

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
TUBERCULOSIS PARU DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN
POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU

*Karya Tulis Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan Di Ptogram Studi Keperawatan Waingapu*



MIRANTHY RADANDIMA
NIM : PO5303203211187

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI KEPERAWATAN WAINGAPU
TAHUN 2024

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
TUBERCULOSIS PARU DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN
POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU**

*Karya Tulis Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan Di Program Studi Keperawatan Waingapu*

OLEH:

MIRANTHY RADANDIMA

PO.5303203211187

Telah Disetujui Dan Di Ujikan Di Hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah Politeknik
Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatanwaingapu

Pada Tanggal 7 Mei 2024

PEMBIMBING



Umu Nggiku Njakatara S. Kep, Ns, M, Kep.

NIP. 19800531 200501 1 010

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara S. Kep, Ns, M. Kes.

NIP. 19670210 198903 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
TUBERCULOSIS PARU DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN
POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU**

DI SUSUN OLEH

MIRANTHY RADANDIMA

PO`5303203211187

Telah Diuji Dan Dipertahankan Di Hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal 7 Mei 2024

PENGUJI I



Martha Meti Kody, S.Kep, Ns, M.Kep.
NIP.19661015 198903 2 001

PENGUJI II



Umu Nggiku Njakatara S. Kep, Ns, M, Kep.
NIP.19800531 200501 1 010

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara, S. Kep.Ns., M. Kes

NIP. 19670210 198903 2 001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah Ini Adalah Hasil Saya Sendiri Dan Tidak Dapat Karya Yang Pernah Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Kesarjanaan Disuatu Perguruan Tinggi. Semua Sumber Dan Referensi Baik Yang Dikutip Atau Dirujuk Telah Dinyatakan Dengan Benar.

Nama : Miranthy Radandima

Nim : PO5303203211187

Tanda Tangan :



Miranthy Radandima

BIODATA PENULIS

Nama : Miranthy Radandima
Tempat Tanggal Lahir : Waingapu, 22 Oktober 2003
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Jl. S parman Lambanapu
Riwayat Pendidikan :

1. Tamat SD Katolik Praikundu 2015
2. Tamat SMP Negeri 1 Kambera 2018
3. Tamat SMA Negeri 1 Kambera 2021
4. Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu 2021 Sampai Sekarang

Motto :

Keberhasilan Bukan Milik Orang Pintar.

Keberhasilan Milik Mereka Yang Terus Berusaha

(- B. J. Habibie)

KATA PENGANTAR

Puji Dan Syukur Penulis Panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa Karena Atas Berkat Dan Rahmat-Nya Penulis Dapat Menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Ini Sesuai Harapan Dengan Judul “Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Tuberculosis Paru Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu”.

Penulis Mengucapkan Terima Kasih Se Besar-Besarnya Kepada Bapak Umbu Nggiku Njakatara S.Kep.,Ns.,M.Kep. Sebagai Dosen Pembimbing Yang Telah Mendampingi Dan Memberikan Arahan Sehingga karya Tulis Ilmiah Ini Dapat Diselesaikan. Penulis Menyadari Bahwa Dalam Penyusunan Karya Tulis Ini Juga Banyak Mendapat Bantuan Dari Berbagai Pihak, Oleh Karena Itu Ijinkan Penulis Mengucapkan Terima Kasih Kepada:

1. Bapak H. Irfan, SKM., MKes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menempuh 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 mengikuti perkuliahan di Prodi Keperawatan Waingapu.

3. Kedua orangtua yang paling berjasa dalam hidup saya bapak Hendrik Huki Radandima dan mama Maria Windi serta adik saya tercinta Gylang Radandima, terimakasih atas kepercayaan yang telah diberikan kepada saya , serta cinta, doa , motivasi, semangat dan nasihat yang tidak ada hentinya diberikan kepada saya dalam penyusunan proposal ini.
4. Kepada sahabat terbaik saya (GDC) Rambu Felyn Tamu Apu, Rambu Kanora Atahuma, Natalia Yohana Lay, Veronika Erni Waja, Kresentia Hamu Meha dan Elen Wori Hana yang banyak berpartisipasi di dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini dan memberikan semangat yang paling berharga sampai terselesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan bantuan moral maupun material kepada Penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis memohon maaf jika terdapat kesalahan dan kekurangan dalam laporan ini semoga laporan yang saya buat bermanfaat dan penulis juga mengharapkan masukan untuk kesempurnaan karya Tulis Ilmiah ini. Demikian yang dapat penulis sampaikan saya ucapkan terima kasih.

