

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENGARUH TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA
NAPAS PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG**



Disusun Oleh:

FRIDOLIN KASTRO S.Tr.Kep

PO5303211241494

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
2025**

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENGARUH TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA
NAPAS PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG**



Disusun Oleh:

FRIDOLIN KASTRO S.Tr.Kep

PO5303211241494

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
2025**

KEASLIAN PENULISAN

KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fridolin Kastro S.Tr.Kep

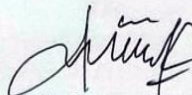
NIM : PO5303211241494

Prodi : Pendidikan Profesi Ners Tahap Akademik

Judul : Pengaruh Teknik *Pursed Lips Breathing* Terhadap Pola Napas Pada
Pasien Tuberkulosis Paru di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota
Kupang.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya ilmiah yang saya tulis ini adalah hasil karya saya sendiri yang belum pernah dikumpulkan oleh orang lain atau bukan merupakan pengambilan ide dan tulisan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Yang Membuat Pernyataan



Fridolin Kastro, S.Tr.Kep

PO5303211241494

PERSETUJUAN BIMBINGAN

PERSETUJUAN BIMBINGAN

PENGARUH TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Disusun Oleh:

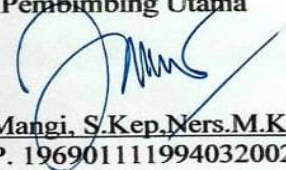
FRIDOLIN KASTRO S.Tr.Kep
NIM.PO5303211241494

Telah Disetujui Oleh Pembimbing Untuk Diujikan/ Seminar

Tanggal:Agustus 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama

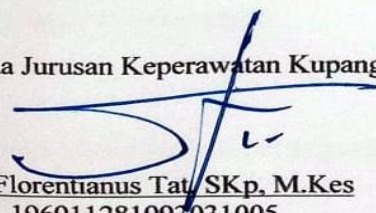

Jane Leo Mangi, S.Kep.Ners.M.Kep
NIP. 196901111994032002

Pembimbing Pendamping


Maria Agustina Making, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.198808142023212031

Kupang, 2024

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang


Dr. Florentianus Tat, SKp, M.Kes
NIP. 196911281993031005

Ketua Program Studi


Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns M.Kep
NIP.197205271998031001

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH TEKNIK *PURSED LIPS B REATHING* TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Disusun Oleh:

FRIDOLIN KASTRO

NIM.PO5303211421494

Telah diperhatikan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal..... Agustus 2025

Mengesahkan,

Penguji Ketua,

Febtian C. Nugroho, S.Kep.,Ns.,MSN

NIP.199102122019022001

(.....)

Penguji Anggota I,

Maria Agustina Making, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 198808142023212031

(.....)

Penguji Anggota II,

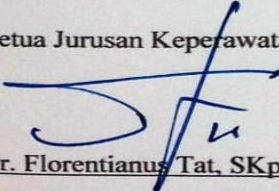
Jane Leo Mangi, S.Kep.Ners.M.Kep

NIP. 196901111994032002

(.....)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang


Dr. Florentianus Tat, SKp.,M.Kes

NIP.196911281993031005

Ketua Program Studi


Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 197205271998031001

BIODATA PENULIS

1. IDENTITAS

Nama : Fridolin Kastro, S.Tr.Kep

Tempat tanggal lahir : Keka, 07 Maret 2001

Jenis kelamin : Laki-laki

Agama : Katolik

Alamat : Jln. Emaus Liliba

2. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDI Keka Rejo Tahun 2008-2014

2. SMP Negeri 8 Satarmese Tahun 2014-2017

3. SMA Negeri 1 Satarmesse Tahun 2017-2020

ABSTRAK

PENGARUH TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Fridolin Kastro¹, Jane Leo Mangi², Maria Agustina Making³, Febtian Nugroho⁴

