

Lampiran 1

LAMPIRAN
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Desain penelitian	Sampel dan teknik sampling	Variabel	Instrumen	Analisis	Hasil dan kesimpulan
1	Penerapan fisioterapi dada dan batuk efektif untuk mengatasi ketidakefektifan jalan napas pada pasien tuberculosis paru	Desain studi kasus	Subyek yang digunakan 1 orang pasien TB paru	Implementasi fisioterapi dada dan batuk efektif untuk mengatasi ketidakefektifan jalan napas pada pasien tuberculosis	Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi	Menggunakan analisis deskriptif	Identifikasi data sesak sebelum dilakukan fisioterapi dada dan batuk efektif didapatkan bahwa skala derajat sesak 4 (sesak kadang berat) dengan rr 28x/menit dan hasil penerapan fisioterapi dada dan batuk efektif yang dilakukan selama 3 hari. Didapatkan bahwa skala derajat sesak 2(sesak ringan) dengan RR 23x/menit. Fisioterapi dada dan batuk efektif dapat meningkatkan bersihan jalan napas tidak efektif.
2	Penerapan teknik batuk efektif untuk mengatasi masalah keperawatan bersihan jalan naps tidak efektif pada pasien tuberculosis paru	Desan studi kasus	Subyek yang digunakan 1 orang pasien TB paru	Penerapan teknik batuk efektif untuk mengatasi masalah keperawatan bersihan jalan napas tidak efektif pada pasien TB paru	Menggunakan SOP, informed consent, dan lembar observasi yang berisi tentang pengeluaran sputum <i>respiratory rate (RR)</i>	Analisi deskriptif	Penerapan menunjukan bahwa setelah dilakukan penerapan teknik batuk efektif selama 1 hari pasien menunjukan bahwa pasien dapat mengeluarkan sputum, frekuensi pernapasan menurun menjadi 20x/menit, namun masih terdapat suara napas ronkhi. Peneapan teknik batuk efektif pasien dapat mengeluarkan sputum, frekuensi pernapasan menurun pada pasien TB paru. Bagi keluarga pasien TB paru dengan bersihan jalan napas tidak efektif hendaknya dapat melakukan batuk efektif secara mandiri untuk membantu

							mengeluarkan dahak paa pasien TB paru.
--	--	--	--	--	--	--	--

Perbedaan penelitian yang saya lakukan dengan para peneliti terdahulu adalah dimana saya melakukan penelitian di Kabupaten Sumba Timur tepatnya di Kelurahan Temu Puskesmas kanatang dalam hal meneliti “Penerapan Latihan Napas Dalam dan Teknik Batuk Efektif Pada Pasien Tuberculosis Paru”.

Lampiran 2

**SOP (Standart operasional prosedur)
Teknik Relaksasi Napas Dalam**

	<p>Standar Operasional Prosedur Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam</p>
<p>Pengertian</p>	<p>Latihan relaksasi napas dalam adalah teknik pernapasan yang digunakan untuk merilekskan tubuh dan pikiran.</p>
<p>Tujuan</p>	<p>Untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan dengan fokus pada pernapasan yang dalam dan terkendali</p>
<p>Kebijakan</p>	<p>Dilakukan pada klien dengan kesulitan mengeluarkan dahak.</p>
<p>Pelaksanaan</p>	<p>PRA INTERAKSI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membaca status klien 2. Sediakan tempat yang tenang dan nyaman 3. Monitor frekuensi, irama, dan kedalaman napas 4. Mencuci tangan dengan 6 langkah <p>INTERAKSI</p> <p>Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Salam : Memberi salam sesuai waktu 2. Memperkenalkan diri. 3. Validasi kondisi klien saat ini. Menanyakan kondisi klien dan kesiapan klien untuk melakukan kegiatan sesuai kontrak sebelumnya 4. Menjaga privasi klien 5. Kontrak. Menyampaikan tujuan dan menyepakati waktu dan tempat dilakukannya kegiatan <p>KERJA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan kesempatan kepada pasien untuk bertanya bila ada sesuatu yang kurang dipahami/ jelas 2. Posisikan pasien nyaman dan rileks 3. Anjurkan memosisikan satu tangan di dada dan satu tangan di perut 4. Anjurkan menarik napas melalui hidung selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik, kemudian menghembuskan napas dari mulut dengan bibir dibulatkan (mencucu) selama 8 detik 5. Pastikan didnding dada mengembang saat inspirasi 6. Anjurkan mengulangi latihan napas sebanyak 5-10 kali <p>TERMINASI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi hasil: kemampuan pasien untuk melakukan teknik ini 2. Memberikan kesempatan pada klien untuk memberikan umpan balik dari terapi yang dilakukan. 3. Tindak lanjut: menjadwalkan latihan teknik relaksasi napas dalam 4. Kontrak: topik, waktu, tempat untuk kegiatan selanjutnya <p>DOKUMENTASI</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencatat waktu pelaksanaan tindakan 2. Mencatat perasaan dan respon pasien setelah diberikan tindakan

