

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI LATIHAN BATUK EFEKTIF UNTUK MEMBANTU
MENGELUARKAN SEKRET
PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK (PPOK)
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUU WERI KABUPATEN SUMBA
BARAT TAHUN 2025**

**Karya tulis ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH

**EKY RINGU
NIM: PO5303212220375**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK
2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI LATIHAN BATUK EFEKTIF UNTUK MEMBANTU
MENGELUARKAN SEKRET
PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK (PPOK)
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUU WERI KABUPATEN SUMBA
BARAT TAHUN 2025**

**Karya tulis ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan**



OLEH

**EKY RINGU
NIM: PO5303212220375**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
WAIKABUBAK
2025**

HALAMAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanggung jawab dibawah ini :

Nama : Eky Ringu

Nim : PO5303212220375

Email aktif : ekyringu02@gmail.com

No .HP : 082317824081

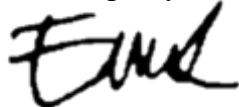
Program Studi : D III Keperawatan Waikabubak

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan ahlihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri .

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sangsi atas perbuatan tersebut.

Waikabubak, 25 Juni 2025

Pembuat pernyataan



Eky Ringu

PO5303212220375

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI LATIHAN BATUK EFEKTIF UNTUK MEMBANTU
MENGELUARKAN SEKRET
PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK (PPOK)
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUU WERI KABUPATEN SUMBA
BARAT TAHUN 2025**

Karya tulis ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

**OLEH
EKY RINGU
NIM: PO5303212220375**

**Telah Disetujui Untuk Diujikan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal, 25 Juni 2025**

Pembimbing



**Anderias Tarawatu Ora, SKM, M.Kes
NIP. 19861201 200904 1 003**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak**



**Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001**

LEMBAR PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI LATIHAN BATUK EFEKTIF UNTUK MEMBANTU
MENGELUARKAN SEKRET
PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK (PPOK)
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUU WERI KABUPATEN SUMBA
BARAT TAHUN 2025**

Karya tulis ilmiah Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

OLEH

**Eky Ringu
NIM: PO5303212220375**

**Telah Diuji Dan Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waikabubak
Pada Tanggal, 25 Juni 2025**

Penguji I



**Maria Mencyana P. Sagh, S.Kes., Ns., M.Kes
NIP. 199001221 202321 2 026**

Penguji I



**Anderias Tarawatu Ora, SKM., M.Kes
NIP. 19861201 200904 1 003**

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak



**Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP. 19750810 200112 2 001**

BIODATA PENULIS

Nama : Eky Ringu

Nim : PO5303212220375

Tempat /Tanggal lahir : Prairame, 21 September 2000

Alamat : Prairame

Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri Balikalebu
2. SMP Negeri 2 Waikabubak
3. SMA Swasta Karanu Waikabubak

MOTTO

“Berbuat baik untuk menjadi lebih baik”

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi Keperawatan Waikabubak 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 Waikabubak;
2. Uly Agustine, S.Kp., M.Kep Selaku Ketua Program Studi Keperawatan Waikabubak Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Yang Telah Memberikan Kesempatan Kepada Penulis Untuk Menyelesaikan Pendidikan Baik Secara Akademis Maupun Klinik Di Program Studi Keperawatan Waikabubak Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang;
3. Anderias T Ora, Skm., M. Kes_Selaku Dosen Pembimbing Yang Telah Menyediakan Waktu, Tenaga, Dan Pikiran Untuk Mengarahkan Penulis Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Karya Tulis Ilmiah Ini;
4. Maria M.P Saghu, S.Kep.Ns.,M.Kes, Selaku Dosen Penguji Yang Telah Menyediakan Waktu, Tenaga, Dan Pikiran Untuk Memberikan Kritik,Saran Yang Membangun Dalam Membantu Penulis Dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Karya Tulis Ilmiah Ini;
5. Grasiona F. Boa,S.Kep.Ns.,M.Kep Selaku Dosen Pembimbing Akademik;