¹Mahasiswa Prodi Profesi Ners Kemenkes Poltekkes Kupang

^{2,3,4}Dosen Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Kupang

Email : fridolinkastro@gmail.com

Latar Belakang: Tuberkulosis paru merupakan penyakit infeksi menular yang menyerang paru-paru dan dapat menimbulkan gangguan pola napas seperti sesak napas. Teknik pernapasan *Pursed Lips Breathing* (PLB) merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat digunakan untuk memperbaiki pola napas.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik pernapasan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien tuberkulosis paru di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan deskriptif pada dua pasien tuberkulosis paru. Intervensi PLB dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan lima sesi latihan setiap hari. Data dikumpulkan melalui observasi pola napas sebelum dan setelah intervensi, meliputi frekuensi napas, penggunaan otot bantu, fase ekspirasi, dan keluhan sesak napas. **Hasil:** Setelah dilakukan intervensi, kedua partisipan menunjukkan penurunan frekuensi napas, berkurangnya penggunaan otot bantu napas, hilangnya fase ekspirasi memanjang, serta penurunan keluhan sesak napas. Teknik PLB terbukti membantu memperbaiki pola napas pasien tuberkulosis paru.

Kesimpulan: Teknik pernapasan *Pursed Lips Breathing* efektif dalam memperbaiki pola napas pada pasien tuberkulosis paru dan dapat digunakan sebagai terapi tambahan dalam penanganan gangguan pernapasan.

Kata kunci: Tuberkulosis paru, pola napas, *Pursed Lips Breathing*, sesak napas.

ABSTRACT

THE EFFECT OF PURSED LIPS BREATHING TECHNIQUE ON BREATHING PATTERNS IN PULMONARY TUBERCULOSIS PATIENTS IN THE WORKING AREA OF THE OESAPA HEALTH CENTER, KUPANG CITY

Fridolin Kastro¹, Jane Leo Mangi², Maria Agustina Making³, Febtian Nugroho⁴

¹Nursing Profession Study Program, Nursing Department, Ministry of Health,
Kupang Health Polytechnic

^{2,3,4}Lecturers, Nursing Department, Ministry of Health, Kupang Health Polytechnic

Email : fridolinkastro@gmail.com

Background: Pulmonary tuberculosis is an infectious disease that affects the lungs and often leads to impaired breathing patterns such as shortness of breath. *Pursed Lips Breathing* (PLB) is a non-pharmacological intervention that can be used to improve respiratory patterns. **Objective:** This study aims to determine the effect of *Pursed Lips Breathing* technique on respiratory patterns in pulmonary tuberculosis patients in the working area of Oesapa Public Health Center, Kupang City. **Methods:** This study used a descriptive case study method involving two pulmonary tuberculosis patients. The PLB intervention was conducted over three consecutive days with five training sessions each day. Data were collected by observing respiratory patterns before and after the intervention, including respiratory rate, use of accessory muscles, expiratory phase, and complaints of breathlessness. **Results:** After the intervention, both participants showed decreased respiratory rate, reduced use of accessory muscles, absence of prolonged expiration phase, and reduced shortness of breath. The PLB technique proved effective in improving the respiratory patterns of pulmonary tuberculosis patients. **Conclusion:** *Pursed Lips Breathing* is effective in improving the respiratory pattern of pulmonary tuberculosis patients and can be used as a complementary therapy in managing respiratory distress.

Keywords: Pulmonary tuberculosis, respiratory pattern, *Pursed Lips Breathing*, dyspnea.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini dengan judul “Pengaruh Teknik *Pursed Lips Breathing* Terhadap Pola Napas Pada Pasien Tuberkulosis Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang”. Karya ilmiah akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners.

