

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pneumonia merupakan infeksi pada saluran pernapasan bagian bawah yang dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan, khususnya kondisi udara. Keluhan yang sering muncul pada penderita adalah sesak napas dan batuk (Suartana, 2019). Pneumonia disebabkan oleh mikroorganisme, seperti bakteri, virus, *mycoplasma* dan jamur (Pariama Chintia & Elmas, 2024). Sesak napas yang dialami oleh penderita berkaitan dengan munculnya kecemasan. Kecemasan dapat memicu respon tubuh berupa peningkatan denyut jantung dan frekuensi pernapasan, sehingga rasa sesak dapat semakin berat, ini juga akan mempengaruhi status respirasi pasien dan jika tidak mendapatkan intervensi yang tepat, maka akan menyebabkan komplikasi seperti efusi pleura, gagal napas bahkan kematian. Terapi secara nonfarmakologis dapat menjadi pilihan pendukung dalam keperawatan karena relatif aman, mudah diterapkan serta tidak menyebabkan ketergantungan bagi pasien (Puspitasari et al., 2023).

Berdasarkan data dari WHO (*World Health Organization*), lebih dari 3,8 juta orang pertahun meninggal akibat infeksi Pneumonia dengan 28% kasus berasal dari orang dewasa (Ulum et al., 2023). Kematian akibat Pneumonia dalam periode di setiap tahunnya mencapai 9,2 juta jiwa dan 92% kasus di temukan di benua Asia dan Afrika sebagai penyumbang

kematian paling banyak (Noviantiningtyas et al., 2024).

Menurut data WHO pada tahun 2020 telah terjadi peningkatan kasus kematian akibat Pneumonia sebanyak 450 juta pertahun karena pandemi COVID-19, dan satu tahun setelahnya kasus terus meningkat hingga 510 juta kasus pertahun. Profil Kesehatan menyatakan, pada tahun 2020 terjadi kasus Pneumonia sebanyak 309.838 kasus, 278.261 kasus pada tahun 2021 serta 310.871 kasus pada tahun 2022 (Pratama & Saftarina, 2025). Pada tahun 2023 tercatat 330 kasus Pneumonia dengan 52 kematian, dan pada tahun 2025 di Indonesia mengalami peningkatan kasus sebanyak 1.278 dengan 188 kematian (Alimuddin, 2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, menyebutkan bahwa kasus Pneumonia di Nusa Tenggara Timur menunjukkan bahwa Kabupaten Kupang merupakan salah satu tempat terjadinya kasus Pneumonia terbesar, dan Kabupaten Sumba Tengah dengan total 115 kasus (Taopan et al., 2024). Kasus Pneumonia di salah satu fasilitas kesehatan Kabupaten Sumba Tengah mengalami peningkatan dalam dua tahun terakhir dari tahun 2024 hingga 2025, dengan jumlah kasus pada tahun 2025 mencapai 28 Kasus.

Pneumonia berkembang dari proses inflamasi pada saluran pernapasan yang menyebabkan peningkatan produksi sekret yang menghambat jalan napas, penebalan membran alveolokapiler, dan juga mengalami gangguan pertukaran gas, serta terjadi penurunan saturasi oksigen (WHO, 2025). Perubahan fisiologi yang terjadi akan menimbulkan gejala seperti sesak napas dan gangguan respirasi, dan telah dibuktikan oleh berbagai penelitian bahwa hal tersebut merupakan pemicu atau penyebab utama terjadi kecemasan pada pasien Pneumonia. Kecemasan yang

muncul di fase ini sangat berperan aktif dalam memperparah kondisi pernapasan pasien melalui aktivasi sistem saraf simpatik ditandai dengan peningkatan frekuensi napas, denyut jantung, dan kebutuhan oksigen di dalam jaringan (Christopher M. Worsham et al., 2020).