6. Orang Tua Dan Keluarga Saya Yang Telah Memberikan Bantuan Dukungan Material Dan Moral; dan Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

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

Waikabubak, 25 Juni 2025

Eky Ringu
NIM: PO5303212220375

**Implementasi Latihan Batuk Efektif Untuk Membantu
Mengeluarkan Sekret
Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK)
Di Wilayah Kerja Puskesmas Puu Weri Kabupaten Sumba Barat Tahun
2025**

Eky Ringu¹ Anderias T Ora², Maria M.P Saghu³

ABSTRAK

Penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) merupakan jenis penyakit paru-paru yang berlangsung lama atau menahun. tanda dan gejalanya adalah batuk kronik, sesak nafas, kelemahan badan, produksi sputum, nafas berbunyi. Salah satu tehnik yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah pernafasan pada pasien ppok adalah *buteyko*. *Buteyko* merupakan tehnik pernafasan yang merupakan gabungan dari pernafasan melalui hidung, diafragma, dan control pause. *Buteyko* berfungsi memperbaiki jalan nafas, menguatkan otot pernafasan, melebarkan saluran pernafasan, mengurangi produksi lendir. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas tehnik pernafasan *buteyko* terhadap frekuensi napas pada pasien ppok. desain penelitian adalah quasy-experimental dengan *two group pre-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini pasien PPOK dengan besar sampel 30 orang pasien PPOK di RS Wiliam Booth. Penelitian ini menggunakan tehnik sampling *consecutive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi pre dan post tes. Rerata frekuensi napas pre-test pada kelompok intervensi 22,60x/mnt dan post test 20,67x/mnt dengan rerata penurunan 1,93 x/mnt. rerata frekuensi napas pada kelompok kontrol pre test 22,33 x/mnt dan post test 20,80x/mnt dengan rerata penurunan 1,53x/mnt. dari hasil uji wilcoxon dapat diketahui nilai p-value kelompok intervensi pre dan post (0,001) dan nilai p-value kelompok kontrol pre dan post (0,001), hal ini menunjukkan pada kedua kelompok intervensi memiliki pengaruh terhadap frekuensi nafas. Hasil uji *mann whitney* $p=0,682$ menunjukkan bahwa tidak beda antara kelompok kontrol dan intervensi. Tehnik pernafasan *buteyko* dapat diterapkan bagi pelayanan keperawatan sebagai intervensi keperawatan komplementer dalam upaya memperbaiki frekuensi napas pada pasien PPOK, karena tehnik pernafasan *buteyko* mampu memperbaiki proses transportasi oksigen dan mengontrol pola pernafasan.