Sumber	Tim Pokja Pedoman SPO DPP PPNI. 2021. <i>Pedoman Standar Prosedur Operasional</i> . Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia
---------------	--

Lampiran 3

SOP LATIHAN BATUK EFEKTIF

	<p style="text-align: center;">Standar Operasional Batuk Efektif</p>
<p>Pengertian</p>	<p>Suatu metode batuk dengan benar, dimana klien dapat menghemat energi sehingga tidak mudah lelah mengeluarkan dahak secara maksimal.</p>
<p>Tujuan</p>	<p>Bersihkan jalan napas meningkat, pertukaran gas meningkat, peningkatan pemulihan pasca bedah dan status neurologis membaik.</p>
<p>Kebijakan</p>	<p>Dilakukan pada klien dengan kesulitan mengeluarkan dahak.</p>
<p>Pelaksanaan</p>	<p>A. Tahap preinteraksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa menyiapkan diri 2. Cek catatan perawatan dan catatan medis klien 3. Cuci tangan 4. Menyiapkan alat dan bahan : <ol style="list-style-type: none"> a. Sarung tangan bersih, <i>jika perlu</i> b. Tisu c. Bengkok dengan cairan desinfektan d. Suplai oksigen, <i>jika perlu</i> e. Pengalas atau <i>underpad</i> <p>B. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beri salam, perkenalkan diri 2. Tanyakan nama pasien, alamat dan tanggal lahir (cocokkan dengan gelang identitas) 3. Jelaskan prosedur tindakan yang akan dilakukan: tujuan, cara, waktu 4. Tanyakan keluhan klien sebelum melakukan tindakan 5. Beri kesempatan klien untuk bertanya sebelum kegiatan dimulai 6. Menanyakan persetujuan klien 7. Menutup sampiran/jaga privacy pasien <p>C. Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memakasi sarung tangan, <i>jika perlu</i> 2. Identifikasi kemampuan batuk 3. Atur posisi semi fowler dan fowler 4. Anjurkan menarik napas melalui hidung selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik, kemudian menghembuskan napas dari mulut dengan bibir dibulatkan (mencucu) selama 8 detik 5. Anjurkan mengulangi Tindakan menarik napas dan menghembuskan selama 3 kali 6. Anjurkan batuk dengan kuat langsung setelah Tarik napas dalam yang ke-3 7. Kolaborasi pemberian mukolitik dan ekspektoran, <i>jika perlu</i> <p>D. Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rapikan klien dan alat 2. Mencuci tangan 3. Beri reinforcement positif kepada klien

	<p>4. Kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya</p> <p>E. Dokumentasi</p> <p>Dokumentasikan hasil pemeriksaan dengan tepat:</p> <p><input type="checkbox"/> Respon klien</p> <p><input type="checkbox"/> Tanggal dan waktu pelaksanaan</p>
Sumber	<p>Tim Pokja Pedoman SPO DPP PPNI. 2021. <i>Pedoman Standar Prosedur Operasional</i>. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia</p>

Lampiran 4

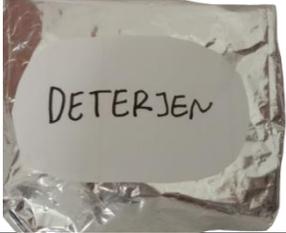
SOP LATIHAN NAPAS DALAM DAN BATUK EFEKTIF

