



**ASUHAN KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI DESA
KARANGTENGAH**

Sisca Larassati

2021010070

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2023



**ASUHAN KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI DESA
KARANGTENGAH**

Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan
program Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan

Sisca Larassati

2021010070

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang beranda tangan dibawah ini:

Nama : Sisca Larassati

NIM : 2021010070

Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga

Institusi : Universitas Muhammadiyah Gombong

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Gombong, Juli 2024

Pembuat Pernyataan



(Sisca Larassati)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sisca Larassati

Nim : 2021010070

Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga

Jenis Karya : KTI (Karya Tulis Ilmiah)

Demi Pengebangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Desa Karangtengah"

Beserta perangkat yang ada (Jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noeksekutif ini. Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap menyantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : Gombong

Pada Tanggal : Juli 2024

Yang Menyatakan



(Sisca Larassati)

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Sisca Larassati NIM 2021010070 dengan judul "Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Desa Karangtengah" telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan.

Gombong, April 2024

Pembimbing



(Irmawan Andri Nugroho, S. Kep., Ns., M. Kep)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program
Diploma Tiga



(Hendri Tamara Yuda, S. Kep., Ns., M. Kep)

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Sisca Larassati NIM 2021010070 dengan judul judul "Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Desa Karangtengah" telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal, April 2024

Dewan Penguji

Penguji Ketua :

Hendri Tamara Yuda, S. Kep., Ns., M. Kep

(.....)

Penguji Anggota :

Irmawan Andri Nugroho, S. Kep., Ns., M. Kep

(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program
Diploma Tiga

(Hendri Tamara Yuda, S. Kep., Ns., M. Kep)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR BAGAN.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
KATA PENGANTAR.....	xi
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat.....	4
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Dasar PPOK	6
1. Definisi.....	6
2. Etiologi.....	7
3. Manifestasi Klinis	8
4. Pathway.....	10
B. Konsep Dasar Intoleransi Aktivitas Pada PPOK.....	11
1. Definisi.....	11
2. Etiologi.....	11
3. Manifestasi klinis	11
4. Pengkajian.....	12
5. Diagnosa Keperawatan	16
6. Intervensi Keperawatan.....	17

7. Implementasi Keperawatan.....	19
8. Evaluasi Keperawatan.....	20
C. Konsep Aktivitas Fisik <i>Walking Exercise</i>	20
1. Definisi.....	20
2. Manfaat	20
3. Prosedur	21
4. Hasil Penelitian	21
D. Kerangka Konsep.....	22
BAB III.....	23
METODE PENELITIAN	23
A. Desain Karya Tulis.....	23
B. Pengambilan Subjek	23
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus	24
D. Definisi Operasional.....	24
E. Instrumen.....	25
F. Langkah Pengambilan Data.....	25
G. Etika Studi Kasus.....	26
BAB IV	28
HASIL DAN PEMBAHASAN	28
A. Hasil Studi Kasus	28
1. Gambaran Lokasi Studi Kasus	28
2. Pemaparan Studi Kasus.....	29
B. Pembahasan.....	44
1. Pengkajian.....	44
2. Diagnosa Keperawatan	48
3. Intervensi dan Implementasi Keperawatan	49
4. Evaluasi Keperawatan.....	51
5. Penerapan <i>Walking Exercise</i> Untuk Mengatasi Masalah Intoleransi Aktivitas Pada Pasien PPOK	52
BAB V	55
KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Penyakit Paru Obstruktif Kronik.....	10
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	23



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Defiinisi Operasional.....	25
Tabel 4.1 Nilai ADL ketiga pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi <i>walking exercise</i>	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Untuk Mengikuti Peneletian (PSP)

Lampiran 2 Informed Consent

Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur *Walking Exercise*

Lampiran 4 Pengukuran *Activity Daily Living*

Lampiran 5 Lembar Observasi Klien

Lampiran 6 Lembar Bimbingan Konsultasi KTI

Lampiran 7 Surat Pernyataan Cek Similarity

Lampiran 8 Jadwal Pelaksanaan Penyusunan KTI

Lampiran 9 Asuhan Keperawatan



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Desa Karangtengah”** Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka menyelesaikan studi Diploma III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong