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH	iii
KARYA TULIS ILMIAH	iv
HALAMAN CEK BEBAS PLAGIASI	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN KEASLIAN TULISAN	v
LEMBAR PERSETUJUAN	vi
LEMBAR PENGESAHAN	vii
BIODATA PENULIS	viii
“Berbuat baik untuk menjadi lebih baik”	viii
KATA PENGANTAR	ix
<i>Eky Ringu¹ Anderias T Ora², Maria M.P Saghu³</i>	xi
ABSTRAK	xi
Penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) merupakan jenis penyakit paru-paru yang berlangsung lama atau menahun. tanda dan gejalanya adalah batuk kronik, sesak nafas, kelemahan badan, produksi sputum, nafas berbunyi. Salah satu tehnik yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah pernafasan pada pasien ppok adalah <i>buteyko</i> . <i>Buteyko</i> merupakan teknik pernafasan yang merupakan gabungan dari pernafasan melalui hidung, diafragma, dan control pause. <i>Buteyko</i> berfungsi memperbaiki jalan nafas, menguatkan otot pernafasan, melebarkan saluran pernafasan, mengurangi produksi lendir. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik pernafasan <i>buteyko</i> terhadap frekuensi napas pada pasien ppok. desain penelitian adalah quasy-experimental dengan <i>two group pre-posttest design</i> . Populasi dalam penelitian ini pasien PPOK dengan besar sampel 30 orang pasien PPOK di RS Wiliam Booth. Penelitian ini menggunakan teknik sampling <i>consecutive sampling</i> . Pengumpulan data menggunakan lembar observasi pre dan post tes. Rerata frekuensi napas pre-test pada kelompok intervensi 22,60x/mnt dan post test 20,67x/mnt dengan rerata penurunan 1,93 x/mnt. rerata frekuensi napas pada kelompok kontrol pre test 22,33 x/mnt dan post test 20,80x/mnt dengan rerata penurunan 1,53x/mnt. dari hasil uji wilcoxon dapat diketahui nilai p-value kelompok intervensi pre dan post (0,001) dan nilai p-value kelompok kontrol pre dan post (0,001), hal ini menunjukkan pada kedua kelompok intervensi memiliki pengaruh terhadap frekuensi nafas. Hasil uji <i>mann whitney p</i> =0,682 menunjukkan bahwa tidak beda antara kelompok kontrol dan intervensi. Teknik pernafasan <i>buteyko</i> dapat diterapkan bagi pelayanan keperawatan sebagai intervensi keperawatan komplementer dalam upaya memperbaiki frekuensi napas pada pasien PPOK, karena teknik pernafasan <i>buteyko</i> mampu memperbaiki proses transportasi oksigen dan mengontrol pola pernafasan. Kata kunci: frekuensi napas, ppok, teknik pernafasan <i>buteyko</i>	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvii

Tabel 4.8 Pemeriksaan Fisik Tn. S 48.....	xvii
Tabel 4.9 Pemeriksaan Fisik Ny.N 48.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR BAGAN.....	xix
Bagan 2.1 <i>Pathway</i> Penyakit Paru Obstruktif Kronik (GOLD 14	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
Lampiran 1.Format Pengkajian Keluarga.....	xx
Lampiran 2. Format Responden	xx
Lampiran 3. Leaflet	xx
Lampiran 4. SAP.....	xx
Lampiran 5. Foto Dokumentasi.....	xx
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat.....	3
A. Konsep Dasar Penyakit PPOK	4
1. Definisi PPOK.....	4
2. Etiologi.....	5
Adapun penyebab dari Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK) menurut (Erica Gilda Simanjuntak, 2020) adalah sebagai berikut	5
3. Anatomi Fisiologi Sistem Pernapasan.....	6
Anatomi sistem pernapasan menurut (Nurwening Tyas W, Hery Sumasto, Suparji, 2017) adalah sebagai berikut;	6
4. Patofisiologi.....	12
5. Pathway.....	13
6. Manifestasi Klinis.....	14
7. Komplikasi	15
8. Penatalaksanaan.....	15
a. Penatalaksanaan medis.....	15
1) Pemberian bronkodilator, dianjurkan penggunaan dalam bentuk inhalasi	15
2) 2) Anti inflamasi berupa metilprednisolon atau prednison, penggunaan jangka panjang pada pasien penyakit paru obstruktif kronik stabil dapat di uji steroid	