Waingapu, September 2023

Penulis

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI
Poltekes Kemenkes Kupang
Program Studi Keperawatan
Waingapu Karya Tulis
Ilmiah

MIRANTHY RADANDIMA

“PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU”

Pendahuluan: TBC merupakan salah satu penyakit menular yang disebabkan oleh kuman *Mycobacterium tuberculosis*. Sumber penularan penyakit infeksi tersebut adalah melalui udara (airborne disease). **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan metode deskriptif. Teknik pengambilan sample yang digunakan adalah *purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah SOP Teknik Relaksasi Napas Dalam, dan Lembar Observasi. **Hasil:** Berdasarkan hasil analisa data pada klien diperoleh diagnosa gangguan pola tidur ditandai dengan adanya keluhan batuk, sesak napas, nyeri dada dan otot serta keringat pada malam hari. Setelah diberikan tindakan keperawatan selama 3 hari gangguan pola tidur teratasi yang ditandai dengan keluhan batuk berkurang, sesak napas menurun, nyeri dada dan otot berkurang. Penelitian ini menunjukkan efektifitas terapi relaksasi napas dalam dengan mengatasi gangguan pola tidur.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis menyimpulkan bahwa intervensi penerapan terapi relaksasi napas dalam pada pasien tuberculosis paru dengan masalah gangguan pola tidur dapat mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan efektifitas terapi berobat.

Kata Kunci: Tuberculosis Paru, Terapi Relaksasi Napas Dalam, Gangguan Pola Tidur

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iiiiv
BIODATA PENULIS	ivi
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR ISTILAH.....	xiii
BAB 1 Pendahuluan.....	2
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB 2 Tinjauan Teori.....	8
2.1 Konsep Tuberculosis.....	8
2.2 Konsep Tidur	21
2.3 Konsep Gangguan Pola Tidur	34
2.4. Konsep Terapi relaksasi napas dalam.....	37
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan	39
BAB 3 Metode Penelitian	56
3.1 Rancangan Studi Kasus	56
3.2 Subjek Studi Kasus	56
3.3 Fokus Studi Kasus.....	57
3.4 Definisi operasional	59
3.5 Instrumen Laporan Kasus.....	59
3.6 Metode Pengumpulan Data	60

3.7	Teknik Pengumpulan Data	60
3.8	Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	63
3.6	Lokasi Dan Waktu	64
3.8	Analisa Data.....	64
3.9	Penyajian Data	66
3.10	Etika Penelitian	66
3.11	Jadwal kegiatan.....	68
BAB 4 Hasil dan Pembahasan.....		72
4.1	Hasil Penelitian.....	72
4.2	Pembahasan	95
BAB 5 Penutup.....		108
5.1	Kesimpulan.....	108
5.2	Saran.....	109

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan Pada Pasien Tuberculosis Paru

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Pengkajian Pasien Tuberculosis Paru

Tabel 4.2 Klasifikasi Data Pasien Tuberculosis Paru

Tabel 4.3 Analisa Data

Tabel 4.4 Diagnosa Keperawatan

Tabel 4.5 Intervensi Keperawatan

Tabel 4.6 Implementasi Keperawatan

Tabel 4.7 Evaluasi Keperawatan

DAFTAR ISTILAH

WHO	: Helath Organization World
SDKI	: Standar diagnose keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar intervensi keperawatan Indonesia
SOP	: Standar Operasional Prosedur
UNICEF	: <i>United Nations Children's Fund</i>
BPS	: Badan Pusat Statistik
Akumulasi	: Penumpukan
Sekret	: Dahak
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
Laring	: Bagian dari sistem pernapasan yang terhubung ketenggorokan
Trakea	: Tenggorokan
Bronkiolus	: Saluran udara yang menghubungkan bronkus dan alveolus
Vesikuler	: Suara napas normal
Frekuensi	: Jumlah
Konsistensi	: Bentuk
Ekspektorasi	: Pengeluaran dahak
Mukolitik	: Mengecerkan dahak

