

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI SPIRITUAL MINDFULNESS DALAM
MEMPERBAIKI STATUS RESPIRASI DAN MENURUNKAN
KECEMASAN PADA PASIEN PNEUMONIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS**

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*



DISUSUN OLEH :
FINA LESTARI LARASATI FRANS
PO5303203230936

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN WAINGAPU
WAINGAPU 2026**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : FINA LESTARI LARASATI FRANS
NIM : PO5303203230936
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Implementasi Spiritual Mindfulness dalam Memperbaiki Status Respirasi dan Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pneumonia dengan Masalah Keperawatan Ansietas

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain atau karya sebelumnya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya tulis ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30% sebagaimana hasil dari pemeriksaan menggunakan perangkat pendeteksi plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, Mei 2026

Yang menyatakan,



(Fina Lestari Larasati Frans

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : FINA LESTARI LARASATI FRANS
NIM : PO5303203230936
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Implementasi Spiritual Mindfulness dalam Memperbaiki Status Respirasi dan Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pneumonia dengan Masalah Keperawatan Ansietas

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisis saya sendiri, bukan hasil tiruan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sebenarnya. Semua kutipan, data, atau informasi yang berasal dari sumber lain telah dituliskan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Saya juga menyatakan bahwa karya ini belum pernah diajukan untuk memenuhi tugas akhir atau karya ilmiah di institusi pendidikan yang lain. Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggungjawabkan semuanya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, Mei 2026

Yang menyatakan,



(Fina Lestari Larasati Frans)

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI SPIRITUAL MINDFULNESS DALAM
MEMPERBAIKI STATUS RESPIRASI DAN MENURUNKAN
KECEMASAN PADA PASIEN PNEUMONIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH
FINA LESTARI LARASATI FRANS
NIM : PO5303203230936

*Telah disetujui untuk diujikan sebagai Karya Tulis Ilmiah Politeknik Kesehatan
Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu
pada tanggal, 1 April 2026*

PEMBIMBING



YOSEPHINA E. S. GUNAWAN, S.Kep.Ns. M.Kep
NIP. 198103102006042001

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU



MARIA KARERI HARA, S.Kep.Ns., M.Kes
NIP. 196702101989032001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI SPIRITUAL MINDFULNESS DALAM
MEMPERBAIKI STATUS RESPIRASI DAN MENURUNKAN
KECEMASAN PADA PASIEN PNEUMONIA DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS**

OLEH

FINA LESTARI LARASATI FRANS

NIM : PO5303203230936

*Telah disetujui untuk diujikan sebagai Karya Tulis Ilmiah Politeknik Kesehatan
Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu
pada tanggal, 7 April 2026*

PENGUJI II



VERONIKA TORU, S. Kep.Ns., M. Kep
NIP. 198409132006042005

PENGUJI I



YOSEPHINA E. S. GUNAWAN, S.Kep.Ns. M.Kep.
NIP. 198103102006042001

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU



MARIA KARERI HARA, S.Kep.Ns. M.Kes
NIP. 196702101989032001

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Kupang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: FINA LESTARI LARASATI FRANS
NIM	: PO5303203230936
Program Studi	: D-III Keperawatan Waingapu
Jurusan	: Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kupang **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul Implementasi Spiritual Mindfulness dalam Memperbaiki Status Respirasi dan Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pneumonia dengan Masalah Keperawatan Ansietas.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Kupang berhak menyimpan, mengalihmedia/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 Oleh: FINA LESTARI LARASATI FRANS

Pada tanggal: 31 Juli 2026



(Fina Lestari Lestari Frans)

BIODATA PENULIS

Nama : FINA LESTARI LARASATI FRANS
Tempat Tanggal Lahir : MAUHAU, 26 MARET 2006
Agama : KRISTEN PROTESTAN
Alamat : Jl. Adi Sucipto, Mauhau
Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Masehi Lumbumenggit tahun 2017
2. Tamat SMP Negeri 4 Mauliru tahun 2020
3. Tamat SMA Negeri 2 Waingapu tahun 2023
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu tahun 2023 Sampai Sekarang

MOTTO:

Amsal 3 :5-6

“Percayalah kepada Tuhan dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu.”

