

KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN PPOK DENGAN
IMPLEMENTASI PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION
(PMR) DAN DEEP BREATHING EXERCISES (DBE)
UNTUK MENGATASI MASALAH POLA
NAPAS TIDAK EFEKTIF DI
RSUD REJANG LEBONG
TAHUN 2025**



DISUSUN OLEH :

DINDA BERLIAN
P01720122013

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
T.A 2024-2025**

LAPORAN KARYA TULIS ILMIAH

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN PPOK DENGAN
IMPLEMENTASI PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION
(PMR) DAN DEEP BREATHING EXERCISES (DBE)
UNTUK MENGATASI MASALAH POLA
NAPAS TIDAK EFEKTIF DI
RSUD REJANG LEBONG
TAHUN 2025**

**Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan**



DISUSUN OLEH :

**DNDA BERLIAN
P01720122013**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
T.A 2024-2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah Atas :

Nama : Dinda Berlian
Tempat, Tanggal lahir : Air Kati, 03 Juni 2003
NIM : P01720122013
Judul KTI : “Asuhan Keperawatan pada Pasien PPOK dengan Implementasi Progressive Muscle Relaxation (PMR) dan Deep Breathing Exercises (DBE) untuk mengatasi masalah pola nafas tidak efektif di RSUD REJANG LEBONG Tahun 2025”

Kami setuju untuk diseminarkan pada tanggal

Curup, Mei 2025

Pebimbing



Dr. Leli Mulyati, M.Kep.Ns.Sp.Kep.MB
NIP.197601172001122002

**HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN PPOK DENGAN
IMPLEMENTASI PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION (PMR) DAN
DEEP BREATHING EXERCISES (DBE) UNTUK MENGATASI
MASALAH POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF DI RSUD
REJANG LEBONG TAHUN 2025**


Disusun oleh:

DINDA BERLIAN
NIM.P01720122013

Telah diujikan di depan Penguji Karya Tulis Ilmiah Program studi Keperawatan
Program Diploma Tiga Jurusan Keperawatan Curup Poltekkes Kemenkes
Bengkulu pada Tanggal 25 Juni 2025, dan dinyatakan

LULUS

Ketua Penguji


Ns. Fatimah Khoirini, SST., M. Kes
NIP: 198010202005012004

Anggota Penguji I


Almaini, S.KpM.Kes
NIP. 196406101986031001

Anggota Penguji II


Dr. Leli Mulyati, M.Kep.Ns.Sp.Kep.KM
NIP.197601172001122002

Karya Tulis Ilmiah ini telah memenuhi salah satu persyaratan
Untuk mencapai Derajat Ahli Madya Keperawatan

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Jurusan Keperawatan Curup Poltekkes Kemenkes Bengkulu**


Ns. Chandria Buana, SST, MPH
NIP.197101041991021001

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN PPOK DENGAN
IMPLEMENTASI PROGRESIVE MUSCLE RELAXATION
(PMR) DAN DEEP BREATHING EXERCISES (DBE) UNTUK
MENGATASI MASALAH POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF
DI RSUD REJANG LEBONG
TAHUN 2025**

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) merupakan penyakit yang menyerang pernafasan sehingga terjadi sesak napas, dapat ditandai dengan obstruksi jalan napas yang buruk, termasuk obstruksi jalan nafas sehingga menyebabkan terjadinya penyempitan pada saluran pernafasan sehingga penderita mengalami sesak napas. Studi kasus ini bertujuan untuk mempelajari dan memahami asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami PPOK dengan pola nafas tidak efektif di ruang Edelweis RSUD kabupaten Rejang Lebong. **Metode Penelitian:** studi kasus pada klien yang mengalami Penyakit Paru Obstruktif Kronik, yang dilakukan pada bulan juni 2025, pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, pemeriksaan fisik serta studi dokumentasi. **Hasil:** Pengkajian yang dilakukan pada pasien didapatkan keluhan yang sama berupa sesak nafas, disertai batuk dan pada pemeriksaan fisik didapatkan suara nafas tambahan berupa rhonci. Diagnosis keperawatan yang muncul berupa pola nafas tidak efektif yang berhubungan dengan kelemahan otot pernapasan. Tindakan keperawatan yang dilakukan adalah latihan Deep breathing exercisesb dan progresive muscle relaxtation selama 3x24 jam, didapatkan hasil pola nafas membaik dan sesak nafasberkurang. **Kesimpulan:** Asuhan keperawatan pada klien yang mengalami PPOK dengan masalah keperawatan pola nafas tidak efektif yang berhubungan kelemahan otot pernapasan teratasi, keletihan teratasi, intoleransi aktivitas teratasi dan bersihan jalan napas tidak efektif pada klien teratasi. **Saran:** Perawat memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga tentang pemberian tehnik deep breathing exercises dan progresive muscle realxtation sebagai penatalaksanaan awal untuk mengurangi sesak dan mengontrol pola napas.

