

**IMPLEMENTASI *PURSED LIP BREATHING* DAN *GUIDED
IMAGERY MUSIC* PADA PASIEN PENYAKIT PARU
OBSTRUKSI KRONIS DENGAN KECEMASAN DI RSUD
KARDINAH**



TUGAS AKHIR

NAMA : KHAIDAR ALI FIKRI

NIM : 22130054

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL**

2025

**IMPLEMENTASI *PURSED LIP BREATHING* DAN *GUIDED
IMAGERY MUSIC* PADA PASIEN PENYAKIT PARU
OBSTRUKSI KRONIS DENGAN KECEMASAN
DI RSUD KARDINAH**



TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Mencapai Gelar Derajat
Ahli Madya

NAMA : KHAIDAR ALI FIKRI

NIM : 22130054

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL**

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

NAMA : Khaidar Ali Fikri

NIM : 22130054

Tanda Tangan



Tanggal : 4 Agustus 2025

HALAMAN PERSETUJUAN
IMPLEMENTASI *PURSED LIP BREATHING* DAN *GUIDED*
***IMAGERY MUSIC* PADA PASIEN PENYAKIT PARU**
OBSTRUKSI KRONIS DENGAN KECEMASAN
DI RSUD KARDINAH

LAPORAN TUGAS AKHIR

Oleh :

NAMA : KHAIDAR ALI FIKRI

NIM : 22130054

DIPERIKSA DAN DISETUJUI OLEH

PEMBIMBING I


Ns. Ibnu Hasan, M.Kep
NIDN. 0629069103

PEMBIMBING II


Ns. Nanda Bachtiar, M.Kep
NIDN. 0623129601

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh :

NAMA : Khaidar Ali Fikri

NIM : 22130054

Skim TA : KTI/Tim Riset Dosen/Publikasi*)

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Judul Tugas Akhir : Implementasi *Pursed Lip Breathing* dan *Guided Imagery Music* pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis dengan Kecemasan di RSUD Kardinah. Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan, Politeknik Harapan Bersama.

TIM PENGUJI

Ketua Penguji : Ns. Ardi Henda Karmandika, M.Kep ()

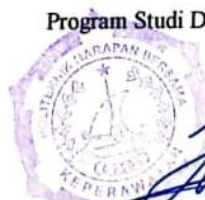
Anggota Penguji 1 : Ns. Candra Andodo, M.Kep ()

Anggota Penguji 2 : Ns. M. Ibnu Hasan, M.Kep ()

Tegal, 4 Agustus 2025

Program Studi Diploma III Keperawatan

Ketua Program Studi,



Ns. Ardi Henda Karmandika, M.Kep 

NIPY. 09.020.452

KATA PENGANTAR

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Moduga wonhae, Sarang don myeongye
(Seventeen)

내가 힘들 때 울 것 같을, 때기운도 이젠 나지 않을 때
Giundo ijen naji aneul ttae, Naega himdeul ttae ul geot gateul ttae
(Newjeans)

Cause I get what I want and. I want what I get like every time
'Cause I glow when I roll out of bed. No regrets, I'm living my life
Jigyeoul geokjeong ttawin no more
(Fiftyfifty)

Geunde kkok haeyagesseoyo eomma. Naega animyeon nugahalkka. You can call
me say Anpan
(BTS)

'Cause if you like the way you look that much. Ohhhh baby you should go and love
yourself
(Justin Bieber)

Standing in the hall of fame. And the world's gonna know your name. Cause you
burn with the brightest flame. And the world's gonna know your name
(The Script)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah SWT. Zat yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul " **Implementasi *Pursed Lip Breathing Dan Guided Imagery Music* Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis Di Rsud Kardinah**" Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Bapak apt. Heru Nurcahyo, S.Farm., M.Sc. selaku Direktur Politeknik Harapan Bersama Tegal.
2. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep selaku ketua prodi keperawatan Politeknik Harapan Bersama Tegal.
3. Bapak Ns. Ibnu Hasan M.Kep selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan ilmu bagi penulis. Terimakasih atas waktu dan bimbingannya
4. Bapak Ns. Nanda Bachtiar M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan ilmu bagi penulis. Terimakasih atas waktu dan bimbingannya

5. Bapak dan Ibu dosen khususnya program studi diploma III Keperawatan Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan.

6. Kedua orang tua yang senantiasa mendoakan dan mengusahakan yang terbaik untuk saya hingga terselesaikannya Tugas Akhir ini

7. Semua pihak yang membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini

Akhir kata, penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna. Penulis masih melakukan kesalahan dalam penyusunan tugas akhir. Oleh karena itu, penulis meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan penulis. Penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan rahmat dan ridha-Nya kepada kita semua.