positif.....	16
3) Mukolitik tidak dapat diberikan secara rutin	16
Anti peradangan dan terapi oksigen	16
b. Terapi nebulizer.....	16
9. Pencegahan	16
B. Konsep Keluarga.....	17
1. Definisi.....	17
2. Fungsi	17
3. Ciri-Ciri.....	18
4. Tipe Keluarga.....	18
5. Tugas Keluarga	19
C. Konsep Dasar Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis	20
1. Pengkajian Keperawatan	20
2. Diagnosa Keperawatan.....	23
Diagnosis keperawatan adalah jenis pengkajian keperawatan yang berkaitan dengan bagaimana pasien bereaksi terhadap masalah kesehatan atau perkembangan masalah kesehatan yang ada atau potensial. Diagnosa keperawatan yaitu untuk menentukan dengan tepat reaksi setiap klien, keluarga, dan komunitas terhadap keadaan terkait kesehatan tertentu. (Tim Pokja SDKI DPP PPNI,2017).	23
3. Intervensi Keperawatan	25
4. Implementasi Keperawatan	27
5. Evaluasi Keperawatan.....	27
D. Konsep Dasar Latihan Batuk Efektif.....	28
1. Defenisi Latihan Batuk Efektif	28
2. Prinsip Latihan Batuk Efektif.....	29
3. Tujuan Latihan Batuk Efektif.....	29
BAB III.....	30
METODE PENELITIAN.....	30
A. Rancangan Studi Kasus.....	30
B. Subjek Studi Kasus.....	30
C. Fokus studi kasus.....	30
D. Defenisi operasional studi kasus	30
E. Instrumen studi kasus	31
F. Metode pengumpulan.....	31

G.	Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus	31
H.	Lokasi Dan Waktu studi kasus	32
I.	Analisis Data	32
J.	Penyajian data	32
K.	Etika Studi Kasus.....	32
BAB IV.....		34
HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAAN		34
A.	Hasil studi Kasus.....	34
	Rumah dan Sanitasi Lingkungan.....	37
	Struktur Keluarga.....	39
	Harapan Keluarga.....	43
	Pemeriksaan Fisik	48
	Tabel 4.8 Pemeriksaan Fisik Tn. S.....	48
	No.....	48
	Nama Anggota Keluarga	48
	TD	48
	RR.....	48
	Nadi.....	48
	1.....	48
	Tn. S	48
	120/80 mmhg.....	48
	20x/ menit.....	48
	89x/ menit.....	48
	2.....	48
	100/80 mmhg.....	48
	20x/ menir	48
	90x menit.....	48
	Tabel 4.9 Pemeriksaan Fisik Ny.N.....	48
	No.....	48
	Nama Anggota Keluarga	48
	TD	48
	RR.....	48
	Nadi.....	48

1.....	48
100/80 mmhg.....	48
20x/menit.....	48
89 x/menit.....	48
B. Pembahasan	58
C. Keterbatasan studi kasus.....	65
BAB V.....	66
KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Diagnosa Keperawatan.....	25
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan.....	26
Tabel 4.1 Komposisi Keluarga Tn. S.....	34
Tabel 4.2 Komposisi Keluarga Ny. N.....	35
Tabel 4.3 Hasil Anamnase Keluarga Klien 1(Tn.S) dan Klien 2 (Ny.N).....	36
Tabel 4.4 Riwayat Kesehatan Tn. S.....	44
Tabel 4.5 Riwayat Kesehatan Ny.N.....	44
Tabel 4.6 Riwayat kesehatan keluarga inti Tn. S.....	47
Tabel 4.7 Riwayat kesehatan keluarga inti Ny.N.....	47
Tabel 4.8 Pemeriksaan Fisik Tn. S.....	48
Tabel 4.9 Pemeriksaan Fisik Ny.N.....	48
Tabel 4.10 Intevensi Keperawatan.....	54
Tabel 4,11 Implentasi Keperawatan.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Organ Saluran Pernapasan Bagian Atas	9
Gambar 2.2 Anatomi Saluran Nafas Bawah.....	11
Gambar 4.1 Denah Rumah Tn.S.....	46
Gambar 4.2 Denah Rumah Ny.N	46

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 <i>Pathway</i> Penyakit Paru Obstruktif Kronik (GOLD	14
Bagan 4.1 Genogram Tn.S	45
Bagan 4.1 Genogram Ny.N	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Format Pengkajian Keluarga

Lampiran 2. Format Responden

Lampiran 3. Leaflet

Lampiran 4. SAP

Lampiran 5. Foto Dokumentasi