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai dengan judul “Implementasi Spiritual *Mindfulness* dalam Memperbaiki Status Respirasi dan Menurunkan Kecemasan pada Pasien Pneumonia dengan Masalah Keperawatan Ansietas”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Yosephina E. S. Gunawan. S. Kep.,Ns.,M.Kep., sebagai dosen pembimbing dan ketua penguji yang telah mendampingi dan memberikan arahan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan. Penulis mengucapkan terima kasih yang sama juga kepada ibu Veronika Toru, S. Kep., Ns., M. Kep., sebagai Penguji II yang telah memberikan masukan dan bimbingan kepada penulis demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijin penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Maria Hilaria, S.Si., S.Farm., Apt., M.Si sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk melakukan pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara, S. Kep, Ns., M. Kes sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menjadi mahasiswa dan mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Waingapu.
3. Bapak dan Ibu dosen yang telah membekali dan mengajari Penulis dengan

pengetahuan selama di menempuh pendidikan di Prodi Keperawatan Waingapu.

4. Kedua orang tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi serta memberikan dukungan kepada Penulis baik secara spiritual, material dan moral kepada Penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Semua teman-teman Tingkat 3A angkatan 2023 yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan kepada Penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah masih memiliki kekurangan serta keterbatasan, oleh karena itu Penulis mengharapkan mendapatkan masukan dan saran yang akan membantu menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini agar dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Waingapu, Mei 2026

Penulis

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan
Kemenkes Kupang Program
Studi DIII Keperawatan
Waingapu
Karya Tulis Ilmiah,
Waingapu, Mei 2026

FINA LESTARI LARASATI FRANS

“IMPLEMENTASI SPIRITUAL MINDFULNESS DALAM MEMPERBAIKI STATUS RESPIRASI DAN MENURUNKAN KECEMASAN PADA PASIEN PNEUMONIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS”

XVII + 135 Halaman, 20 Lampiran

Latar belakang : Pneumonia merupakan penyakit infeksi yang penularannya dipengaruhi oleh kondisi lingkungan terutama udara dan menyerang saluran pernapasan bawah dan menimbulkan gejala khas seperti sesak napas dan batuk. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah spiritual *mindfulness* untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan perbaikan status respirasi pasien.

Metode : Metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan 2 responden yang masuk dalam kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu pasien dengan diagnosa medis Pneumonia, pasien dewasa dengan kondisi composmentis serta kooperatif. Kriteria eksklusi meliputi pasien dengan penurunan kesadaran, tidak mampu untuk melakukan instruksi intervensi, mempunyai tingkat kecemasan berat yang tidak terkontrol dan mengalami gangguan konsentrasi (kognitif). Instrumen yang digunakan adalah format pengkajian asuhan keperawatan dan juga SOP Spiritual *Mindfulness*, serta menggunakan teknik analisa berupa wawancara, observasi, dokumentasi serta pemeriksaan fisik per *body system*. **Hasil :** Berdasarkan hasil penelitian dengan 2 orang responden menunjukkan bahwa salah seorang pasien telah melakukan latihan spiritual *mindfulness* dengan baik dan rutin sehingga masalah ansietas yang dialami teratasi dengan baik, sedangkan pada pasien yang lainnya hanya melakukan terapi dengan bantuan dan tidak rutin melakukan latihan karena kesibukannya, jadi masalah ansietas teratasi sebagian. Secara keseluruhan menunjukkan bahwa dengan pemberian terapi spiritual *mindfulness* membantu pasien Pneumonia untuk mengatasi masalah ansietas yang dialami sehingga membuat status respirasi mengalami perbaikan dan peningkatan. **Kesimpulan :** Berdasarkan hasil penelitian ini disimpulkan bahwa pemberian intervensi spiritual *mindfulness* membantu dalam menurunkan masalah ansietas dan juga membantu untuk memperbaiki status respirasi pasien.