Kata kunci: PPOK, Deep Breathing Exercises dan Progresive Muscle Relaxtation.

**NURSING CARE FOR COPD PATIENTS WITH
IMPLEMENTATION OF PROGRESSIVE MUSCLE
RELAXATION (PMR) AND DEEP BREATHING EXERCISES
(DBE) TO OVERCOME THE PROBLEM OF INDEFECTIVE
BREATHING PATTERNS IN REJANG
LEBONG HOSPITAL
IN 2025**

ABSTRAK

Introduction: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a disease that affects the respiratory system, causing shortness of breath, characterized by poor airway obstruction, including airway narrowing, which leads to breathing difficulties. This case study aims to study and understand nursing care for patients with COPD with ineffective breathing patterns in the Edelweis room of Rejang Lebong Regency Hospital. **Method:** A case study was conducted on a client with Chronic Obstructive Pulmonary Disease in June 2025, using data collection methods such as interviews, observations, physical examinations, and documentation studies. **Results:** The assessment found that the patient complained of shortness of breath, accompanied by coughing, and physical examination revealed additional breath sounds in the form of rhonchi. The nursing diagnosis was ineffective breathing pattern related to respiratory muscle weakness. Nursing interventions performed were deep breathing exercises and progressive muscle relaxation for 3x24 hours, resulting in improved breathing patterns and reduced shortness of breath. **Conclusion:** Nursing care for clients with COPD with ineffective breathing patterns related to respiratory muscle weakness, fatigue, activity intolerance, and ineffective airway clearance was resolved, with some improvement in airway clearance. **Suggestion:** Nurses should provide education to patients and families about deep breathing exercises and progressive muscle relaxation techniques as initial management to reduce shortness of breath and control breathing patterns.

Keywords: COPD, Deep Breathing Exercises, and Progressive Muscle Relaxation.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Asuhan Keperawatan pada Pasien PPOK dengan Implementasi Progressive Muscle Relaxation (PMR) dan Deep Breathing Exercises (DBE) untuk mengatasi masalah pola nafas tidak efektif di RSUD Rejang Lebong Tahun 2025”

Penulisan Karya Tulis Ilmiah laporan tugas akhir ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Diploma III Keperawatan. Dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapat bantuan baik materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Linda, SST., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
2. Ns. Erni Buston, SST. M.Kes, Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
3. NS. Chandra Buana, SST., MPH, selaku Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Curup Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Dr.Leli Mulyati,M.Ke,Ns.Sp.Kep.MB selaku Dosen Pembimbing dan penguji II dalam proses penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mengucapkan terimakasih atas bimbingan serta saran dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
5. Ns.Fatimah Khorini,M.Kes selaku ketua penguji yang telah menyediakan waktu menguji penulis dan memberikan arahan serta masukan yang bersifat membangun.

6. Almaini M.Kes selaku ketua penguji I yang telah menyediakan waktu menguji penulis dan memberikan arahan serta masukan yang bersifat membangun.
7. Seluruh staf prodi diploma III keperawatan curup potekkes kemenkes Bengkulu.
8. Untuk kedua orang tua tercintaku ayah **ADI RAHMADI** dan ibu **WINARTI** yang senantiasa memberikan dukungan baik moral maupun materil,serta selalu mendoakan untuk kebaikan anak-anaknya,selalu memberikan limpahaan kasih sayang, cinta, dukungan, dan motivasi.menjadi kebanggaan memiliki oang ua yang mendukung dan motivasi. Menjadi kebanggaan memiliki orang tua yang mendukung anaknya untuk menggapai cita-cita dan selalu siap menjadi sandaran terkuat di setiap perjalanan yang tidak mudah.
9. Kemudian untuk kedua orang yang tak lupa pula senatiasa mendoakan setiap perjuangan ku ayah **SARKATIK** dan ibu **SAWIYAH**, yang selalu memberikan dukungan serta membantu moral dan materil.terimakasih karena sudah senantiasa menemani penulis dan mendukung setiap langkah penulis.
10. Saudara Perempuan dan laki-laki Terhebatku **DITA AGUSTIANTI, RISKA OCTARI** dan **DEWANDI DWI NOPPRIANTO, PANGKI NUGROHO** terimakasih sudah menjadi kakak sekaligus teman dalam ykepada penulis dan juga selalu memberikan dukungan moral maupun materil. Terimakasih telah menjadi kakak yang hebat, mari bertemu hal-hal baik di tahun berikutnya.
11. Kepada seluruh pihak keluarga besar yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu terimakasih selalu memberikan dukungan baik secara moril. Dan tidak lupa 4 keponakan tercinta **ARFA HURIYAH ELFARADIS, M.ZIDAN**

ALFARIZI, SYAUQI SINAN HAFIZAN, AZZAHRA SALSABLA KHAIRUNNISA yang selalu memberikan penulis kelucuan-kelucuan random disetiap harinya.

