

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
PPOK DENGAN KECEMASAN DI RUANG INTERNA RSUD
WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024



OLEH
FERDINANDUS KALEKA BILI
NIM :5303212210292

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
TAHUN 2024

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
PPOK DENGAN KECEMASAN DI RUANG INTERNA RSUD
WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024



OLEH
FERDINANDUS KALEKA BILI
NIM :5303212210292

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
TAHUN 2024

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
PPOK DENGAN KECEMASAN DIRUANG INTERNA RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024

Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

OLEH



FERDINANDUS KALEKA BILI
NIM: 5303212210292

Telah disetujui untuk diujikan di depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal 21 Juni 2024

Pembimbing



ULY AGUSTINE, S. Kp., M. Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak



ULY AGUSTINE, S. Kp., M. Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM PADA PASIEN
PPOK DENGAN KECEMASAN DIRUANG INTERNA RUMAH SAKIT
UMUM DAERAH WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT
TAHUN 2024

Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

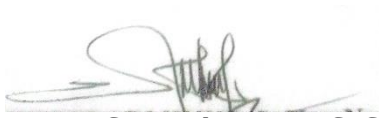
OLEH



FERDINANDUS KALEKA BILI
NIM:PO5303212210292

Telah Diuji Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal 21 Juni 2024

Penguji I



PETRUS BELARMINUS, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIP. 19680911 198902 1 004

Penguji II



ULY AGUSTINE, S.Kp.,M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak



ULY AGUSTINE, S. Kp., M. Kep
NIP. 19750810 200112 2 001

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ferdinandus Kaleka Bili

Nim : PO5303212210292

Email : uverka86@gmail.com

Program studi : Keperawatan aikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Waikabubak, 21 Juni 2024

Pembuat Pernyataan



FERDINANDUS KALEKA BILI

NIM:PO5303212210292

BIODATA PENULIS

Nama : Ferdinandus Kaleka Bili
Nim : PO5303212210292
Tempat/Tanggal Lahir : Gollu Kadamo, 2 Februari 2002
Alamat : Loko Saba
Riwayat Pendidikan :
1. SD Negeri Puu Weri (2015)
2. SMP Negeri 2 Loli (2018)
3. SMA Kristen Wee Karou (2021)

MOTTO

"JANGAN HANYA BERMIMPI, WUJUDKAN"

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua Orang Tua tercinta Bapak Kuri Bili & Ibu Dorkas Rambu Emu telah banyak memberikan doa, suport, semangat dan cinta yang tulus serta istri dan anak (Ananda Tirsa Elu Agha) dan (Friskya Dhefaira Nhatalia L.Kaleka) yang selalu memberikan motivasi untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga ilmu yang didapatkan dapat bermanfaat bagi semua.
2. Teruntuk keluarga yang lain (Kakek, Nenek, Paman dan Tante, serta Sepupu) yang selalu memberikan semangat serta dukungan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Teruntuk sahabat (Manase, Desri, Uver, Deberlian dan Feby) yang membantu dan memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
4. Teman-teman seperjuangan angkatan 2021 terutama kelas III B yang telah menemani peneliti selama proses pembelajaran hingga tahap penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Uly Agustine, S.Kp.,M.Kep sebagai dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan dengan sabar memberikan bimbingan, saran dan motivasi kepada penulis dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Petrus Belarminus, S.Kep.Ns.,M.Kep sebagai dosen penguji yang telah memberikan kritikan dan saran yang sifatnya membangun dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi Keperawatan aikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang. Penulis menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Irfan, SKM.,M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi aikabubak;
2. Uly Agustine, S.Kp.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan aikabubak Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang dan sekaligus Pembimbing yang telah memberikan kesempatan, aktu, tenaga dan pikiran kepada penulis untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah dan menyelesaikan pendidikan baik secara akademis maupun klinik di Program Studi Keperawatan aikabubak Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang;
3. Petrus Belarminus,S.Kep.Ns.,M.Kep selaku dosen penguji yang telah menyediakanaktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan kritik, saran yang membangun dalam membantu penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini;
4. Maria Mencyana P. Saghu,S.Kep. Ns., M. Kes selaku dosen pembimbing akademik
5. Direktur RSUD Yang telah memberikan ijin untuk mengambil pasien sebagai subjek penelitian.
6. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Waikabubak, 21 Juni 2024

