



**STUDI KASUS : PENERAPAN *DIAPHRAGM BREATHING*  
*EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN SESAK NAPAS  
PADA PASIEN PPOK DI RSUD TARAKAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**RAFLI RIZQI ANUGRAH**

**2110701019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA  
2024**



**STUDI KASUS : PENERAPAN *DIAPHRAGM BREATHING*  
*EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN SESAK NAPAS  
PADA PASIEN PPOK DI RSUD TARAKAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Keperawatan**

**RAFLI RIZQI ANUGRAH**

**2110701019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA  
2024**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas KTI ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rafli Rizqi Anugrah

NIM : 2110701019

Tanggal : 10 Februari 2024

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 10 Februari 2024

Yang menyatakan,



(Rafli Rizqi Anugrah)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KTI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rafli Rizqi Anugrah  
NIM : 2110701019  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Keperawatan Program Diploma

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Studi Kasus : Penerapan *Diaphragm Breathing Exercise* untuk Menurunkan Sesak Napas pada Pasien PPOK di RSUD Tarakan”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan KTI saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 10 Februari 2024

Yang menyatakan,



(Rafli Rizqi Anugrah)

## PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh :

Nama : Rafli Rizqi Anugrah

NIM : 2110701019

Program Studi : Keperawatan Program Diploma

Judul : Studi Kasus : Penerapan *Diaphragm Breathing Exercise* untuk  
Menurunkan Sesak Napas pada Pasien PPOK di RSUD Tarakan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Diploma, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

  
Ns. Marceta Daa Rosaline, M.Kep  
Penguji I

  
Ns. Rycco Darmaraja, S.Kep., M.Kep  
Penguji II (Pembimbing)

  
Destawati, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D  
Dekan Fikes UPRN "Veteran" Jakarta

  
Ns. Laksita Barbara, S.Kep., MN  
Kaprodiplo Tiga Keperawatan

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Sidang : 04 April 2024

# **STUDI KASUS : PENERAPAN *DIAPHRAGM BREATHING EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN SESAK NAPAS PADA PASIEN PPOK DI RSUD TARAKAN**

**Rafli Rizqi Anugrah**

## **Abstrak**

**Latar Belakang:** Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah salah satu jenis penyakit tidak menular yang menjadi perhatian serius dalam kesehatan masyarakat global **Metode:** Studi kasus ini bersifat deskriptif dengan pendekatan *single case study* di RSUD Tarakan, menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria klien berusia 40-75 tahun, dengan diagnosis PPOK, memiliki kemampuan literasi, pendengaran normal, dan dapat memahami instruksi. Intervensi yang dilakukan membahas mengenai penerapan latihan DBE terhadap status oksigenasi (*respiration rate*, saturasi oksigen & skala *Borg*) dengan menggunakan pulse oximetry. Data yang dikumpulkan berupa observasi, wawancara, pemeriksaan fisik, data sekunder, dokumentasi. **Hasil:** pengkajian yang didapatkan klien mengeluh sesak memberat dengan ditandai perubahan frekuensi pernapasan dan pola pernapasan. Diagnosis pada Tn. K pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas. Intervensi keperawatan yang dilakukan pemantauan respirasi dan penerapan latihan DBE. Implementasi yang dilakukan sesuai dengan intervensi selama 3 hari setiap pagi pukul 09.00 dan sore pukul 15.00 setelah latihan DBE di dapatkan data : RR: 18x/m, SPO<sup>2</sup> 98%, skala Borg: 3 dengan membaik. **Kesimpulan:** penerapan latihan DBE terbukti efektif dalam penurunan sesak napas dan asuhan keperawatan kepada pasien dapat teratasi.

**Kata Kunci :** *Diaphragm Breathing Exercise*, PPOK, Status Pernapasan, Skala Borg, *Single Case Study*

# ***CASE STUDY : APPLICATION OF DIAPHRAGM BREATHING EXERCISE TO REDUCE SHORTNESS OF BREATH IN PPOK PATIENTS AT TARAKAN HOSPITAL***