Terwujudnya laporan ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibuku tercinta, Adiku tersayang dan Mbah Uti nenek saya yang selalu memberikan doa dan semangat serta pelajaran-pelajaran berharga bagi penulis.
2. Hj. Herniyatun, M. Kep., Sp. Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong. yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan keperawatan.
3. Hendri Tamara Yuda, S. Kep., Ns., M. Kep. selaku ketua prodi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong
4. Irmawan Andri Nugroho, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing penulisan karya tulis komprehensif yang telah memberikan arahan serta bimbingan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan.
5. Hendri Tamara Yuda, S. Kep., Ns., M. Kep selaku penguji dalam studi kasus yang memberikan masukan dan bimbingan kepada penulis.
6. Teman-teman seperjuangan penulis dalam menempuh KTI jenjang DIII Keperawatan yang ikut serta dalam memberikan semangat, doa dan masukan berharga untuk kelancaran tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan karya tulis ini, oleh sebab itu saran dan kritik yang membangun sangat berarti bagi penulis, untuk menjadi lebih baik di masa mendatang. Semoga laporan ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan dan peningkatan ilmu keperawatan. Terima kasih.

Gombong, November 2023

Penulis



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA III

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

KTI, Maret 2024

Sisca Larassati¹, Irmawan Andri Nugroho, M. Kep²

Email : sisca.larassati04gmail.com

ABSTRAK

**ASUHAN KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI DESA
KARANGTENGAH**

Latar Belakang : Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) merupakan penyakit yang menyerang bagian pernapasan memiliki gejala sesak napas, batuk, dan kelemahan pada badan. PPOK bisa disebabkan karena merokok, polusi, genetik, riwayat infeksi saluran napas berulang, usia, konsumsi alkohol, gender, serta kurang aktivitas fisik. Kelemahan, batuk, sesak napas merupakan tanda dan gejala dari PPOK. Latihan aktivitas fisik ringan merupakan penatalaksanaan PPOK yang dianjurkan terutama dengan masalah intoleransi aktivitas. Salah satu bentuk aktivitas fisik yang dipercaya untuk meningkatkan ADL adalah *walking exercise*.

Tujuan : Menggambarkan asuhan keperawatan intoleransi aktivitas pada pasien PPOK untuk meningkatkan ADL dengan *walking exercise*.

Metode : Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode pendekatan deskriptif dengan studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara dan observasi dengan subyek tiga pasien PPOK dengan tindakan *walking exercise* dan pengukuran menggunakan indeks barthel

Hasil : Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3 hari dengan penerapan *walking exercise* 1 kali sehari didapatkan hasil peningkatan ADL dengan rata-rata peningkatan 1 skor.

Kesimpulan : *Walking exercise* terbukti efektif untuk meningkatkan nilai ADL pada pasien PPOK.

Rekomendasi : Pasien PPOK disarankan menerapkan *walking exercise* secara teratur.

Kata Kunci : *PPOK, Intoleransi Aktivitas, Walking exercise*

¹Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong

DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF GOMBONG
Scientific papers, March 2024
Sisca Larassati¹, Irmawan Andri Nugroho²
Email : siscca.larassati04@gmail.com

ABSTRACT

NURSING CARE FOR ACTIVITY INTOLERANCE IN PATIENTS WITH CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE (COPD) IN KARANGTENGAH VILLAGE

Background: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a disease that attacks the respiratory tract and has symptoms of shortness of breath, coughing and weakness in the body. COPD can be caused by smoking, pollution, genetics, a history of recurrent respiratory tract infections, age, alcohol consumption, gender, and lack of physical activity. Weakness, coughing, shortness of breath are signs and symptoms of COPD. Light physical activity training is the recommended management of COPD, especially for activity intolerance problems. One form of physical activity that is believed to improve ADL is walking exercise.

Objective: To describe activity intolerance nursing care for COPD patients to improve ADL with walking exercise.

