

KARYA TULIS ILMIAH

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

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



ELTON NDAWA KAREUK
PO.5303203221278

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU
WAINGAPU
2025**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elton Ndawa Kareuk
NIM : PO5303203221278
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Tuberculosis Paru Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Pambotanjara

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya tulis ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30% sebagaimana hasil 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, 28 Mei 2025

Yang menyatakan



(Elton Ndawa Kareuk)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elton Ndawa Kareuk
NIM : PO5303203221278
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Tuberculosis Paru Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Pambotanjara

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisis saya sendiri, bukan hasil jiplakan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sesuai. 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 lain. Apa bila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggungjawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

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

Waingapu, 28 Mei 2025

Yang menyatakan



(Elton Ndawa Kareuk)

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

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

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

OLEH:

ELTON NDAWA KAREUK
PO.5303203221278

Telah Disetujui Untuk Diajukan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal.....2024

PEMBIMBING



Matrha Mety Kedy S.Kep, Ns.M.Kep
NIP.196610151989032001

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Karen 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
PAMBOTANJARA**

*Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan Waingapu*

OLEH:

ELTON NDAWA KAREUK
PO.5303203221278

Telah Disetujui Untuk Diajukan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal.....2025

PENGUJI I



Maria Kareri Hara, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 19670210 198903 2 001

PENGUJI II



Matrha Mety Kody S.Kep, Ns.M.Kep
NIP.196610151989032001

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAINGAPU



Maria Kareri Hara, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 19670210 198903 2 001

BIODATA PENULIS

Nama : Elton Ndawa Kareuk

Tempat tanggal lahir : Kananggar 29 Maret 2004

Agama : Kristen protestan

Alamat : Jl. Majapahit

Riwayat pendidikan :

1. Tamat SD Masehi Kananggar 2016
2. Tamat SMP Negri 1 Paberiwai 2019
3. Tamat SMA Negri 1 Paberiwai 2022
4. Mahasiswa Poltekes Kemenkes Kupang,
Program Studi Keperawatan Waingapu

MOTTO

**BUKAN SEBERAPA BANYAK YANG KAMU LAKUKAN, TAPI
SEBERAPA BESAR CINTA YANG KAMU BERIKAN DALAM
MELAKUKAN SESUATU
“ BUNDA TERESA”**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena kebaikan dan karunia-Nya yang memungkinkan Penulis menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul " Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Tuberculosis Paru Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Pambotanjara" dengan baik dan tepat waktu.

Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Ibu Matrha Mety Kodi S.Kep, Ns.M.kepdosen pembimbing yang telah memberi bimbingan dan arahan, dengan demikian Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan. Penulis menyadari dimana dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, banyak pihak yang telah memberikan bantuan. Maka dari itu, ijinkan Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:.

1. Bapak H. Irfan, SKM, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk menuntut pendidikan diploma Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
2. Ibu Maria Kareri Hara S,Kep, Ns. M. Kes sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk mengikuti kelas di Program Studi Keperawatan Waingapu.
3. Kepala Puskesmas Pambotanjara ibu Jennifer Z. Pelindima, S.Gz diwilayah kerja tempat penelitian yang sudah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian dan yang telah meluangkan waktu untuk memberikan data pasien yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Pambotanjara
4. Kepada Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan pengetahuan kepada penulis selama mengikuti kelas di Prodi Keperawatan Waingapu
5. Bapak (Manang Kaboruk) dan Mama (Tamu Ina Ana Awa) serta adik saya (Alan) yang selalu membantu dan mendoakan, mendukung baik secara materi dan spiritual pada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Teman-teman seangkatan, terutama dari tingkat 3B, yang selalu memberikan dukungan dalam proses penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Semua pihak yang penulis tidak dapat menyebutkan namanya satu persatu yang telah membantu memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis memahami bahwa Karya Tulis Ilmiah ini belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, penulis berharap agar pembaca bisa memberikan masukan dan kritik yang membangun untuk memperbaiki karya tulis ilmiah ini. Diharapkan karya tulis ilmiah ini bisa bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya dalam meningkatkan pengetahuan untuk masyarakat dan tenaga kesehatan.

Waingapu, 29 Maret 2025

Penulis

(Elton Ndawa Kareuk)

ABSTRAK

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

ELTON NDAWA KAREUK

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

Latar belakang: 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

Contents

KARYA TULIS ILMIAH	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
BIODATA PENULIS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ISTILAH	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
Bagaimanakah penerapan asusahan keperawatan pada pasien Tuberculosis Paru Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Pambotanjara....	5
1.3 Tujuan	5
1. Tujuan Umum	5
Mampu menerapkan asuhan keperawatan pada pasien Tuberculosis Paru Dengan Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Kerja Puskesmas Pambotanjara.	5
1.4 Manfaat penelitian.....	6
1. Manfaat teoritis	6
Dapat memberi manfaat keilmuan untuk meningkatkan pengetahuan, dan memberi masukan informasi tentang Asuhan Keperawatan Pada Pasien Tuberculosis Paru Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur.	6
1.5 Keaslian Penelitian	8
BAB 2 TINJAUAN TEORI	9
2.1 KONSEP TUBERCULOSIS	9
2.1.1 Pengertian	9
2.1.2 Etiologi	13
2.1.3 Manifestasi Klinis	14
2.1.4 Patofisiologi.....	15
2.1.5 Pemeriksaan Penunjang.....	18

