

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE*
PADA TN. S DAN TN. R DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF AKIBAT PENYAKIT
PARU OBSTRUKTIF KRONIK DI RUANG
CUT NYAK DIEN RSUD ARJAWINANGUN
KABUPATEN CIREBON**



**Oleh :
HENDRI WIJAYA
NIM. P20620223025**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPULIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE*
PADA TN. S DAN TN. R DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF AKIBAT PENYAKIT
PARU OBSTRUKTIF KRONIK DI RUANG
CUT NYAK DIEN RSUD ARJAWINANGUN
KABUPATEN CIREBON**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada
Program Studi Keperawatan Cirebon



Oleh :
HENDRI WIJAYA
NIM. P20620223025

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON
2026**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON**

Karya Tulis Ilmiah, 17 Mei 2026

**Implementasi *Diaphragmatic Breathing Exercise* Pada Tn. S dan Tn. R
Dengan Masalah Keperawatan Pola Napas Tidak Efektif Akibat Penyakit
Paru Obstruktif Kronik di Ruang Cut Nyak Dien RSUD Arjawinangun
Kabupaten Cirebon**

Hendri Wijaya¹, Tiffany Gita Sesaria², Edi Ruhmadi³

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah penyakit paru kronis yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti asap rokok dan polusi udara. Kemudian, akan menyebabkan terhambatnya aliran udara di saluran pernapasan, sehingga terjadi penurunan fungsi paru ditandai dengan gejala respirasi kronik seperti sesak napas, batuk dan produksi sputum. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), PPOK termasuk salah satu penyebab kematian tertinggi di dunia. Salah satu terapi nonfarmakologis untuk mengatasi masalah pola napas tidak efektif pada pasien PPOK yaitu *diaphragmatic breathing exercise*. **Tujuan:** Menerapkan implementasi pada pasien PPOK yang dilakukan terapi *diaphragmatic breathing exercise*. **Metode:** Desain karya tulis ilmiah ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh melalui observasi dan wawancara terhadap 2 pasien PPOK yang menerima terapi *diaphragmatic breathing exercise* selama 5 hari berturut-turut dengan frekuensi 1 kali sehari dan total durasi 15 menit. **Hasil:** Kedua pasien menunjukkan adanya perubahan kondisi klinis yang baik berupa penurunan frekuensi napas, peningkatan saturasi oksigen, serta selama periode observasi dan intervensi, tidak tampak adanya retraksi otot aksesori napas. **Kesimpulan:** Implementasi *diaphragmatic breathing exercise* terbukti efektif dalam memperbaiki masalah pernapasan pada pasien dengan masalah pola napas tidak efektif akibat PPOK. **Saran:** Terapi *diaphragmatic breathing exercise* dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari secara mandiri untuk meminimalisir terganggunya aktivitas maupun konsentrasi yang disebabkan oleh sesak napas.

Kata Kunci: PPOK, *Diaphragmatic Breathing Exercise*, Pola Napas Tidak Efektif

¹Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon

^{2,3}Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
HEALTH POLYTECHNIC OF TASIKMALAYA
DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM CIREBON
Scientific Paper, May 17, 2025

***Implementation of Diaphragmatic Breathing Exercise in Mr. S and Mr. R With
Nursing Problems of Ineffective Breathing Pattern Due to Chronic Obstructive
Pulmonary Disease in the Cut Nyak Dien Ward of Arjawinangun
Regional General Hospital
Cirebon Regency***

Hendri Wijaya¹, Tifanny Gita Sesaria², Edi Ruhmadi³

ABSTRACT

Background: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a chronic lung disease caused by various factors, such as cigarette smoke and air pollution. This condition causes airflow obstruction in the respiratory tract, resulting in decreased lung function characterized by chronic respiratory symptoms such as shortness of breath, cough, and sputum production. Based on data from the World Health Organization (WHO), COPD is one of the leading causes of death worldwide. One of the non-pharmacological therapies that can be applied to overcome ineffective breathing patterns in COPD patients is diaphragmatic breathing exercise. **Objective:** To implement diaphragmatic breathing exercise in COPD patients with nursing problems of ineffective breathing patterns. **Methods:** This scientific paper used a qualitative descriptive design with a case study approach. Data were obtained through observation and interviews with 2 COPD patients who received diaphragmatic breathing exercise therapy for 5 consecutive days with a frequency of once daily and a total duration of 15 minutes. **Results:** Both patients showed positive clinical changes, including decreased respiratory rate, increased oxygen saturation, and no visible use of accessory respiratory muscles during the observation and intervention period. **Conclusion:** The implementation of diaphragmatic breathing exercise was proven effective in improving respiratory problems in patients with ineffective breathing patterns due to COPD. **Suggestion:** Diaphragmatic breathing exercise can be applied independently in daily life to help reduce shortness of breath so that patients' activities and concentration are not disturbed.