Method: This scientific paper uses a descriptive approach method with case studies. Data was obtained through interviews and observations with three COPD patients as subjects using walking exercise and measurements using the Barthel index

Results: After providing nursing care for 3 days with the application of walking exercise once a day, the results showed an increase in ADL with an average increase of 1 score.

Conclusion: Walking exercise has been proven to be effective in increasing ADL scores in COPD patients.

Recommendation: COPD patients are advised to use walking exercise regularly.

Keywords: *COPD, Activity Intolerance, Walking exercise*

¹. Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

². Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) yaitu suatu penyakit respirasi yang bersifat kronis dengan ditunjukkan dengan peredaran O₂ dalam saluran respirasi yang terbatas sehingga memiliki resiko memberikan akibat kecukupan O₂ pada pasien yang kurang. Penyakit ini dapat mengakibatkan gangguan pada proses pernapasan dan hambatan pemenuhan kebutuhan oksigen pada seluruh anggota tubuh sebab ada kerusakan dalam alveolus dan perubahan fisiologi pernapasan. Kerusakan alveolus maupun perubahan ini bisa memunculkan inflamasi dalam bronkus serta memberikan akibat adanya kerusakan dinding bronkiolus terminalis dan memunculkan obstruksi ataupun penunipan fase awal ekspirasi lalu adanya kekurangan saluran napas yang tidak seluruhnya bersifat reversible yang berkaitan dengan peradangan pada tubuh atau respon inflamasi (Khilatul Auliya, 2022)

WHO menyatakan jumlah kematian penderita PPOK yakni 3,23 juta kematian, melebihi delapan puluh persen kematian ini dialami di negara yang memiliki penghasilan menengah dan rendah. Hasil prevalensi tahun 2018 PPOK di Indonesia sebanyak 2.4% dari penyakit yang lain (Riskesdas, 2018). Hal tersebut membuktikan frekuensi penyakit PPOK masih besar. PPOK di Jateng masuk posisi ke-7 memiliki jumlah kasus 31.817 ataupun sebanyak 2.1%. Di kota Kebumen sendiri selama tahun 2018 dilaporkan terjadi kasus PPOK sebanyak 1.755 kasus (Dinkes Provinsi Jateng, 2018). Sedangkan untuk Desa Karangtengah penderita ppok terdapat 34 kasus (Data Puskesmas, 2019). Berdasarkan data diatas penulis menyimpulkan bahwa angka kejadian PPOK di Indonesia masih tinggi.

Tanda utama PPOK merupakan sesak (dyspnea). Sesak umumnya dirasakan di malam dan pagi hari, dapat mempengaruhi kemampuan pasi

dalam melakukan aktivitas, Sesak nafas yang dialami saat beraktivitas, akan memberikan dampak kepada kegiatan sosial, keluarga, kegiatan keseharian dan kemudian memunculkan kecemasan serta depresi. Pasien dengan PPOK akan terjadi jalan napas tidak efektif, perubahan pola napas, intoleransi aktivitas, gangguan pertukaran gas, perasaan takut, dan kekurangan nutrisi (Philips, Sands & Marek, 2007 dalam Ritianingsih, N & Nurhayati, F, 2017).

