

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN TBC PARU DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU

*Karya Tulis Ini DiAjukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*



DI SUSUN OLEH :

IMELDA RAMBU DAY
PO.5303203221290

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 : IMELDA RAMBU DAY
NIM : PO5303203221290
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Intervensi Terapi Relaksasi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Pada Pasien TBC Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru

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 20 Juni 2025

Yang menyatakan,



(Imelda Rambu Day)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Imelda Rambu Day
NIM : PO5303203221290
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Intervensi Terapi Relaksasi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Pada Pasien TBC Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru

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, 20 Juni 2025

Yang menyatakan,



(Imelda Rambu Day)

LEMBAR PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSİYETAS PADA PASIEN TBC PARU DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU**

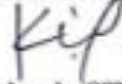
*Karya Tulis Ilmiah Ini Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH :

IMELDA RAMBU DAY
PO.5303203221290

Telah Di Setujui Dan Di Ujikan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu
Pada Tanggal, 9, Februari 2025

PEMBIMBING



Kartini Pekabanda, SST., M.Kes
NIP:1983042122006042015

**MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
WAINGAPU**



MARIA KARERI HARA, S.Kep. Ns. M.Kes
NIP.19670210 198903 2001

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN TBC PARU DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU

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

DI SUSUN OLEH :

IMELDA RAMBU DAY
PO.5303203221290

Telah Di Uji Dan Di Pertahankan Di Depan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waingapu Pada
Tanggal 15 Juli 2025

PENGUJI I



Ineke Noviana, S.Tr. kep, M. Tr. kep

PENGUJI II



Kartini Pekabanda, SST., M.Kes
NIP:1983042122006042015

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU



MARIA KARERI HARA, S.Kep, Ns. M.Kes
NIP.19670210 198903 2001

BIODATA PENULIS

Nama : Imelda Rambu Day

Tempat tanggal lahir : Pasunga, 23 April 2004

Jenis kelamin : Perempuan

Alamat : Pasunga

Riwayat pendidikan :

1. Tamat SD Masehi Waibakul 2016
2. Tamat SMP Kristen Waibakul 2019
3. Tamat SMA Kristen Waibakul 2022
4. Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang,
Program Studi Keperawatan Waingapu

MOTO

**” Kesuksesan Bukan Milik Mereka Yang Tidak Pernah Gagal
Melainkan Milik Mereka Yang Tidak Pernah Menyerah ”**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmatnya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “ Penerapan Intervensi Terapi Relaksasi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Pada Pasien Tbc Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru“. Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan studi Diploma III di program studi keperawatan waingapu

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada ibu “Kartini Pekabanda” sebagai dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran dan pengertian kepada penulis dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini dan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada ibu Ineke Noviana S.Tr.Kep,M.Tr.Kep sebagai dosen penguji yang telah menguji dan memberikan masukan dalam menyusun karya tulis ilmiah penelitian ini.

Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak H. Irfan, SKM., MKes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan kepada Penulis untuk mengikuti perkuliahan di Program Studi Keperawatan Waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara, S.Kep,Ns., M.Kes sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu.
3. Bapak Benyamin leba Hiho, SKM 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 kambaniru
4. Bapak/ Ibu dosen yang telah membekali penulis dengan pengetahuan selama mengikuti perkuliahan.
5. Bapak (Marabi Anamuli) Mama (Nini Rambu Kabida Huda) serta semua keluarga saya yang selalu membantu mendoakan, dan mendukung baik secara materi maupun spiritual pada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Sahabat serta teman-teman, terutama dari tingkat 3B, yang sudah sama-sama berjuang dari tingkat 1 hingga saat 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 20 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
LEMBAR PLAGIASI.....	
LEMBAR ORISINALITAS.....	
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	
BIODATA PENULIS	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN TEORI	7
2.1 Konsep Tbc	7
2.2 Konsep Teknik Relaksasi.	13
2.3 Konsep Dasar Ansietas.....	15
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan	19
2.4.1 Pengkajian.....	19
2.4.2 Diagnosa Keperawatan.....	23
2.4.3 Intervensi Keperawatan.....	24
2.4.4 Implementasi.....	28
2.4.5 Evaluasi.....	29