12. Terimakasih kepada seluruh teman seperjuangan di Prodi Keperawatan Curup Angkatan 2022 yang telah berperan banyak di bangku kuliah. *See you on top, guys.*

13. Untuk **AHMAD AFRIZAL**, termakasih karena sudah meluangkan waktu, tenaga, serta materil untuk penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini, terimakasih karna sudah mau mendengar keluh kesah saya dan selalu memberikan dukungan, pengingat, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan ini dengan baik.

Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun selalu penulis harapkan untuk kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata, penulis sampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dari awal sampai akhir. Semoga Allah SWT selalu meridhai segala usaha kita, Amin.

Curup, 3 juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABLE	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DATAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah	5
1.3 Tujuan penelitian	6
1.4 Manfaat penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep penyakit PPOK.....	8
2.1.1 Definisi	8
2.1.2 Etiologi	8
2.1.3 Manifestasi klinis.....	9
2.1.4 Antomi fisiologi saluran pernapasan	9
2.1.5 Patofisiologi	13
2.1.6 WOC penyakit paru obstruktif kronik.....	16
2.1.7 Pemeriksaan penunjang.....	17
2.1.8 Komplikasi	18
2.1.9 Penatalaksanaan Medis	19
2.1.10 Penatalaksanaan keperawatan.....	20
2.2 Pola Napas Tidak Efektif.....	23
2.2.1 Definisi Pola Napas Tidak Efektif	23
2.2.2 Penyebab pola napas tidak efektif.....	23
2.2.3 Penatlaksanaa pola napas tidak efektif.....	24
2.3 Konsep Dasar Progressive Muscle Relaxation (PMR) Dan Deep Breathing Exercises (DBE)	25
2.3.1 Definisi (PMR) dan (DBE).....	25
2.3.2 Tujuan (PMR) dan (DBE)	26
2.3.3 Manfaat (PMR) dan (DBE)	26
2.3.4 Evidenbase (PMR) dan (DBE)	28
2.3.5 Prosedur tindakan (PMR) dan (DBE)	30

2.4 Asuhan keperawatan	32
2.4.1 Pengkjian keperawatan	32
2.4.2 Diagnosa keperawatan	37
2.4.3 Intervensi keperawatan	39
2.4.4 Implementasi keperawatan	42
2.4.5 Evaluasi keperawatan	42
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain/Rancangan Studi Kasus	43
3.2 Subjek Studi Kasus.....	43
3.3 Fokus Studi Kasus	44
3.4 Definisi Operasional	44
3.5 Intrumen Penelitian	45
3.6 Tempat Dan Waktu	45
3.7 Pengumpulan Data	45
3.8 Analisis Dan Penyajian Data	47
3.9 Etika Penelitian	47
3.10 Lembar Observasi	49
BAB IV TINJAUAN KASUS	
4.1 Pengkajian	51
4.2 Pembahasan	82
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	91
5.2 Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul	Halaman
2.1	prosedur tindakan Progressive Muscle Relaxation (PMR)	30
2.2	Intervensi Keperawatan	39
4.1	Pola Kebiasaan Sehari-hari	54
4.2	Pemeriksaan Fisik	56
4.3	Hasil Pemeriksaan Laboratorium	58
4.4	Terapi penatalaksanaan	59
4.5	Analisa Data	61
4.7	Diagnosa Keperawatan	63
4.8	Intervensi Keperawatan	64
4.9	Implementasi keperawatan	68
4.10	Evaluasi keperawatan	73

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul	Halaman
2.1	Anatomi fisiologi PPOK	11

DAFTAR SKEMA

Nomor	Judul	Halaman
2.1	WOC Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)	16
2.2	Genogram	52

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul
1.	Lembar Observasi
2.	SOP
3.	Keaslian Tulisan
4.	Informed Consent
5.	PSP
6.	Surat Izin Penelitian
7.	Surat Selesai Penelitian
8.	Biodata
9.	Dokumentasi
10.	Jurnal
11.	Turnitin