Penelitian yang telah dilakukan oleh, (Priyantini et al., 2024) menyebutkan bahwa tingkat kecemasan sedang hingga berat yang dialami oleh pasien Pneumonia mengakibatkan gangguan status respirasi, dan perubahan laju pernapasan. Akibat kondisi inilah, maka akan timbul hubungan saling timbal balik antara sesak dan kecemasan, yaitu saat terjadi gangguan respirasi maka akan memperberat kecemasan dan begitu pun saat kecemasan meningkat maka sesak napas akan semakin memburuk.

Beberapa studi yang telah dilakukan, menyebutkan bahwa penerapan intervensi dengan pendekatan *mindfulness* pada pasien Pneumonia dapat mengurangi kecemasan, menstabilkan kembali pernapasan, serta meningkatkan saturasi oksigen. Hal ini terjadi karena adanya mekanisme regulasi napas akibat penurunan stress dari terapi *mindfulness* yang berfokus pada keadaan saat ini (Ayatulloh et al., 2025). Oleh karena itu, berdasarkan penjelasan terkait kejadian Pneumonia yang menunjukkan bahwa ada hubungan timbal balik antara masalah respirasi dan peningkatan kecemasan yang berkaitan dengan memburuknya status pernapasan pasien, sehingga diperlukan intervensi yang dapat mengatasi kedua aspek tersebut secara bersamaan. Kecemasan pada pasien Pneumonia dapat mempengaruhi pola pernapasan dan memicu takipnea akibat respon tubuh. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah melalui terapi spiritual

mindfulness. Terapi ini membantu pasien memusatkan perhatian pada pernapasan, mengendalikan respon emosional, serta menerima kondisi yang sedang dihadapi (Ayatulloh et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh (Pariama Chintia & Elmas, 2024), mendapatkan hasil bahwa pemberian terapi spiritual *mindfulness* menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada pasien Pneumonia yang dibuktikan dengan penurunan pada skor kecemasan serta membawahkan dampak yang positif terhadap laju pernapasan dan juga saturasi oksigen pasien. Keberhasilan dari pemberian terapi melalui spiritual *mindfulness* akan membuat pasien menghindari dan mengurangi sesak napas selama proses penyakit yang sebelumnya akan memperburuk hipoksemia, terapi ini juga membantu pasien untuk mempertahankan saturasi oksigen selama menjalani proses perawatan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi spiritual *mindfulness* dalam memperbaiki status respirasi dan menurunkan kecemasan dalam asuhan keperawatan pada pasien Pneumonia dengan masalah keperawatan ansietas?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penyusunan karya tulis ini adalah untuk menerapkan implementasi spiritual *mindfulness* sebagai terapi yang digunakan untuk memperbaiki status respirasi dan menurunkan kecemasan pada pasien Pneumonia dengan masalah keperawatan ansietas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk melakukan pengkajian keperawatan pada pasien Pneumonia.

2. Untuk menentukan diagnosa keperawatan pada pasien Pneumonia.
3. Untuk menyusun intervensi keperawatan berupa (*Spiritual Mindfulness*) pada pasien Pneumonia dengan masalah keperawatan Ansietas.
4. Untuk melakukan implementasi keperawatan berupa *Spiritual Mindfulness* dalam memperbaiki status respirasi dan menurunkan kecemasan pada pasien Pneumonia dengan masalah keperawatan Ansietas.
5. Untuk melakukan evaluasi dan dokumentasi asuhan keperawatan pada pasien Pneumonia setelah diberikan intervensi *Spiritual Mindfulness* dengan masalah Ansietas.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini memberikan gambaran tentang keberhasilan terapi spiritual *mindfulness* untuk menurunkan masalah ansietas yang dialami oleh pasien Pneumonia dengan berbasis *Evidence Based Practice* (EBP).

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pasien

Mengalami peningkatan kesehatan khususnya dalam pencegahan Pneumonia dan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam mengambil tindakan yang efektif dalam mengatasi masalah Pneumonia.