2.1.6	Pencegahan	20
2.1.7	Penatalaksanaan.....	20
2.1.8	Komplikasi	21
2.2	KONSEP TIDUR.....	21
2.2.1	Definisi Tidur	21
2.2.2	Fungsi Tidur	22
2.2.3	Mekanisme terjadinya tidur	23
2.2.4	Tahap-tahap Tidur.....	23
2.2.5	Pola Tidur	26
2.2.6	Faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur	26
2.2.7	Gangguan pola tidur.....	29
2.3.1	Pengertian	31
2.3.2	Tanda dan Gejala	31
2.3.3	Penyebab Gangguan Pola Tidur	32
2.3.4	Hubungan Faktor Penyakit Pasien Tuberkulosis dengan Pola Tidur Pasien Tuberkulosis	32
2.3.5	Penanganan.....	33
2.4	KONSEP TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM	33
2.4.1	Pengertian Terapi Relaksasi Nafas Dalam	33
2.4.2	Tujuan terapi relaksasi napas dalam.....	34
2.4.3	Manfaat terapi relaksasi napas dalam.....	34
2.4.1	Cara Melaksanakan Teknik Relaksasi Napas Dalam	34
2.5	KONSEP KELUARGA	36
2.5.1	Pengertian Keluarga	36
2.5.2	Bentuk keluarga	36
2.5.3	Fungsi keluarga	40
2.5.4	Peran perawat keluarga.....	41
2.5.5	Lima Tugas Keluarga	43
2.6	KONSEP ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA	44
2.6.1	Pengkajian	44
2.6.2	Diagnosa keperawatan.....	47
2.6.3	Intervensi Keperawatan.....	47
2.6.4	Implementasi	50
2.6.5	Evaluasi	51
BAB 3 METODE PENELITIAN		53
3.1	Rancangan Studi Kasus.....	53
3.2	Subjek Studi Kasus	53
3.3	Defenisi operasional	53

3.4	Fokus Studi Kasus	54
3.5	Instrumen laporan Kasus	54
3.6	Jenis Data.....	55
3.7	Teknik Pengumpulan Data	55
3.8	Lokasi Dan Waktu	57
3.9	Analisa Data	57
3.10	Etika Penelitian	59
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....		61
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian	61
4.2	Hasil Asuhan Keperawatan.....	62
4.2.1	Pengkajian	62
4.2.2	Diagnosa Keperawatan	73
4.2.3	Intervensi Keperawatan.....	74
4.2.4	Implementasi Keperawatan	75
4.2.5	Evaluasi keperawatan	77
4.3	Pembahasan	79
4.3.1	Data Umum Pasien	79
4.3.2	Pengkajian	79
4.3.3	Diagnosa keperawatan	81
4.3.4	Intervensi keperawatan	82
4.3.5	Implementasi keperawatan	83
4.3.6	Evaluasi keperawatan	85
BAB 5 PENUTUP.....		88
5.1	Kesimpulan	88
5.1	Saran.....	88
LAMPIRAN.....		93

DAFTAR TABEL

Tabel 1 SDKI Standar diagnose keperawatan Indonesia Table 1	xvi
Table 2 keaslin penelitian.....	8
Table 3 Intervensi Keperawatan Pasien TBC.....	49
Table 4 Definisi Operasional Penelitian.....	53
Tabel 5 1Pengkajian Pasien Tuberculosis Paru.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 6 1kasifikasi data	72
Tabel 7 1Analisis data.....	72
Tabel 8 1 Diagnosa keperawatan	73
Tabel 9 intervensi keperawatan	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Pathway	17
---------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Permohonan Pengambilan Data Awal	93
Lampiran 1. 2 Surat Permohonan Menjadi Responden	94
Lampiran 1. 3 Surat Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	95
Lampiran 1. 4 Keaslian Penelitian	96
Lampiran 1. 5 Surat Keterangan Hasil Cek Plagiat	97
Lampiran 1. 6 Surat Undangan Ujian	98
Lampiran 1. 7 Surat Undangan Sidang KTI	99
Lampiran 1. 8 Berita Acara Ujian Proposal	100
Lampiran 1. 9 Daftar Hadir Ujian Proposal	101
Lampiran 1. 10 Berita Acara Ujian Sidang KTI	102
Lampiran 1. 11 Daftar hadir Ujian Sidang KTI	103
Lampiran 1. 12 Lembar Konsul Proposal	104
Lampiran 1. 13 Lembar Konsul KTI	106
Lampiran 1. 14 SAP Dan Sop Terapi Relaksasi Napas Dalam.....	107
Lampiran 1. 15 Format Askep Keluarga.....	111
Lampiran 1. 16 Dokumentasi.....	120

DAFTAR ISTILAH

WHO	: Helath Organization World
SDKI	: Standar diagnose keperawatan Indonesia Table 1
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
Konsistens	: Bentuk
Antiinflamasi	: Anti radang Hipotalam
Virus	: Patogen/kuman kecil
Ekspekasitor	: Pengeluaran dahak
Kombinasi	: Campuran
Akut	: Baru
Intensitas	: Kualitas Rochi
Infeksi	: Penyakit yang d sebabkan oleh mikroorganisme
Kronis	: Kelompok organisme yang tidak memiliki membran inti sel
Us	: Kelenjar pengontrol sistem hormon