Keterbatasan aktivitas pada pasien PPOK menimbulkan masalah keperawatan intoleransi aktivitas tanda dan gejala pasien yaitu memiliki keluhan lelah, frekuensi jantung mengalami peningkatan melebihi dua puluh persen dari kondisi istirahat. Serta pasien PPOK juga memiliki keluhan sesak saat atau sesudah melakukan kegiatan, merasa tidak nyaman sesudah melakukan aktivitas, dan merasa lemah. (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016). Menurut Schemer & Leenders, (2009 dalam Fischa, A, 2014) Pasien dengan PPOK akan mengalami intoleransi aktivitas akibat adanya gangguan pada fungsi paru serta penyakit berkembang yang menyebabkan hipoksia. Hipoksia inilah yang akan menurunkan kualitas hidup dan juga mengurangi toleransi terhadap latihan dan aktivitas pasien. Sehingga pasien hanya bed rest. Intoleransi aktivitas harus ditangani karena jika tidak ditangani maka kemungkinan terjadi komplikasi pada sistem tubuh akibat terlalu lama bed rest, seperti kelemahan otot dan atrofi, serta kontraktur sendi.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018) memberikan penjelasan bahwa intervensi keperawatan yang bisa dilaksanakan untuk menangani masalah keperawatan intoleransi aktivitas yaitu edukasi latihan fisik, manajemen energi, terapi oksigen. Terapi lainnya yang bisa dilaksanakan dalam rehabilitasi penderita PPOK yakni dengan melaksanakan olah raga ringan. Olah raga ringan yang dilaksanakan dengan bertahap kepada penderita PPOK bisa menambah toleransi pada latihan, dan mengurangi kelelahan ataupun sesak. Bentuk olah raga ringan yang direkomendasikan bagi terapi aktivitas salah satunya yaitu latihan berjalan. Olahraga berjalan

direkomendasikan guna dilaksanakan dengan bertahap, bertujuan dalam melakukan peningkatan kapasitas latihan.

Latihan berjalan yang dilaksanakan secara mandiri di rumah, bisa menambah toleransi untuk melaksanakan kegiatan secara bertahap dan meningkatkan tingkat kesehatan penderita PPOK. Adanya sejumlah penelitian yang pernah dilaksanakan berkaitan dengan pengaruh latihan berjalan terhadap pasien PPOK, (Matos-Garcia et al., 2017). Latihan berjalan di rumah mudah dilakukan di rumah dan tidak membutuhkan peralatan khusus serta biaya. Bila diperbandingkan dengan *cycle training*, *walking exercise* lebih signifikan untuk melakukan peningkatan pada *endurance walking time* sejumlah 279 detik (Leung et al., 2010).

Latihan jasmani terhadap pasien PPOK memberikan akibat bertambahnya toleransi latihan sebab kapasitas kerja optimal yang meningkat dengan kurangnya konsumsi O₂. Perbaikan toleransi latihan adalah tanda dari efisiensinya penggunaan O₂ dalam jaringan maupun toleransi pada asam laktat. Berlandaskan penelitian de Roos, et al tahun 2017, dilihat bahwa pengkombinasian *exercise training* dengan *home based walking* program bisa melakukan peningkatan pada PA. Penderita dengan tingkat toleransi latihan yang mengalami peningkatan, maka penggunaan O₂ dalam jaringan akan efisien (de Roos et al., 2017).

Berlandaskan uraian latar belakang tersebut, penulis terdorong melaksanakan penelitian mengambil judul “Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK) Dengan Penerapan Terapi *Walking Exercise* Di Desa Karangtengah.”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran asuhan keperawatan intoleransi aktivitas pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan intoleransi aktivitas pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)
- b. Mendeskripsikan masalah keperawatan yang muncul pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan intoleransi aktivitas pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)
- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan intoleransi aktivitas pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)
- e. Mendeskripsikan hasil evaluasi keperawatan pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK)
- f. Mendeskripsikan hasil penerapan terapi *walking exercise* untuk mengatasi intoleransi aktivitas pada pasien ppok (penyakit paru obstruktif kronik)

D. Manfaat

Diharapkan studi kasus ini bermanfaat untuk :

1. Masyarakat

Diharapkan bisa menjadi media informasi untuk masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan tentang penerapan terapi *walking exercise* dapat meningkatkan toleransi aktivitas terhadap pasien PPOK.

2. Untuk perkembangan ilmu maupun teknologi keperawatan

Diharapkan bisa menjadi acuan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan bagi teknologi dibidang keperawatan mengenai terapi *walking exercise*

dapat mengatasi masalah intoleransi aktivitas terhadap pasien yang mengalami penyakit PPOK.

3. Penulis

Diharapkan bisa memberikan pengalaman penulis dalam mengimplementasikan prosedur *waking exercise* terhadap pasien PPOK dengan asuhan keperawatan intoleransi aktivitas dan bisa menjadi dasar dalam penelitian berikutnya yang berhubungan dengan *walking exercise*.