Tegal, 24 Juni 2024



Khaidar Ali Fikri

ABSTRAK

Implementasi *Pursed Lip Breathing* Dan *Guided Imagery Music* Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis Dengan Kecemasan Di Rsud Kardinah

Fikri, Ali; Hasan, Ibnu; Bachtiar, Nanda.
Politeknik Harapan Bersama Tegal

Latar belakang: PPOK merupakan penyakit paru kronik yang ditandai oleh hambatan aliran udara di saluran napas sehingga menyebabkan dispnea hingga eksaserbasi, hal ini dapat meningkatkan kecemasan serta memperburuk *quality of life*. Salah satu upaya dalam mengurangi dispnea dan kecemasan adalah dengan mengombinasikan *pursed lip breathing* dan *guided imagery music*. Kombinasi ini bertujuan untuk melatih kontrol pernapasan dan meningkatkan fokus serta ketenangan dalam mental. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui Implementasi *Pursed Lip Breathing* Dan *Guided Imagery Music* Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis. **Metodelogi:** Karya Tulis Ilmiah ini disusun menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan yang dilaksanakan pada tanggal 6-8 Mei 2025 di RSUD Kardinah. **Pasien:** Pasien dalam studi kasus ini adalah pasien yang mengalami PPOK dan kecemasan dengan skala sedang. **Hasil:** Hasil dari penerapan *Pursed Lip Breathing* Dan *Guided Imagery Music* Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis adanya penurunan skala BPAT dan HARS, dibuktikan skala BPAT sebelum melakukan implementasi : 9 setelah dilakukan implementasi selama 3 hari menjadi : 6 dan skala HARS sebelum melakukan implementasi : 34 setelah dilakukan implementasi selama 3 hari menjadi : 28. **Rekomendasi:** Bagi penderita PPOK dapat melakukan *Pursed Lip Breathing* Dan *Guided Imagery Music* untuk mengurangi dispnea dan kecemasan.

Kata Kunci : PPOK; Kecemasan; *Pursed Lip Breathing*; *Guided Imagery Music*

ABSTRACT

Implementation of Pursed Lip Breathing and Guided Imagery Music in Chronic Obstructive Pulmonary Disease Patients with Anxiety at Kardinah Hospital

Fikri, Ali; Hasan, Ibnu; Bachtiar, Nanda.
Politeknik Harapan Bersama Tegal

Background: COPD is a chronic lung disease characterized by airflow obstruction in the airways, causing dyspnea and exacerbations, which can increase anxiety and worsen quality of life. One effort to reduce dyspnea and anxiety is to combine pursed lip breathing and guided imagery music. This combination aims to train breathing control and enhance focus and mental calmness. **Objective:** This case study aims to investigate the implementation of pursed lip breathing and guided imagery music in patients with chronic obstructive pulmonary disease. **Methodology:** This scientific paper was compiled using a descriptive with a nursing care approach conducted on May 6–8 2025, at Kardinah General Hospital. **Patients:** The patients in this case study were those with COPD and moderate anxiety. **Results:** The results of the application of pursed lip breathing and guided imagery music in patients Chronic Obstructive Pulmonary Disease showed a decrease in the BPAT and HARS scales, as evidenced by the BPAT scale before implementation: 9, after implementation for 3 days: 6, and the HARS scale before implementation: 34, after implementation for 3 days: 28. **Recommendations:** For COPD patients, Pursed Lip Breathing and Guided Imagery Music to reduce dyspnea and anxiety.

Keywords: COPD; Anxiety; Pursed Lip Breathing; Guided Imagery Music

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM	i
HALAMAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penulisan	6
1.4 Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep PPOK	8
2.2 Konsep Pola Nafas Tidak Efektif pada PPOK	13
2.3 Konsep Kecemasan pada PPOK	16
2.4 Teknik <i>Pursed Lip Breathing</i>	20
2.5 Teknik <i>Guided Imagery Music</i>	22
2.6 Indikator Ketercapaian	23
2.7 Asuhan Keperawatan Pada Pasien PPOK	27
BAB III METODOLOGI PENULISAN	36
3.1 Rancangan Studi Kasus	36
3.2 Subjek Studi Kasus	36
3.3 Fokus Studi Kasus	37
3.4 Definisi Operasional	37
3.5 Tempat dan Waktu Studi Kasus	38
3.6 Prosedur Pengumpulan Data dan Instrumen Pengumpulan Data	38
3.7 Penyajian Data	42

3.8 Etika Studi Kasus	42
BAB IV STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	45
4.1 Hasil Studi Kasus	45
4.2 Pembahasan.....	70
4.3 Keterbatasan.....	81
BAB V PENUTUPAN.....	82
5.1 Kesimpulan	82
5.2 Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 klasifikasi PPOK.....	9
Tabel 3.1 SOP <i>Pursed Lips Breathing</i> dan Guided Imagery Music.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 pathway	11
---------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner.....	90
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	93
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>	94
Lampiran 4. Dokumentasi Kegiatan.....	95
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Tugas Akhir.....	96
Lampiran 6. Bimibingan Tugas Akhir.....	97

DAFTAR SINGKATAN

Singkatan	Arti
PPOK	Penyakit paru obstruktif kronik
LMIC	<i>Low and Middle Income Countries</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>
PLB	<i>Pursed Lip Breathing</i>
RR	<i>respiratory rate</i>
SPO ₂	Saturasi Oksigen
PEF	<i>peak expiratory flow</i>
GIM	<i>Guided Imagery Music</i>
GOLD	<i>Global Initiative for Obstructive Lung Disease</i>
SDKI	Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
BPAT	<i>Breathing Pattern Assessment Tool</i>
(GAD-7)	<i>Generalized anxiety disorder-7</i>
(STAI)	<i>State-Trait Anxiety Inventory</i>
(HADS)	<i>Hospital Anxiety and Depression Scale instrumen</i>
(HARS)	<i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>