmu tidak akan hilang”(Amsal 23:18)