Kata kunci : Ansietas, Kecemasan, Pneumonia, Spiritual *Mindfulness*, Status Respirasi

Kepustakaan : 30 (2017-2025)

ABSTRACT

Kementerian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan
Kemenkes Kupang Program
Studi DIII Keperawatan
Waingapu
Karya Tulis Ilmiah,
Waingapu, Mei 2026

FINA LESTARI LARASATI FRANS

“IMPLEMENTATION OF SPIRITUAL MINDFULNESS TO IMPROVE RESPIRATORY STATUS AND REDUCE ANXIETY IN PNEUMONIA PATIENTS WITH NURSING PROBLEMS OF ANXIETY”

XVII+ 135 Pages, 20 Attachments

Background: Pneumonia is an infectious disease whose transmission is influenced by environmental conditions, especially air, and attacks the lower respiratory tract and causes typical symptoms such as shortness of breath and coughing. One intervention that can be done is spiritual mindfulness to reduce anxiety and improve the patient's respiratory status. **Method:** Descriptive research method with a case study approach. The sampling technique used was purposive sampling with 2 respondents who fell into the inclusion and exclusion criteria. The inclusion criteria in this study were patients with a medical diagnosis of Pneumonia, adult patients with composmentis conditions and cooperative. Exclusion criteria included patients with decreased consciousness, unable to carry out intervention instructions, having uncontrolled levels of severe anxiety and experiencing concentration disorders (cognitive). The instruments used were the KMB nursing care assessment format and also the Spiritual Mindfulness SOP, and used analysis techniques in the form of interviews, observation, documentation and physical examination per body system. **Results:** The study, conducted with two respondents, showed that one patient had practiced spiritual mindfulness exercises well and regularly, thus successfully resolving her anxiety. The other patient only received assisted therapy and did not practice regularly due to her busy schedule, so her anxiety was only partially resolved. Overall, spiritual mindfulness therapy helped pneumonia patients overcome their anxiety, resulting in improvements in their respiratory status. **Conclusion:** The results of this study concluded that spiritual mindfulness interventions helped reduce anxiety and improve patients' respiratory status.

Keywords: Anxiety, Pneumonia, Spiritual Mindfulness, Respiratory Status
Bibliography: 30 (2017-2025)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
KARYA TULIS ILMIAH.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
BIODATA PENULIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR ISTILAH	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Dasar Pneumonia	8
2.1.1 Definisi Pneumonia	8
2.1.2 Anatomi Fisiologi Sistem Pernapasan	8
2.1.3 Etiologi Pneumonia	11
2.1.4 Klasifikasi Pneumonia	12

2.1.5 Patofisiologi	13
2.1.6 Pathway Pneumonia.....	15
2.1.7 Manifestasi Klinis	16
2.1.8 Pemeriksaan Penunjang	18
2.1.9 Penatalaksanaan Medis	19
2.1.10 Komplikasi.....	20
2.2 Konsep Dasar Ansietas	20
2.2.1 Definisi Ansietas	20
2.2.2 Faktor yang mempengaruhi Kecemasan.....	21
2.2.3 Tanda Dan Gejala Ansietas	22
2.2.4 Tingkat Ansietas	22
2.2.5 Patofisiologi Ansietas	23
2.3 Konsep Mindfulness	24
2.4 Terapi Spiritual <i>Mindfulness</i>	25
2.5 Prosedur Spiritual <i>Mindfulness</i>	26
2.6 Konsep Asuhan Keperawatan	28
2.6.1 Pengkajian.....	28
2.6.2 Diagnosa Keperawatan	30
2.6.3 Intervensi Keperawatan	32
2.6.4 Implementasi Keperawatan.....	34
2.6.5 Evaluasi Keperawatan.....	34
BAB 3	35
METODOLOGI PENELITIAN.....	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Populasi Sampel Dan Teknik Sampling	35
3.3 Waktu dan Tempat.....	36
3.4 Fokus Studi	36
3.5 Variabel Penelitian	36
3.6 Batasan Istilah (definisi operasional)	37
3.7 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	37
3.8 Alat Ukur atau Instrumen.....	38
3.9 Prosedur Penelitian.....	39