	<p>Standar Operasional Latihan Napas Dalam dan Batuk Efektif</p>
<p>Pengertian</p>	<p>Latihan napas dalam dan batuk efektif adalah teknik pernapasan yang digunakan untuk meningkatkan kapasitas paru-paru dan membersihkan saluran napas. Dengan mengambil napas dalam-dalam melalui hidung dan membuangnya perlahan-lahan melalui mulut, latihan napas dalam membantu mengisi paru-paru dengan lebih banyak oksigen.</p>
<p>Tujuan</p>	<p>Tujuan dari latihan napas dalam dan batuk efektif adalah untuk meningkatkan kapasitas paru-paru, membersihkan saluran pernapasan, dan mempromosikan kesehatan pernapasan secara keseluruhan.</p>
<p>Kebijakan</p>	<p>Dilakukan pada klien dengan kesulitan mengeluarkan dahak.</p>
<p>Pelaksanaan</p>	<p>A. Tahap preinteraksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa menyiapkan diri 2. Cek catatan perawatan dan catatan medis klien 3. Cuci tangan 4. Menyiapkan alat dan bahan : <ol style="list-style-type: none"> a. Sarung tangan bersih, <i>jika perlu</i> b. Tisu c. Bengkok dengan cairan desinfektan d. Suplai oksigen, <i>jika perlu</i> e. Pengalas atau <i>underpad</i> <p>B. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beri salam, perkenalkan diri 2. Tanyakan nama pasien, alamat dan tanggal lahir (cocokkan dengan gelang identitas) 3. Jelaskan prosedur tindakan yang akan dilakukan: tujuan, cara, waktu 4. Tanyakan keluhan klien sebelum melakukan tindakan 5. Beri kesempatan klien untuk bertanya sebelum kegiatan dimulai 6. Menanyakan persetujuan klien 7. Menutup sampiran/jaga privacy pasien <p>C. Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memakasi sarung tangan, <i>jika perlu</i> 2. Identifikasi kemampuan batuk 3. Atur posisi semi fowler dan fowler 4. Anjurkan menarik napas melalui hidung selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik, kemudian menghembuskan napas dari mulut dengan bibir dibulatkan (mencucu) selama 8 detik 5. Anjurkan mengulangi Tindakan menarik napas dan hembuskan selama 3 kali 6. Anjurkan batuk dengan kuat langsung setelah Tarik napas dalam yang ke-3 7. Kolaborasi pemberian mukolitik dan ekspektoran, <i>jika perlu</i> <p>D. Tahap Terminasi</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rapikan klien dan alat 2. Mencuci tangan 3. Beritahu klien bahwa prosedur tindakan telah selesai dilakukan 3. Beri reinforcement positif kepada klien 4. Kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya <p>E. Dokumentasi</p> <p>Dokumentasikan hasil pemeriksaan dengan tepat:</p> <p><input type="checkbox"/> Respon klien</p> <p><input type="checkbox"/> Tanggal dan waktu pelaksanaan</p>
Sumber	Tim Pokja Pedoman SPO DPP PPNI. 2021. <i>Pedoman Standar Prosedur Operasional</i> . Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Lampiran 5

**INSTRUKSI KERJA PEMBUATAN POT PENAMPUNG DAHAK
DAN DISENFECTAN SEDERHANA**

	<p style="text-align: center;">Pemuatan pot penampung dahak dan disinfektan sederhana</p>	<p style="text-align: center;">Keterangan dan Gambar</p>
<p>Pengertian</p>	<p>Pot penampung dahak dan disinfektan sederhana adalah alat atau wadah yang digunakan untuk mengumpulkan dahak yang dihasilkan oleh seseorang ketika mereka batuk atau bersin, serta disinfektan sederhana adalah cairan atau zat yang digunakan untuk membersihkan atau membunuh mikroorganisme seperti bakteri atau virus pada alat kesehatan atau permukaan. Kedua komponen ini digunakan untuk mengendalikan penyebaran infeksi.</p>	<div style="text-align: center;">   </div>
<p>Tujuan</p>	<p>Pot penampung dahak digunakan untuk mengurangi penyebaran bakteri Mycobacterium tuberculosis yang terkandung dalam dahak penderita TB. Dengan menggunakan pot penampung dahak yang tertutup, dahak yang mengandung bakteri TB dapat diisolasi secara efektif, mengurangi risiko penularan kepada orang lain.</p>	<p>Pot Sputum:</p> <div style="text-align: center;">   </div> <p style="text-align: right;">Pot penampung dahak sederhana mudah dijangkau:</p> <p>yang</p>
<p>Pelaksanaan</p>	<p>Berikut adalah langkah-langkah untuk membuatnya:</p>	

Bahan yang di butuhkan:

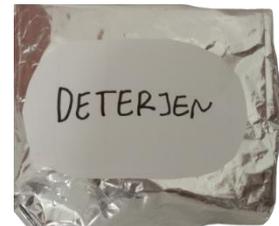
1. Ember plastik bekas dengan penutup yang rapat.
2. Cairan disinfektan sederhana (bisa dibuat dari deterjen dan air).
3. Pisau/gunting dan tali.
4. Penanda permanen pada pot.(spidol)
5. Masker dan sarung tangan untuk keamanan.

Langkah-langkah:

1. **Siapkan ember plastik:** Ambil ember plastik bekas dan pastikan sudah bersih. Pastikan juga penutupnya masih berfungsi dengan baik.
2. **Pegangan pada penutup:** Lubangi bagian tengah penutup, lalu gunting tali sesuai ukuran kebutuhan untuk pegangan.
3. **Tandai level cairan:** Dengan menggunakan penanda permanen, tandai level cairan yang sesuai pada ember. Level ini harus cukup rendah sehingga ember tidak terlalu penuh dan dapat ditutup dengan rapat.
4. **Persiapkan cairan disinfektan sederhana:** Anda dapat membuat cairan disinfektan sederhana dengan mencampurkan deterjen (bukan sabun) dengan air bersih. Pastikan perbandingan campuran sesuai dengan petunjuk pada label produk deterjen.
5. **Isi ember dengan Cairan:** Tuangkan campuran deterjen dan air ke dalam ember plastik hingga mencapai level yang telah Anda tandai sebelumnya. Pastikan tidak mengisi terlalu penuh agar masih ada ruang untuk dahak.
6. **Tutup ember dengan rapat:** Pasang penutup ember plastik dengan rapat untuk mencegah cairan dan dahak bocor atau menguap.
7. **Label dan tandai Pot:** Untuk memastikan bahwa pot penampung dahak Anda tidak disalahgunakan, label botol dengan jelas sebagai "Pot Penampung Dahak" dan tambahkan instruksi penggunaan yang sesuai.
8. **Tempatkan Pot Penampung Dahak:** Tempatkan pot penampung dahak ini di dekat pasien yang memerlukan, terutama jika mereka sedang batuk. Pastikan tempat penyimpanan pot penampung dahak ini selalu higienis dan terjaga kebersihannya.



Pot penampung dahak



Untuk cairan disinfektan



Untuk pegangan pada penutup pot penampung dahak



Penanda pada pot agar tidak disalahgunakan

9. **Bersihkan dan Sterilkan Secara Berkala:** Pastikan Anda secara berkala membersihkan dan mengganti cairan disinfektan dalam pot penampung dahak, serta mencuci ember plastik dengan cermat untuk menjaga kebersihannya.



Contoh pot penampung dahak yang sudah di sediakan tali pegangan



LEAFLET

KEMENTERIAN KESEHATAN INDONESIA

TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM DAN BATUK EFEKTIF

TUJUAN

- 1 Membebaskan jalan napas dari hambatan dahak
- 2 Mengeluarkan dahak untuk pemeriksaan laboratorium
- 3 Mengurangi sesak akibat penumpukan dahak
- 4 Mengurangi sesak akibat penumpukan dahak
- 5 Memudahkan distribusi udara saat bernapas

Prosedur Teknik Relaksasi Napas Dalam Dan Batuk Efektif

- ✚ Atur posisi duduk dengan kemiringan 30° - 90°
- ✚ Tarik napas dalam sebanyak 3-4 kali
- ✚ Pada saat tarikan napas dalam yang terakhir napas ditahan 1-2 detik
- ✚ Atur posisi duduk dengan kemiringan 30° - 90°
- ✚ Batuk sekuat tenaga setelah tarikan napas dalam yang terakhir
- ✚ Lakukan berulang kali sesuai kebutuhan



Alat danggu bahan dapa wengu

Alat dan bahan yang digunakan

Pa podah wengu lima

Sapu tangan /tissue (untuk membersihkan mulut setelah batuk)



Pandang weng maranga

Tempat penampung dahak



Habu pa baha wengu

Disinfektan sederhana dari deterjen



Cara wolu na pa towengu maranga

Cara membuat pot penampung dahak

- Siapp bi ember nappa hala pa baha
1. Siapkan ember plastik cat dan penutupnya yang sudah dibersihkan



2. Lubangi bagian tengah penutup ember

Kadipung leku se'suai nappa mbutum, ka piku ketang weng

3. Potong tali sesuai kebutuhan untuk sebagai pegangan pada penutup pot penampung dahak



Patand'anya nappa tong weng maranga, ambu da njala wenya

4. Kemudian, tandai pot penampung dahak agar tidak salah digunakan



Cara wolu ya na habu baha

Cara Membuat Disinfektan Sederhana

Tonya par'dua wai la pa towengu maranga

- Pertama, tuangkan 1/2 air kedalam pot penampung dahak



Papohu'nya na habu danggu na wai

- Campurkan deterjen dengan air



Patanga'nya na patowengu maranga danggu siapp pawenya

- Tutup pot penampung dahak dan siapp untuk digunakan



POSTER



Teknik Relaksasi Napas Dalam dan Batuk Efektif



Ca'ra Palaku Ya Na Kayeku Manjaling Dangu Tanggi Pahamung

Cara Melakukan Relaksasi Napas Dalam Dan Batuk Efektif

- 1 Pina Pahamunya Na Ca'ra Mandapu**
Atur posisi duduk dengan cara setengah duduk
- 2 Kayeku Padangu Pandailung-Pambatu Wundang**
Tarik napas dalam sebanyak 3-4 kali
- 3 Ba Kayeku Manjaling Pa'tu Ya Na Kayeku Malamiri Hau-Dam'bu Detik**
Pada saat tarikan napas dalam yang terakhir, napas di tahan 1-2 detik
- 4 Tanggi Palangatakanya, Ba hala Na Kayeku Malamiri**
Batuk sekuat tenaga setelah tarikan napas dalam yang terakhir
- 5 Palaku Padanya Sese'ai Napa Mbutum**
Lakukan berulang kali sesuai kebutuhan