**Rafli Rizqi Anugrah**

## ***Abstract***

***Background:*** Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is one type of non-communicable disease that is a serious concern in global public health  
***Methods:*** This case study is descriptive with a single case study approach at RSUD Tarakan, using purposive sampling technique with client criteria aged 40-75 years, with a diagnosis of COPD, has literacy skills, normal hearing, and can understand instructions. The intervention discussed the application of DBE exercises to oxygenation status (respiration rate, oxygen saturation & Borg scale) using pulse oximetry. Data collected in the form of observation, interviews, physical examination, secondary data, documentation. ***Results:*** the assessment obtained by the client complained of worsening shortness of breath with marked changes in respiratory frequency and breathing patterns. Diagnosis on Mr. K ineffective breathing patterns associated with obstacles to breathing efforts. Nursing interventions are monitoring respiration and applying DBE exercises. Implementation is carried out in accordance with the intervention for 3 days every morning at 09.00 and afternoon at 15.00 after DBE training obtained data: RR: 18x/m, SPO<sup>2</sup> 98%, Borg scale: 3 with improvement. ***Conclusion:*** the application of DBE exercises has proven effective in reducing shortness of breath and virginity care to patients can be resolved.

***Keywords :*** Borg Scale, COPD, Diaphragm Breathing Exercise, Respiratory Status, Single Case Study

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Penerapan *Diaphragm Breathing Exercise* untuk Menurunkan Sesak Napas pada Pasien PPOK di RSUD Tarakan”. Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan. Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Ibu Desmawati, S.KP., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D selaku Dekan Fikes UPN “Veteran” Jakarta
2. Ibu Ns. Laksita Barbara, S.Kep., MN selaku Koordinator Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
3. Bapak Ns. Rycco Darmareja, S.Kep., M.Kep., selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan memberikan arahan sehingga penulisan karya tulis ilmiah ini dapat berjalan dengan lancar
4. Terima kasih kepada jajaran Direksi RSUD Tarakan, perawat dan seluruh staf yang telah memberikan izin dan pendampingan dalam penelitian

Di samping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak Arif Budiman, Ibu Rita Suherni, serta seluruh keluarga yang selalu memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman khususnya Putri Rahayu yang telah memberikan dukungan selama penulisan karya tulis ilmiah ini.

Jakarta, 10 Februari 2024

Penulis



(Rafli Rizqi Anugrah)



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SINGKATAN .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1. Latar Belakang Masalah .....	1
I.2. Rumusan Masalah.....	5
I.3. Tujuan Penelitian .....	5
I.4. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
II.1. Landasan Teori .....	8
II.2. Kerangka Teori .....	26
II.3. Tabel Penelitian Terdahulu .....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
III.1. Desain Penelitian.....	28
III.2. Hipotesis Penelitian.....	28
III.3. Definisi Operasional.....	29
III.4. Populasi dan Sampel .....	30
III.5. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
III.6. Instrumen Penelitian.....	31
III.7. Metode Pengumpulan Data .....	31
III.8. Analisa Data .....	33
III.9. Prosedur Penelitian.....	33
III.10. Etika Penelitian .....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	36
IV.1 Hasil.....	36
IV.2 Pembahasan .....	42
BAB V PENUTUP.....	48
V.1 Kesimpulan .....	48
V.2 Saran .....	48

DAFTAR PUSTAKA .....	50
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Daftar Standar Dignosis, Luaran, dan Intervensi Keperawatan .....	23
Tabel 2	Penelitian Terdahulu .....	27
Tabel 3	Definisi Operasional .....	29
Tabel 4	Analisa Data .....	33
Tabel 5	Lembar Observasi Pemantauan Penerapan Intervensi DBE .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Pathway PPOK.....	12
Gambar 2	Kerangka Teori.....	26
Gambar 3	Alur Prosedur Penelitian .....	33
Gambar 4	Data Penunjang Laboratorium Pada Pasien .....	37

## DAFTAR SINGKATAN

COPD	= <i>Chronic Obstructive Pulmonary Disease</i>
DBE	= <i>Diaphragm Breathing Exercise</i>
EBN	= <i>Evidence Based Nursing</i>
KEMENKES	= Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
PNPK	= Pedoman Nasional Pelayanan Medis PPOK
PPOK	= Penyakit Paru Obstruktif Kronik
PPNI	= Persatuan Perawat Nasional Indonesia
RSUD	= Rumah Sakit Umum Daerah
SDKI	= Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SIKI	= Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	= Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SOP	= Standar Operasional Prosedur

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 3 *Informed Consent*
- Lampiran 4 Lembar Pengkajian
- Lampiran 5 SOP *Diaphragma Breathing Exercise*
- Lampiran 6 Instrumen Lembar Observasi
- Lampiran 7 Media Edukasi Penerapan DBE
- Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Sidang
- Lampiran 10 Formulir Pendaftaran Sidang
- Lampiran 11 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 12 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 13 Hasil Uji Turnitin