Keywords: COPD, Diaphragmatic Breathing Exercise, Ineffective Breathing Pattern

¹Student of Diploma III Nursing Study Program Cirebon

^{2,3}Lecturers of Diploma III Nursing Study Program Cirebon

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Implementasi *Diaphragmatic Breathing Exercise* pada Tn. S dan Tn. R dengan Masalah Keperawatan Pola Napas Tidak Efektif Akibat Penyakit Paru Obstruktif Kronik di Ruang Cut Nyak Dien RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon" ini dengan tepat waktu. Karya Tulis Ilmiah ini disusun guna memenuhi salah satu syarat tugas akhir dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kementerian Kesehatan Tasikmalaya Program Studi Keperawatan Cirebon.

Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan berupa pikiran, tenaga serta motivasi. Oleh karena itu, penulis mengucapkan rasa penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ridwan Kustiawan, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Eyet Hidayat, SPd., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
4. Badriah, SST., MPH selaku pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, serta dukungan selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.
5. Tifanny Gita Sesaria, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing utama yang dengan senang hati meluangkan banyak waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi semangat serta motivasi kepada penulis dalam menyusun karya tulis ilmiah.
6. Edi Ruhmadi, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang meluangkan banyak waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi nasihat kepada penulis dalam menyusun karya tulis ilmiah.

7. Keluarga kecil tercinta, yaitu kedua orang tua, Bapak Rosidi dan Ibu Toyiba, serta kakak satu-satunya, Afif Fauzi, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, perhatian, motivasi, serta dukungan moral maupun material tanpa henti. Berkat ketulusan, pengorbanan, dan kesabaran mereka, penulis mampu melewati setiap proses dan tantangan hingga akhirnya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan sebaik-baiknya.
8. Rekan-rekan seperjuangan Mahasiswa D-III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya angkatan tahun 2023. Khususnya kepada seluruh rekan kelas tingkat 3A, yang selalu memberikan semangat kepada satu sama lain dan memberikan dukungannya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Mengingat kekurangan pengetahuan penulis dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang baik, penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, tetapi penulis telah berusaha sebaik mungkin. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan selanjutnya.

Cirebon, 14 Januari 2026



Hendri Wijaya

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Konsep PPOK	11
B. Konsep Pola Napas Tidak Efektif.....	24
C. Konsep <i>Diaphragmatic Breathing Exercise</i>	28
D. Kerangka Teori dan Kerangka Konsep.....	33
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	34
A. Rancangan Karya Tulis Ilmiah.....	34
B. Subyek Karya Tulis Ilmiah	34
C. Definisi Operasional	35
D. Metode dan Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	37
F. Lokasi dan Waktu	37
G. Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah.....	38
H. Keabsahan Data.....	40
I. Analisa Data	41
J. Etika Penilaian.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan.....	52
C. Keterbatasan KTI.....	55
D. Implikasi untuk Keperawatan.....	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2.1 Klasifikasi PPOK	17
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	27
Tabel 2.3 SOP <i>Diaphragmatic Breathing Exercise</i>	31
Tabel 3.1 Definisi Operasional	35
Tabel 3.2 Waktu	38
Tabel 4.1 Karakteristik Umum Pasien	44
Tabel 4.2 Diagnosa Keperawatan	46
Tabel 4.3 Hasil Implementasi <i>Diaphragmatic Breathing Exercise</i> Pasien I	48
Tabel 4.4 Hasil Implementasi <i>Diaphragmatic Breathing Exercise</i> Pasien II	50
Tabel 4.5 Perbedaan Hasil Implementasi <i>Diaphragmatic Breathing Exercise</i> Pasien I dan Pasien II	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Ilustrasi Terapi <i>Diaphragmatic Breathing Exercise</i>	29
--	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway PPOK.....	16
Bagan 2. 2 Kerangka Teori	33
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan Terapi Diaphragmatic Breathing Exercise Pasien I*
- Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Pelaksanaan Terapi Diaphragmatic Breathing Exercise Pasien II*
- Lampiran 3 Informed Consent Pasien I*
- Lampiran 4 Informed Consent Pasien II*
- Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur Diaphragmatic Breathing Exercise*
- Lampiran 6 Lembar Observasi Pasien I*
- Lampiran 7 Lembar Observasi Pasien II*
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI*
- Lampiran 9 Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian Proposal KTI*
- Lampiran 10 Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian Karya Tulis Ilmiah*
- Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup*
- Lampiran 12 Hasil Turnitin*