DAFTAR PUSTAKA

- Alfianti, F. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Klien Dewasa Penyakit Paru Obstruktif Kronis (Ppok) Dengan Masalah Intoleransi Aktivitas Di Rumah Sakit Panti Waluya Malang (Doctoral Dissertation, Stikes Panti Waluya Malang).
- Al Islami, V. E. (2020). The Difference In Oxygen Saturation Values Of Copd Patients Using Pursed Lip Breathing And 6 Minutes Walk Exercise. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana Of Journal Public Health)*, 4(1), 17-22.
- Antari, N. W. Y. (2019). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ppok Dengan Intoleransi Aktivitas Di Ruang Oleg Rsd Mangusada Badung Tahun 2019 (Doctoral Dissertation, Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan).
- Astuti, L. W., & Huriah, T. (2022). Combination of diaphragmatic breathing with therapeutic walking exercise to increase peak expiratory flow rate in asthma patients. *Frontiers of Nursing*, 9(4), 439-444.
- Auliya, K., Kholis, N., Suparjo, S., & Auliya, K. (2022). Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis Di Ruang Rosella Rsud Kardinah Kota Tegal.
- Baity, D. S. N., Soekiswati, S., & HKes, M. (2021). Pengaruh Walking Exercise dan Pursed Lips Breathing terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK): Critical Review.
- Blinderman, C. D., Homel, P., Billings, J. A., Tennstedt, S., & Portenoy, R. K. (2009). Symptom distress and quality of life in patients with advanced chronic obstructive pulmonary disease. *Journal of Pain and Symptom Management*, 38(1), 115–123. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2008.07.006>
- Darsini, & Arifin, M. Z. (2018). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kemandirian Activity Daily Living (Adl) Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 6, 31–39.
- Dewi, A. Y. (2019). Pengaruh Kepemimpinan Dan Kemampuan Berkomunikasi Terhadap Motivasi Belajar Mata Pelajaran Ekonomi. *Dinamika Pendidikan*, 1(2), 10–35.
- Dewi, R., Siregar, S., Manurung, R., & Bolon, C. M. T. (2022). Pembinaan Masyarakat Tentang Penyakit Dan Latihan Jalan Kaki Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Di Desa Desa Kolam Kecamatan Percut Sei

- Dzatusy Syifa. (2021). Pengaruh Walking Exercise Dan Pursed Lips Breathing Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK). *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 1–8.
- Habibah, N., & Habibah, N. (2021). Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Tn. T Dan Tn. K Dengan Penyakit Paru Obstruksi Kronis (Ppok) Di Rsud Kardinah Kota Tegal.
- Handayani, D. E., Erika, K. A., & Irwan, A. M. (2020). Efektivitas Intervensi Brisk Walking: Literature Review. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 137. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v1i1.16311>
- Irawati, N. P. E. (2022). Penerapan Relaksasi Diaphragmatic Breathing Exercise Terhadap Dyspnea Pada Asuhan Keperawatn Pasien Penyakit Paru Obstruktif (PPOK). *Madago Nursing Journal*, 3(2), 57–62. <https://doi.org/10.33860/mnj.v3i2.1569>
- Juhariyah, S., Djajalaksana, S., Sartono, T. R., & Ridwan, M. (2012). Efektivitas latihan fisis dan latihan pernapasan pada asma persisten sedang-berat. *Jurnal Respirologi Indonesia*, 32(1), 17–24.
- Maslukhiyah, A. (2019). Penerapan Latihan Six Minutes Walk Test Pada Klien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (Ppok) Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas Di Ruang Dahlia Rsi Jemursari Surabaya.
- Muhrozi, I. (2020). Studi Literatur: Asuhan Keperawatan Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (Ppok) Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Nugroho, I. A., Sukartini, T., & Sriyono. (2018). Low Impact Aerobic Exercise dapat Menurunkan Keluhan Gejala Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik. *The 7th University Research Colloquium 2018*, 7(Gold 2016), 329–335.
- Paru, T. Jurnal Keperawatan
- Primasari, L., Raya Sari, F., Irawati, D., Novianti Kurniasih, D., Sakit Izza Cikampek Kabupaten Karawang, R., Berlian Raya Ciselang, J., Utara, C., & Baru, K. (n.d.). LATIHAN JALAN ENAM MENIT TERHADAP KEMAMPUAN AKTIVITAS FISIK PASIEN HEART FAILURE. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Purba, E. P., Veronika, A., Ambarita, B., & Sinaga, D. (2022). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity Daily Living (ADL) di Panti Pemenang Jiwa. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 27–35. <https://doi.org/10.47709/healthcaring.v1i1.1320>
- Sari, I. A. (2018). Penerapan Latihan Six Minutes Walk Test Pada Klien Penyakit Paru Obstruktif Kronis Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas Diruang Multazam Rumah Sakit Islam Ahmad Yani Surabaya.