3.10 Manajemen Data.....	41
3.11 Etika Penelitian.....	41
BAB 4	43
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1 Hasil Penelitian	43
4.1.1 Data Umum Partisipan (Identitas Pasien).....	43
4.1.2 Data Khusus Partisipan	43
4.1.3 Riwayat Kesehatan	43
4.1.4 Genogram	44
4.1.5 Riwayat Psikososial dan Spiritual	45
4.1.6 Pemeriksaan Fisik	46
4.1.7 Klasifikasi Data	50
4.1.8 Analisa Data.....	50
4.1.9 Intervensi Keperawatan	51
4.1.10 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	54
Tabel 4.9 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pasien A.....	54
BAB 5	71
PENUTUP.....	71
5.1 Kesimpulan.....	71
5.2 Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan Pada pasien Pneumonia.....	32
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	37
Tabel 4.1 Data Umum Partisipan	43
Tabel 4.2 Riwayat Kesehatan.....	43
Tabel 4.3 Riwayat Psikososial dan Spiritual.....	45
Tabel 4.4 Keadaan umum dan Tanda-tanda vital.....	46
Tabel 4.5 Hasil pengkajian <i>Body System</i>	47
Tabel 4.6 Klasifikasi Data.....	50
Tabel 4.7 Analisa Data	50
Tabel 4.8 Intervensi Keperawatan.....	51
Tabel 4.9 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan pasien A	54
Tabel 4.10 Implementasi dan Evaluasi Pasien B	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Pneumonia	15
Gambar 4.1 Genogram Pasien A.....	44
Gambar 4.2 Genogram pasien B.....	45

DAFTAR ISTILAH

CO ₂	: Karbon Dioksida
CRT	: Capilar Revil Time
EBP	: <i>Evidence Base Practice</i>
GABA	: <i>Gamma Amonibutyric Acid</i>
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
KMB	: Keperawatan Medikal Beda
MRS	: Masuk Rumah Sakit
O ₂	: Oksigen
OAT	: Obat Anti Tuberculosis
pH	: Keseimbangan asam dan basa
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PPOK	: Penyakit Paru Obstruktis Kronis
RM	: Rekam Medik
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesi
SOP	: Standar Operasional Prosedur
WHO	: Word Health Organization

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Data Awal.....	77
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian	78
Lampiran 3 Surat keterangan selesai penelitian.....	80
Lampiran 4 Permohonan Menjadi Responden.....	80
Lampiran 5 Persetujuan menjadi Responden.....	81
Lampiran 6 Keaslian penelitian	83
Lampiran 8 Undangan Ujian Proposal	86
Lampiran 9 Undangan Ujian KTI.....	87
Lampiran 10 Berita acara ujian Proposal.....	88
Lampiran 11 Daftar hadir ujian Proposal	89
Lampiran 12 Berita acara ujian KTI.....	91
Lampiran 13 Daftar Hadir Ujian KTI.....	92
Lampiran 14 Lembar konsultasi proposal	93
Lampiran 15 Lembar konsultasi KTI	94
Lampiran 16 Standar Operasional Prosedur Spiritual <i>Mindfulness</i>	95
Lampiran 17 Format Asuhan Keperawatan.....	97
Lampiran 18 Dokumentasi (Foto, Poster)	101
Lampiran 19 Surat HKI (Pencatatan Ciptaan).....	102
Lampiran 20 Jurnal Artikel Ilmiah.....	104