

**EFEKTIVITAS *DIAPHRAGMATIC BREATHING*
EXERCISE TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI KOTA PALEMBANG**



SKRIPSI

Oleh :

LESTARY ADELIA SIJABAT

2233048

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS
PALEMBANG**

2026

**EFEKTIVITAS *DIAPHRAGMATIC BREATHING*
EXERCISE TERHADAP TEKANAN DARAH
PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI KOTA PALEMBANG**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Sarjana Keperawatan

Oleh :

LESTARY ADELIA SIJABAT

2233048

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS
PALEMBANG
2026**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



Tanda Persetujuan Skripsi

Nama : Lestary Adelia Sijabat
NIM : 2233048
Judul : Efektivitas *Diaphragmatic Breathing Exercise* Terhadap
Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kota Palembang

Menyetujui untuk diujikan pada Ujian Sidang Sarjana Keperawatan
Palembang, 29 Januari 2026

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Ns. Sanny Frisca, M. Kep.

Srimiyati, S.Kep., Ners., M. Kep.

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan



Ns. Ketut Suryani, S.Kep., M. Kep

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KATOLIK MUSI CHARITAS**



Tanda Pengesahan Skripsi

Nama : Lestary Adelia Sijabat
NIM : 2233048
Judul : Efektivitas *Diaphragmatic Breathing Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kota Palembang

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Pada Hari Jum'at, 06 Februari 2026 dan dinyatakan **LULUS**

TIM PENGUJI:

Ketua Dewan Penguji : Ns. Sanny Frisca, M.Kep
Anggota Penguji 1 : Srimiyati, S.Kep., Ners., M. Kep
Anggota Penguji 2 : Ns. Aniska Indah Fari, M.Kep
Anggota Penguji 3 : Ns. Dheni Koerniawan, M.Kep

TANDA TANGAN

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Ns. Ketut Suryani, M. Kep

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Srimiyati, S.Kep., Ners., M. Kep

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Lestary Adelia Sijabat

NIM : 2233048

Program Studi : Ilmu Keperawatan dan Ners

Judul : Efektivitas *Diaphragmatic Breathing Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kota Palembang

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang sudah saya buat ini merupakan karya sendiri dan besar keasliannya. Jika ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan dari orang lain maka saya menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Katolik Musi Charitas Palembang

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Palembang, 29 Januari 2026

Penulis,



Lestary Adelia Sijabat

PERNYATAAN
PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Lestary Adelia Sijabat

NIM : 2233048

Judul Skripsi : Efektivitas *Diaphragmatic Breathing Exercise* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kota Palembang

Menyatakan bahwa saya memberikan hak kepada Universitas Katolik Musi Charitas untuk mempublikasikan skripsi saya tanpa meminta ijin dari saya selama nama saya tetap tercantum sebagai penulis.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 29 Januari 2026

Penulis,



Lestary Adelia Sijabat