2. Bagi kampus

Menambah keluasan ilmu berdasarkan hasil penelitian yang berkualitas, berhubungan dengan pengembangan kurikulum berdasarkan hasil evaluasi penelitian dan juga dapat meningkatkan publikasi ilmiah yang berdampak positif

pada kualitas publikasi karya hasil penelitian.

3. Bagi Penulis

Mengembangkan dan meningkatkan kemampuan dalam merumuskan serta menyusun intervensi untuk menyelesaikan masalah, melakukan studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus, merancang metodologi penelitian, mengumpulkan dan menganalisis data terkait kasus Pneumonia. Dan melalui proses penelitian ini penulis dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan analisis terkait kasus yang diteliti.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti (Tahun)	Judul Penelitian	Variabel penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
(Puspitasari et al., 2023)	Spiritual <i>Mindfulness</i> berbasis <i>Adaptation Theory</i> terhadap Kecemasan dan Vital Sign pada pasien Pneumonia	Variabel bebas: Uji Pengaruh Intervensi terhadap Intensitas Nyeri, Uji Pengaruh Intervensi Terhadap Kecemasan dan Vital Sign	Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian <i>quasi-experiment (pre-post test with control group design)</i> untuk menganalisis pengaruh spiritual <i>mindfulness</i> berbasis teori adaptasi terhadap penurunan kecemasan dan vital sign pasien.	Berdasarkan hasil penelitian spiritual <i>mindfulness</i> berbasis <i>adaptation theory</i> menunjukkan menurunkan tingkat kecemasan pada pasien Pneumonia, ditunjukkan dengan skor kecemasan menunjukkan penurunan menjadi lebih baik.
(Priyantini et al., 2024)	Spiritual <i>Mindfulness</i> Effect On Anxiety, Respiratory Rate And Oxygen Saturation In Pneumonia Patients	Variabel bebas: Distribusi frekuensi pernapasan dan variabel saturasi oksigen sebelum dan sesudah intervensi (laju pernapasan dan saturasi oksigen), Tes efek intervensi	Studi ini dilakukan dengan menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan kuasi-eksperimental (tes pra-pasca dengan desain kelompok kontrol) untuk menganalisis efek	Hasil dari penelitian ini menyampaikan bahwa <i>mindfulness</i> spiritual menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada pasien

pada kecemasan, laju pernapasan dan saturasi oksigen(Laju pernapasan sebelum dan sesudah, Saturasi sebelum dan sesudah, Kecemasan pra dan posttest)

perhatian spiritual pada pengurangan kecemasan, laju pernapasan dan saturasi oksigen pada pasien pneumonia

Pneumonia, yang ditunjukkan dengan skor kecemasan yang mengalami penurunan, selain itu juga spiritual mindfulness memberikan dampak positif terhadap laju pernapasan dan saturasi oksigen.

(Ayatulloh et al., 2024)	Spiritual <i>Mindfulness</i> Combination With Self-Regulation On The Effect To Vital Sign And Anxiety Reduction Among Pneumonia Survivors	Variabel bebas: pemberian intervensi spiritual <i>mindfulness</i> dikombinasikan dengan self-regulation diberikan melalui tindakan langsung disertai buku panduan dan audio untuk membantu pasien dalam melakukan senam dan membuat pasien lebih rileks.	Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian kuantitatif eksperimental menggunakan desain kelompok kontrol sebelum dan pos antara Agustus-Oktober 2024 di rumah sakit regional di Kabupaten Gresik, Jawa Timur, Indonesia	Kombinasi <i>mindfulness</i> spiritual dengan regulasi diri memiliki efek terhadap tanda vital termasuk tekanan darah, laju respirasi, denyut nadi, saturasi oksigen dan kecemasan pasien dengan Pneumonia. Pengukuran menunjukkan perubahan atau penurunan terbaik pada kelompok intervensi, sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan banyak perbedaan.
--------------------------	---	--	---	--