3. Tujuan evaluasi.	30
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Rancangan Studi Kasus.....	31
3.2 Subjek Studi Kasus	31
3.3 Fokus Studi.....	32
3.4 Defenisi Operasional.....	32
3.5 Instrumen Studi Kasus.	33
3.6 Metode Pegumpulan Data.	33
3.7 Langkah-Langkah Pelaksanaan	35
3.8 Lokasi Dan Waktu.....	36
3.9 Analisa Data	36
3.10 Etika Studi Kasus.	37
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1 Gambaran Dan Lokasi Penelitian.....	38
4.2 Data Asuhan Keperaeatan Keluarga.....	38
4.2.1 Pengkajian.....	38
4.2.2 Diagnosa keperawatan	44
4.2.3 Intervensi Pasien Tn.K.....	46
4.2.4 Implementasi Keperawatan.....	48
4.2.5 Evaluasi Keperawatan.....	51
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
5.1 Kesimpulan	61
5.2 Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA	64

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI

Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Program Studi Keperawatan Waingapu Karya
Tulis Ilmiah

IMELDA RAMBU DAY

PENERAPAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS PADA PASIEN TBC PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMBANIRU

Pendahuluan: *Tuberkulosis* (TBC) paru merupakan salah satu penyakit infeksi menular yang masih menjadi permasalahan kesehatan global. Pasien TBC tidak hanya mengalami gangguan fisik, tetapi juga dapat mengalami masalah psikologis seperti ansietas akibat proses pengobatan yang panjang dan ketidakpastian kesembuhan. Salah satu masalah keperawatan yang di temukan akibat penyakit TBC paru adalah ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap kematian. Salah satu tindakan keperawatan yang dapat diterapkan adalah terapi relaksasi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan intervensi terapi relaksasi untuk mengatasi masalah keperawatan ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap kematian pada pasien TBC paru di wilayah kerja Puskesmas Kambaniru. **Metode:** Yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan subjek 1 orang pasien yang mengalami ansietas. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. **Hasil:** Pengkajian yang di dapatkan adalah pasien sulit tidur, tampak gelisah, pucat dan sulit berkonsentrasi sehingga di temukan diagnosa keperawatan ansietas berhubungan dengan ancaman terhadap kematian. Di berikan tindakan keperawatan terapi relaksasi selama tiga hari dengan hasil masalah teratasi, dengan kriteria hasil : perilaku gelisah menurun, pucat menurun, konsentrasi membaik, pola tidur membaik, frekuensi napas membaik. **Kesimpulan:** Dari penelitian ini adalah bahwa intervensi terapi relaksasi efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pada pasien TBC paru. Terapi ini dapat dijadikan alternatif penatalaksanaan non-farmakologis yang mendukung percepatan pemulihan kondisi psikologis pasien. Disarankan agar intervensi ini diterapkan secara rutin sebagai bagian dari asuhan keperawatan di fasilitas pelayanan kesehatan, khususnya bagi pasien dengan penyakit kronis seperti TBC.

Kata Kunci: Terapi relaksasi, ansietas, TBC paru, asuhan keperawatan, napas dalam

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian penelitian
Tabel 2.1	Tanda dan gejala
Tabel 2.2	Intervensi keperawatan
Tabel 3.1	Defenisi operasional
Tabel 4.1	Data umum partisipan
Tabel 4.2	Komposisi keluarga
Tabel 4.3	Riwayat masing-masing anggota keluarga
Tabel 4.4	Pola komunikasi keluarga
Tabel 4.5	Fungsi keluarga
Tabel 4.6	Stres dan koping keluarga
Tabel 4.7	Pemeriksaan fisik
Tabel 4.8	Analisa data
Tabel 4.9	Diagnosa
Tabel 4.10	Penilaian skoring diagnosa
Tabel 4.11	Intervensi keperawatan
Tabel 4.12	Implementasi keperawatan
Tabel 4.13	Evaluasi keperawatan

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway

Gambar 3.1 Langkah-langkah pelaksanaan penelitian

Gambar 4.1 Genogram

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 :Satuan acara penyuluhan (SAP)
- Lampiran 2 : SOP Latihan Kontraksi Isometric Handgrip Exercise
- Lampiran 3 :Permohonan pengambilan data awal
- Lampiran 4 :Permohonan izin penelitian
- Lampiran 5 :Surat selesai penelitian
- Lampiran 6 :Undangan ujian KTI
- Lampiran 7 :Berita acara ujian KTI
- Lampiran 8 :Daftar hadir dosen dan peserta ujian KTI
- Lampiran 9 :Lembar konsul KTI
- Lampiran 10 :Lembar konsul revisi KTI
- Lampiran 11 :Askep
- Lampiran 12 :Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
NTT	: Nusa Tenggara Timur
TBC	: <i>Tuberculosis</i>
TD	: Tekanan Darah
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
SOAP	: Subjektif, Objektif, Assessment, Plant
SOP	: Standar Operational Procedure
WOD	: Wawancara, Observasi, Dokumentas