- Shalahuddin, I., Nugraha, B. A., Pebrianti, S., Eriyani, T., & Nurrahmawati, D. (2022). Activity Intervention in COPD Patients to Improve Quality of Life in The Community. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(4), 1105-1114.
- Supriyana, I., Yunus, F., Antariksa, B., & Kekalih, A. (2019). Longitudinal Study Of BODE Index As Predictive Factor of COPD In Persahabatan Hospital Jakarta. *Jurnal Respirologi Indonesia*, 39(4), 220-230.
- Suryantoro, E., Isworo, A., & Upoyo, A. S. (2017). Perbedaan efektivitas pursed lips breathing dengan six minutes walk test terhadap forced expiratory. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(2), 99-11
- Titah, N. A., MNS, M., Choiroel SKM, A. M., Ari, S., & Irma HY, S. (2019). Effectiveness Combination of Foot Care with Active Range of Motion (ROM) and Plantar Exercise for Reducing Diabetic Foot Ulcer Risk in Diabetes Mellitus Type II. *Journal of Endocrinology and Diabetes*, 6(2), 1–4. <https://doi.org/10.15226/2374-6890/6/2/001131>
- Tuan. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-Somba)*, 1(2), 30-35.
- Warijan, W., Wahyudi, T., Astuti, Y., & Rahayu, R. D. (2021). Nursing Care of Hypertension in the Elderly with a Focus on Study of Activity Intolerance in Dr. R. Soetijono Blora Hospital. *Jurnal Studi Keperawatan*, 2(1), 14–23. <https://doi.org/10.31983/j-sikep.v2i1.6805>

LAMPIRAN



Lampiran 1 Lembar Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP)

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah : Peneliti berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong Program Studi Keperawatan Diploma Tiga dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **“ASUHAN KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI DESA KARANGTENGAH”**
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah yang dapat memberi manfaat berupa menambah keluasan ilmu dan terapan dibidang keperawatan pada pasien, penelitian ini akan berlangsung selama 1 bulan.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin mskurang 15-20 menit. Cara ini mungkin menyebabkan keiidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asulant atau pelayanan keperawatan 4 Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan atau tindakan yang diberikan
4. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
5. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini. silahkan menghubungi peneliti pada nomor Hp 085862106399 (Sisca Larassati)

Mahasiswa

Sisca Larassati

Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur Walking Exercise

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) *WALKING EXERCISE*

		Walking Exercise		
Prosedur Tetap		No. Dokumen :	No. Revisi : -	Halaman :
		Tahun Terbit		
1.	Pengertian	Walking Exercise merupakan suatu gerakan aktivitas tubuh dengan cara berjalan kaki biasa yang berirama dengan lengan yang teravun sesuai dengan irama jalan seseorang yang dilakukan secara terencana		
2.	Tujuan	1. Mengoptimalkan status kesehatan 2. Meningkatkan endurance 3. Melancarkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh Penderita PPOK		
3.	Indikasi	Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)		
4.	Kontra Indikasi	Pasien dengan eksaserbasi akut		
5.	Persiapan Pasien	1. Memberikan salam, memperkenalkan diri anda 2. Menjelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan 3. Pastikan pasien sudah makan terlebih dahulu 1-2 jam sebelum latihan 4. Anjurkan pasien untuk memakai pakaian yang nyaman dan menyerap keringat 5. Anjurkan pasien untuk memakai alas kaki yang nyaman dipakai selama latihan		
6.	Persiapan Alat	1. Lembar Observasi 2. Lembar Activity of Daily Living		