Penulisan karya ilmiah akhir ini tidak akan selesai tanpa bantuan, doa, ide, dukungan moral dan material dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Jane Leo Mangi, S.Kep,Ners.M.Kep, selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, arahan dukungan dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
2. Ibu Maria Agustina Making,S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan saran, dukungan dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
3. Ibu Febtian C. Nugroho, S.Kep.,Ns.,MSN, selaku dosen penguji yang telah membantu, membimbing, mengarahkan, memotivasi dan menilai karya ilmiah akhir ini.
4. Bapak Irfan, SKM., M.Kes, selaku Direktur Poltekes Kemenkes Kupang.
5. Bapak Dr. Florentianus Tat, SKp., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Poltekes Kemenkes Kupang.
6. Bapak Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi Profsi Ners Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Kupang.
7. Ibu Antonia H. Hamu, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku dosen pembimbing akademik dan sekaligus orang tua saya yang telah membimbing, memfasilitasi, dan membantu saya untuk memperlancarkan dalam

keperluan akademik maupun non akademik selama perkuliahan di kampus Jurusan Keperawatan Kupang.

8. Kepala Puskesmas Oesapa, Kota Kupang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan pengumpulan data dalam memenuhi proses penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh Dosen Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama ini.
10. Kedua orang tua tercintaku bapak Hendrikus Henman dan mama Felomena Jemulin serta kakak dan adik saya yang senantiasa mendoakan dan memotivasi serta mendukung penulis baik secara material maupun moril selama menuliskan skripsi ini.
11. Kepada teman dan sahabat saya yang tercinta dan terkasih Angkatan 2020 yang telah kebersamai, mendukung dalam suka dan duka selama perkuliahan yang sudah berlalu.
12. Kepada seluruh keluarga, sahabat, teman dan orang-orang terkasih yang telah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan karya ilmiah akhir ini terdapat banyak kekurangan baik dalam penulisan maupun isi skripsi, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang dapat digunakan sebagai acuan untuk perbaikan penulisan skripsi kedepannya. Akhir kata, semoga tugas ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Kupang, Agustus 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KEASLIAN PENULISAN.....	i
PERSETUJUAN BIMBINGAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat praktis.....	5
1.5 Keaslian Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN P USTAKA	7
2.1 Konsep Tuberkulosis Paru.....	7
2.2 Konsep <i>Pursed Lips Breathing</i>	20
2.3 Konsep Pola Napas	22
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Jenis Dan Desain Penelitian	24
3.2 Subjek Studi Kasus.....	24
3.3 Fokus Studi Kasus	25
3.4 Definisi Operasional Studi Kasus.....	25
3.5 Instrumen Penelitian	25

3.6 Metode Pengumpulan Data	26
3.7 Langkah-langkah Penelitian	26
3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
3.9 Analisa Dan Penyajian Data	27
3.10 Etika Penelitian.....	27
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
4.1 Hasil Penelitian.....	29
4.2 Pembahasan	39
BAB 5 PENUTUP.....	44
5.1 Kesimpulan.....	44
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1 1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2 1 Jenis Obat dan Dosis	17
Tabel 3 1 Definisi Operasional	25
Tabel 4 1 Lembar observasi pola napas Tn.P.F sebelum dilakukan terapi <i>Pured Lips Breathing</i>	32
Tabel 4 2 Lembar observasi pola napasTn.A.D. sebelum dilakukan terapi <i>Pured Lips Breathing</i>	33
Tabel 4 3 Lembar observasi pola napas Tn.P.F setelah dilakukan terapi <i>Pursed Lips Breathing</i> Tabel.....	34
Tabel 4 4 Lembar observasi pola napas Tn.A.D setelah dilakukan terapi <i>Pured Lips Breathing</i>	35
Tabel 4 5 Lembar observasi pola napas Tn.P.F sebelum dan setelah dilakukan terapi <i>Pured Lips Breathing</i>	37
Tabel 4 6 lembar observai pola napasTn.A.D sebelum dan setelah dilakukan terapi <i>Pured Lips Breathing</i>	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Mengatur posisi pasien.....	21
Gambar 2 2 Menghirup	21
Gambar 2 3 Hembuskan Napas.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Imformed Consent	50
Lampiran 2 Lembar Observasi.....	52
Lampiran 3 SOP <i>Pursed Lips Breathing</i>	54
Lampiran 4 Pengkajian Sistem Pernapasan	57
Lampiran 5 Dokumentasi.....	57