Antiinflamasi : Anti radang

Kombinasi : Campuran

Akut : Baru

Rochi : Suara napas tambahan yang terdengar seperti mendengkur

Intensitas : Kualitas

Infeksi : Penyakit yang d disebabkan oleh mikroorganisme

Bakteri : Kelompok organisme yang tidak memiliki membran inti sel

Virus : Patogen/kuman kecil

Kronis : Lama

Hipotalamus : Kelenjar pengontrol sistem hormon

Mikroorganisme: Makhluk hidup berukuran kecil yang tak kasat mata

Makrofag : Sel fagosit terpenting dalam sistem imun

Abdomen : Perut

Retraksi : Kondisi di mana saat bernapas memerlukan bantuan otot-otot pernapasan

Taktil frimitus : Penilaian proses patologis paru

Takipnea : Pernapasan cepat

Sitokin : Protein yang di hasilkan sel sebagai respon imun

Progstaglandin: Senyawa yang di hasilkan sebagai respon imun

Nyeri : Suatu ketidaknyamanan/rasa sakit .

Perkusi : Pemeriksaan yang dilakukan dengan cara mengetuk

Difusi : Perpindahan

Dispnea : Sesak napas

Sistematis : Teratur

Anoreksia : Gangguan makan

Imunologi : Sistem kekebalan tubuh

Ventilasi : Pergerakan udara masuk dan keluar

Imunosupresi : Penurunan sistem kekebalan tubuh

Predisposisi : Faktor dari diri seseorang

Distensi : Penumpukan

Hiperaktif : Sangat aktif

Bising usus : Suara yang di hasilkan dari kontraksi otot pada dinding usus.

Tugor kulit : Tekanan yang mendorong membran sel terhadap dinding sel

Myalgia : Nyeri otot

Atralgia : Nyeri sandi

Takikardia : Detak jantung cepat

Takipneu : Pernapasan cepat

Hipertermi	: Suhu tubuh di atas rentan normal
Breathing	: Pernapasan
Inspeksi	: Pemeriksaan dengan cara melihat
Palpasi	: Pemeriksaan dengan cara merabah
Auskultasi	: Pemeriksaan dengan cara mendengar
Blood	: Sirkulasi darah
Brain	: Otak
Bladder	: Kandung kemih
Bowel	: Saluran pencernaan
Bone	: Tulang
Outcome	: Dampak, manfaat, hasil dari sebuah kegiatan
Eksplorasi	: Tindakan mencari tahu dengan tujuan menentukan sesuatu
WOD	: Wawancara, Observasi dan Dokumentasi
OAT	: Obat Anti Tuberculosis

LAMPIRAN

Lampiran 1 Keaslian Penelitian

Lampiran 2 SOP dan Panduan Pelaksanaan Terapi Relaksasi Napas Dalam

Lampiran 3 Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5 Permohonan Pengambilan Data Awal

Lampiran 6 Permohonan Ijin Penelitian

Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 8 Surat Keterangan Selesai Penelitian

Lampiran 9 Undangan Ujian Proposal

Lampiran 10 Berita Acara Ujian Proposal

Lampiran 11 Daftar hadir Ujian Proposal

Lampiran 12 Undangan Ujian KTI

Lampiran 13 Berita Acara Ujian KTI

Lampiran 14 Daftar hadir Ujian KTI

Lampiran 15 Lembar Konsultasi Proposal

Lampiran 16 Lembar Konsultasi Revisi Proposal

Lampiran 17 Lembar Konsultasi KTI

Lampiran 18 Lembar Konsultasi Revisi KTI

Lampiran 19 Format Asuhan Keperawatan KMB

Lampiran 20 Dokumentasi