7.	Persiapan Lingkungan	Lingkungan yang aman dan tidak banyak kendaraan bermotor
8.	Cara Kerja	1. Jelaskan manfaat dan tujuan tindakan yang akan dilakukan 2. Tanyakan kesiapan responden sebelum kegiatan dilakukan 3. Lakukan pemanasan atau peregangan otot kepala, tangan dan kaki selama 5 menit 4. Lakukan latihan jalan kaki (<i>walking exercise</i>) selama 30 menit sebanyak 3 kali seminggu 5. Beri waktu istirahat selama 3 menit setiap 10 menit setelah latihan dilakukan 6. Anjurkan responden untuk menjaga posisi tubuh mengatur kecepatan langkahnya (kira-kira 0,89 m/s atau 2 mph) agar merasa lebih nyaman selama kegiatan 7. Hentikan latihan bila responden merasa pusing dan sesak nafas 8. Lanjutkan latihan kembali dengan sisa waktu yang telah ditentukan, setelah responden beristirahat atau sudah merasa tenang dan kondisi responden telah membaik 9. Latihan ditutup dengan dengan pendinginan selama 5 menit
9.	Evaluasi	Evaluasi 1. Evaluasi tindakan yang telah dilakukan 2. Berikan Reinforcement positif 3. Lakukan penilaian 4. Lakukan kontrak untuk tindakan selanjutnya 5. Akhiri pertemuan dengan cara yang baik

Referensi :

Habibah, N., & Habibah, N. (2021). *Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Tn. T Dan Tn. K Dengan Penyakit Paru Obstruksi Kronis (Ppok) Di Rsud Kardinah Kota Tegal.*

Sari, I. A. (2018). *Penerapan Latihan Six Minutes Walk Test Pada Klien Penyakit Paru Obstruktif Kronis Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas Diruang Multazam Rumah Sakit Islam Ahmad Yani Surabaya*



Lampiran 4 Pengukuran Activity Daily Living

Instrumen Pengukuran ADL (Activity Daily Living) dengan Indeks Barthel

No.	Item yang dinilai	Skor	Nilai
1.	Makan (<i>Feeding</i>)	0 = Tidak mampu 1 = Butuh bantuan memotong, mengoles mentega dll. 2 = Mandiri	
2.	Mandi (<i>Bathing</i>)	0 = Tergantung orang lain 1 = Mandiri	
3.	Perawatan diri (<i>Grooming</i>)	0 = Membutuhkan bantuan orang lain 1 = Mandiri dalam perawatan muka, rambut, gigi, dan bercukur	
4.	Berpakaian (<i>Dressing</i>)	0 = Tergantung orang lain 1 = Sebagian dibantu (misal mengancing baju) 2 = Mandiri	
5.	Buang air kecil (<i>Bowel</i>)	0 = Inkontinensia atau pakai kateter dan tidak terkontrol 1 = Kadang Inkontinensia (maks, 1x24 jam) 2 = Kontinensia (teratur untuk lebih dari 7 hari)	
6.	Buang air besar (<i>Bladder</i>)	0= Inkontinensia (tidak teratur atau perlu enema) 1 = Kadang Inkontensia (sekali seminggu) 2 = Kontinensia (teratur)	
7.	Penggunaan toilet	0 = Tergantung bantuan orang lain 1 = Membutuhkan bantuan, tapi dapat melakukan beberapa hal sendiri 2 = Mandiri	

8.	Transfer	0 = Tidak mampu 1 = Butuh bantuan untuk bisa duduk (2 orang) 2 = Bantuan kecil (1 orang) 3 = Mandiri	
9.	Mobilitas	0 = Immobile (tidak mampu) 1 = Menggunakan kursi roda 2 = Berjalan dengan bantuan satu orang 3 = Mandiri (meskipun menggunakan alat bantu seperti tongkat)	
10.	Naik turun tangga	0 = Tidak mampu 1 = Membutuhkan bantuan (alat bantu) 2 = Mandiri	