Penulis

**Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien PPOK Dengan Gangguan
Kecemasan Di Ruang Interna Rsud aikabubabak Kabupaten Sumba Barat**

Ferdinandus Kaleka Bili¹, Uly Agustine², Petrus Belarminus³

ABSTRAK

Latar belakang: Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK) atau dikenal dengan COPD (*Chronic Obstructive Pulmonari Disease*) merupakan penyakit dengan klasifikasi luas mencakup bronchitis kronis, bronkiektasis, emfisema, dan asma. Keterbatasan aliran udara biasanya bersifat progresif dan di kaitkan dengan respon inflamasi paru yang abnormal terhadap partikel atau gas berbahaya yang menyebabkan penyempitan jalan nafas, hipersekresi mukus, dan perubahan pada sistem pembuluh darah paru. PPOK menjadi salah satu penyakit keempat yang menyebabkan kematian di dunia. Faktor risiko penyebab PPOK antara lain perokok aktif atau pasif, polusi udara, riwayat infeksi saluran napas, dan keturunan. Dampak yang ditimbulkan dari PPOK diantaranya adalah merusak alveolar sehingga dapat mengubah fisiologi pernapasan yang berpengaruh pada oksigenasi di tubuh secara keseluruhan. Selain berpengaruh pada proses difusi pada pernapasan, dampak lain yang muncul yaitu produksi sputum berlebih, batuk, terjadi proses inflamasi, dan merusak bronkiolus. Salah satu penatalaksanaan keperawatan yang dilakukan pada pasien PPOK adalah *Relaksasi Napas Dalam*. Latihan napas dalam dilakukan untuk mencapai ventilasi yang lebih terkontrol dan efisien. Relaksasi napas dalam dapat meningkatkan inflasi alveolar secara maksimal, dan mengurangi kecemasan.

Tujuan: Menerapkan teknik *relaksasi napas dalam* pada pasien PPOK di Rumah Sakit Umum Daerah aikabubak, Kabupaten Sumba Barat. **Metode:** aancara, observasi dan pemeriksaan fisik, inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi, eksperimentasi. Dilakukan asuhan keperawatan yaitu implementasi terapi relaksasi napas dalam pada pasien PPOK dengan kecemasan selama 3 hari.

Hasil: Setelah dilakukan proses keperawatan pada pasien 1 dan 2 selama 3 hari, didapatkan hasil, verbalisasi kebingungan menurun, verbalisasi khaatir akibat kondisi yang dihadapi menurun, perilaku gelisah menurun, perilaku gelisah menurun, keluhan pusing menurun, konsentrasi membaik, pola tidur membaik. **Kesimpulan:** Pemberian terapi relaksasi napas dalam dapat menurunkan kecemasan pada pasien dengan memberikan rasa nyaman, perasaan legah dan tindakan tersebut tidak menghambat proses pengobatan pasien dalam kurun aktu yang telah ditentukan untuk menurunkan kecemasan.

Kata Kunci: Kecemasan, PPOK, Terapi Relaksasi Napas Dalam.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
BIODATA PENULIS.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Studi Kasus	3
D. Manfaat Studi Kasus	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Dasar Paru Obstruksi Kronik (PPOK)	5
1. Definisi	5
2. Etiologi	7
3. Anatomi Fisiologi Sistem Pernapasan	8
4. Pathway	15
5. Manifestasi Klinis	16
6. Komplikasi	17
7. Penatalaksanaan	17
8. Pencegahan.....	18
B. KONSEP DASAR KECEMASAN	
1. Pengertian Kecemasan	18
2. Gejala-Gejala Kecemasan	19
3. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan.....	20
4. Jenis-Jenis Kecemasan	22