Interpretasi hasil :

20 : Mandiri

12-19 : Ketergantungan Ringan

9-11 : Ketergantungan Sedang

5-8 : Ketergantungan Berat

0-4 : Ketergantungan Total

Lampiran 5 Lembar Observasi Klien

Lembar Observasi

Hasil Pengukuran ADL

No	Nama	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
		Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
1.	Ny. S	14	15	15	16	16	17
2.	Ny. S	15	15	15	16	16	17
3.	Ny. T	14	14	14	15	15	18

Lampiran 6 Lembar Bimbingan Konsultasi KTI



**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2022/2023

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Sisca Larassati

NIM : 2021010070

Dosen Pembimbing : Irmawan Andri Nugroho, S. Kep., Ns., M. Kep

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI BIMBINGAN	PARAF PEMBIMBING
1.	Selasa, 10 Okt 2023	Konsul Judul	
2.	Jum'at, 13 Okt 2023	Konsul BAB I	
3.	Senin, 16 Okt 2023	Konsul revisi BAB I	
4.	Jum'at, 20 Okt 2023	Acc BAB I Konsul BAB II	
5.	Senin, 23 Okt 2023	Konsul Revisi BAB II Konsul BAB III	
6.	Senin, 06 Nov 2023	Konsul Revisi BAB III dan Lampiran	
7.	Senin, 13 Nov 2023	ACC sidang proposal	

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan Program DIII

(Hendri Tamara Yudha, S. Kep., Ns., M. Kep)



PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2022/2023

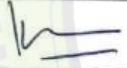
LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Sisca Larassati

NIM : 2021010070

Dosen Pembimbing : Irmawan Andri Nugroho, S. Kep., Ns., M. Kep

NO.	HARI/ TANGGAL	REKOMENDASI BIMBINGAN	PARAF PEMBIMBING
1.	Rabu, 6 Maret 2024	Konsul BAB IV	
2.	Selasa, 19 Maret 2024	Konsul Revisian BAB IV	
3.	Senin, 25 Maret 2024	Konsul Revisi BAB IV Konsul BAB V	
4.	Rabu, 27 Maret 2024	Konsul Revisi BAB IV Konsul Revisi BAB V Konsul Abstrak	
5.	Kamis, 28 Maret 2024	Konsul Revisi BAB IV Konsul Revisi Abstrak Acc BAB IV, V dan Abstrak	

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan Program DIII


(Hendri Tamara Yuda, S. Kep.,Ns.,M.Kep)



**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2023/2024

LEMBAR KONSULTASI

ABSTRAK KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Sisca Larassati

NIM : 2021010070

Nama Pembimbing : Khamim Mustofa., M.Pd

No.	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	Senin, 29 April 2024	Konsul Abstrak		
2.	Selasa, 30 April 2024	Konsul Revisi Abstrak		
3.	Kamis, 02 Mei 2024	ACC Abstrak		

Mengetahui

Ketua Program Studi Program Diploma III

(Hendri Tamara Yuda S. Kep., Ns., M.Kep)

Lampiran 7 Surat Pernyataan Cek Similarity



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Asuhan Keperawatan Intoleransi Aktivitas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Desa Karangtengah

Nama : Sisca Larassati
NIM : 2021010070
Program Studi : Program Studi Keperawatan Diploma Tiga
Hasil Cek : 24%

Gombong, 25 April 2024

Pustakawan

(Desy Setijawati, M.A.)

Mengetahui,

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 8 Jadwal Pelaksanaan Penyusunan KTI

**JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN PENYUSUNAN KTI DAN HASIL
PENELITIAN**

No.	Kegiatan	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
1.	Penentuan Tema/judul							
2.	Penyusunan Proposal							
3.	Ujian Proposal							
4.	Pengambilan Data Penelitian							
5.	Penyusunan Bab 4,5 Hasil Peneletian							
6.	Ujian Hasil KTI							