5. Gangguan Kecemasan	22
6. Dampak Kecemasan	23
C. KONSEP DASAR RELAKSASI NAPAS DALAM	
1. Definisi Terapi Relaksasi Napas Dalam	24
2. Tujuan Terapi Relaksasi Napas Dalam	25
3. Manfaat Terapi Relaksasi Napas Dalam	25
4. Pengaruh Terapi Relaksasi Napas Dalam	25
5. Prosedur Tindakan Terapi Relaksasi Napas Dalam	26
D. KONSEP DASAR ASUHAN KEPERAWATAN PPOK	
1. Pengkajian Keperawatan	28
2. Diagnosa Keperawatan.....	31
3. Intervensi Keperawatan	34
4. Implementasi Keperawatan.....	35
5. Evaluasi Keperawatan	35
BAB III METODOLOGI PENULISAN	
A. Rancangan Studi Kasus.....	36
B. Subyek Studi Kasus.....	36
C. Fokus Studi Kasus.....	36
D. Definisi Operasional Studi Kasus	36
E. Tempat Dan Waktu	37
F. Metode Pengumpulan Data	37
G. Penyajian Data	38
H. Etika Studi Kasus	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil	40
1. Pengkajian.....	40
2. Diagnosa Keperawatan.....	54
3. Intervensi Keperawatan.....	55
4. Implementasi Keperawatan	57
5. Evaluasi Keperawatan.....	59
B. Pembahasan.....	62
1. Pengkajian.....	62
2. Diagnosa Keperawatan.....	63
3. Intervensi Keperawatan.....	63
4. Implementasi Keperawatan.....	64
5. Evaluasi Keperawatan	65
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	67
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	68
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan	34
Tabel 4.1 Biodata Pasien.....	40
Tabel 4.2 Alasan Masuk.....	41
Tabel 4.3 faktor predisposisi	42
Tabel 4.4 Pemeriksaan Fisik Persistem.....	43
Tabel 4.5 Skor Skala Hars.....	44
Tabel 4.6 Konsep Diri.....	45
Tabel 4.7 Hubungan Sosial	46
Tabel 4.8 Spiritual.....	47
Tabel 4.9 Status Mental.....	47
Tabel 4.10 Kebutuhan Persiapan Pulang	49
Tabel 4.11 Mekanisme Koping.....	50
Tabel 4.12 Masalah Psikososial Dan Lingkungan	50
Tabel 4.13 Trapi Medik.....	51
Tabel 4.14 Analisa Data.....	53
Tabel 4.15 Diagnosa Keperawatan	54
Tabel 4.16 Intervensi Keperata	55
Tabel 4.17 Implementasi Keperawatan.....	57
Tabel 4.18 Evaluasi Keperawatan.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Organ Saluran Pernapasan Bagian Atas.....	10
Gambar 2.2 Anatomi Saluran Nafas Baah.....	12

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway PPOK	15
Bagan 4.1 Genogram.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal
- Lampiran 2 Surat Balasan Data Awal
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Dari Institusi
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian Dari Penanaman Modal Terpadu Satu Pintu
- Lampiran 5 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 6 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Karya Tulis Imiah
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah
- Lampiran 9 Format Pengkajian Jia
- Lampiran 10 SOP Terapi Relaksasi Napas Dalam
- Lampiran 11 Skala Hamilton Anxiety Scale (Hars)
- Lampiran 12 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Infomed Consent*)
- Lampiran 13 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 14 Leaflet
- Lampiran 15 Dokumentasi Pelaksanaan Studi Kasus

DAFTAR PUSTAKA

- Najihah, E. M. T. (2022). *Merokok dan Prevalensi Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK)*. *indo of Health Jurnal Kesehatan: Universitas Borneo Tarakan*. 5(4), 745–751.
- Agustí, A., Sisó-Almirall, A., Roman, M., Vogelmeier, C. F., Anzueto, A., Barnes, P., Bourbeau, J., Celli, B. R., Criner, G. J., Halpin, D., Han, M. L. K., Martinez, F. J., de Oca, M. M., Mortimer, K., Papi, A., Pavord, I., Roche, N., Salvi, S., Sin, D. D., ... Wedzicha, J. A. (2023). Gold 2023: Highlights for primary care. *Npj Primary Care Respiratory Medicine*, 33(1), 1–10. <https://doi.org/10.1038/s41533-023-00349-4>
- Amari, R. O. (2023). *No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析* Title. 31–41.
- Anggita Tria Ratna Puspita, S. D. S. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien PPOK Dalam Pemenuhan Kebutuhan Oksigenasi*. *Universitas Kusuma Husada Surakarta: Jakarta*.
- Astriani, N. M. D. Y., Dewi, P. I. S., & Yanti, K. H. (2020). Relaksasi Pernafasan dengan Teknik Ballon Blowing terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen pada Pasien PPOK. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 426–435. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1049>
- Endrianti, E., Purwono, J., & Immawati. (2021). Penerapan Pursed Lip Breathing Exercise Untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Pola Napas Tidak Efektif Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif (Ppok). *Cendikia Muda*, 1(1), 52–59.
- Gilda Simanjuntak, E., & Serepina, A. (2020). Perspektif Terkini terhadap Penyakit Paru Obstruktif Kronis : Review Literatur. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 8(2), 999–1009. <https://doi.org/10.37304/jkupr.v8i2.2034>
- Najihah, & Theovena, E. M. (2022). Merokok dan Prevalensi Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK). *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 5(4), 745–751. <https://doi.org/10.33096/woh.v5i04.38>

Nurmayanti, N., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Pengaruh Fisioterapi Dada, Batuk Efektif dan Nebulizer terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen dalam Darah pada Pasien PPOK. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 362–371. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.836>

Nurwening Tyas W, Hery Sumasto, Suparji, B. J. S. (2017). *Buku Ajar 1 Kebutuhan Dasar Manusia*. Poltekes Surabaya: Surabaya.

Oktaviani, V. (2022). *No Title*.

Paramasivam, K. (2017). *Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK)*. Fakultas Kedokteran Unud: Jakarta.

Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. (2023). *P p o k diagnosis dan tatalaksana*. 27–31.

Nurmayanti, Agung aluyo, ati Jumaiyah, R. A. (2019). *Pengaruh Fisioterapi Dada, Batuk Efektif Dan Nebulizer Terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen Dalam Darah Pada Pasien PPOK*. Jurnal Keperawatan Silampari: Universitas Muhammadiyah Jakarta. 3, 362–371.

Ericha Endrianti, Janu Purono, I. (2021). *Penerapan Pursed Lip Breathing Exercise Untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Pola Napas Tidak Efektif Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)*. Jurnal Cendikia Muda: Akademi Keperawatan Dharma acana Metro. 1, 52–59.

Nurening Tyas , Hery Sumasto, Suparji, B. J. S. (2017). *Buku Ajar 1 Kebutuhan Dasar Manusia*. Poltekes Surabaya: Surabaya.

Vivi Oktaviani. (2022). *Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Oksigenasi Pada Pasien Ny.G Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK)*. Kesehatan Kemenkes Bengkulu Jurusan Keperawatan: Bengkulu.

Paramasivam, K. (2017). *Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK)*. Fakultas Kedokteran Unud: Jakarta.

Anggita Tria Ratna Puspita, S. D. S. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien PPOK Dalam Pemenuhan Kebutuhan Oksigenasi*. Universitas Kusuma Husada Surakarta: Jakarta

Tim pokja siki dpp ppni. (2018). *standar intervensi keperawatan indonesia*. Dean Pengurus Pusat Persatuan Peraat Nasional Indonesia.

Tim pokja sdki dpp ppni. (2017). *standar diagnosis keperawatan indonesia*. Dean Pengurus Pusat Persatuan Peraat Nasional Indonesia.

Tim pokja slki dpp ppni. (2019). *standar luaran keperawatan indonesia*. Dean Pengurus Pusat Persatuan Peraat Nasional Indonesia

