

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN *ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE* (ANBE)
TERHADAP *RESPIRATION RATE* PADA PASIEN CHF DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN POLA NAFAS TIDAK EFEKTIF
(Studi Kasus Di Ruang Darwis RSUD Ponorogo)



Oleh:

IRFANI YAHYA ARDINATA

NIM.24650533

PRODI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

**PENERAPAN *ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE* (ANBE)
TERHADAP *RESPIRATION RATE* PADA PASIEN CHF DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN POLA NAFAS TIDAK EFEKTIF
(Studi Kasus Di Ruang Darwis RSUM Ponorogo)**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Mengikuti Syarat Penyusunan
Karya Ilmiah Akhir



Oleh:

IRFANI YAHYA ARDINATA

NIM.24650533

**PRODI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2025

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Ponorogo, 14 Agustus 2025

Yang Menyatakan



Irfani Yahya Ardinata

NIM.24650533

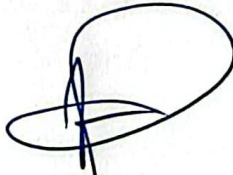
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : Irfani Yahya Ardinata
Judul : Penerapan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (Anbe)
Terhadap *Respiration Rate* Pada Pasien Chf Dengan Masalah
Keperawatan Pola Nafas Tidak Efektif

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir
pada Tanggal 1 September 2025

Oleh:

Pembimbing



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : Irfani Yahya Ardinata

Judul : Penerapan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (Anbe)

Terhadap *Respiration Rate* Pada Pasien Chf Dengan Masalah

Keperawatan Pola Nafas Tidak Efektif

Telah diuji dan disetujui oleh Tim penguji pada Ujian KIAN di Program Studi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal :

Tim Penguji:

Tanda Tangan

Ketua : Filia Icha Sukamto, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Anggota : Saiful Nurhidayat,S.Kep.,Ns.,M.Kep

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puja dan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga dapat terselesaikannya Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan judul Penerapan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (Anbe) Terhadap *Respiration Rate* Pada Pasien CHF Dengan Masalah Keperawatan Pola Nafas Tidak Efektif.

Penulis Karya Ilmiah Akhir ini masih sangat jauh dari kata sempurna yang disebabkan keterbatasan pengetahuan serta kemampuan yang dimiliki, oleh karena itu masukan dan kritik akan menjadi sebuah perbaikan bagi penelitian dimasa yang akan datang. Karya Ilmiah Akhir ini tidak akan berhasil tanpa ada dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada penulisan Karya Ilmiah Akhir ini penulis mengucapkan banyak terimakasih

Kepada :

1. Dr. Rido kurnianto M. Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang memberikan kesempatan dan persetujuan kepada saya untuk mengikuti program studi Profesi Ners.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan berbagai fasilitas dalam mengikuti program studi Profesi Ners serta selaku penguji ujian karya ilmiah akhir yang telah memberikan banyak arahan dalam ujian ini.
3. Saya ucapkan banyak terimakasih kepada RSU Muhammadiyah Ponorogo dan ruang darwis yang sudah memberikan saya tempat sehingga saya bisa melakukan penelitian

4. Sri andayani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan bimbingan teknis dan akademik mengikuti perkuliahan serta selaku pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan dan arahan dalam penyusunan KIA ini.
5. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing yang telah membimbing saya dan memberikan arahan sehingga saya bisa menyelesaikan proposal KIAN ini.
6. Saya ucapkan terimakasih kepada pasien saya Ny. B beserta keluarga yang sudah mau menjadi pasien untuk penerapan yang saya lakukan di RSU Muhammadiyah Ponorogo
7. Terimakasih untuk Orang tua yang selalu memberikan dukungan serta doa.
8. Seluruh Teman dan Sahabat saya yang senantiasa saling memberikan bantuan, dukungan, dan doa agar karya ilmiah akhir ini dapat terselesaikan.
9. Pihak-pihak lain yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Akhirnya penulis berharap semoga studi kasus ini dapat bermanfaat khususnya dalam bidang keperawatan.

Ponorogo, 14 Agustus 2025



Irfani Yahya Ardinata

NIM.24650533

ABSTRAK

PENERAPAN *ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE* (ANBE) TERHADAP *RESPIRATION RATE* PADA PASIEN CHF DENGAN MASALAH KEPERAWATAN POLA NAFAS TIDAK EFEKTIF

(Studi Kasus Di Ruang Darwis RSUM Ponorogo)

Oleh : IRFANI YAHYA ARDINATA

NIM. 24650533

Pola napas tidak efektif merupakan suatu keadaan dimana inspirasi dan atau ekspirasi yang tidak memberikan ventilasi adekuat atau suatu keadaan yang tidak dapat bernapas secara spontan dimana pertukaran O₂ (respirasi) dan CO₂ (ekspirasi) tidak teratur atau tidak adekuat pola nafas pada pasien CHF dipsnea

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada seorang pasien CHF dengan diagnosa keperawatan pola napas tidak efektif yang dirawat di Ruang Darwis RSUM Ponorogo. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan melalui pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

Hasil menunjukkan setelah diberikan penerapan ANBE selama lima hari dengan durasi 10–20 menit setiap sesi, penurunan frekuensi napas dari 27x/menit sebelum intervensi pola nafas dipsnea dan menjadi 19x/menit pola nafas eupnea setelah lima hari, disertai pengurangan keluhan sesak dan peningkatan kenyamanan pasien. Masalah keperawatan dinyatakan teratasi pada hari ke-5, ditandai dengan frekuensi napas dalam rentang normal dan 1. Frekuensi nafas dalam rentang normal, tidak ada penggunaan otot bantu pernafasan, dispnea menurun, Pemanjangan fase ekspirasi menurun

Penerapan ini menguatkan bukti bahwa ANBE dapat menjadi intervensi mandiri yang efektif bagi perawat dalam menangani pasien dengan gangguan pola napas, khususnya pada CHF.

Kata kunci: *Congestive Heart Failure*, Pola Napas Tidak Efektif, *Alternate Nostril Breathing Exercise*, Frekuensi Napas.

ABSTRACT

APPLICATION OF ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE (ANBE) ON RESPIRATION RATE IN CHF PATIENTS WITH THE NURSING DIAGNOSIS OF INEFFECTIVE BREATHING PATTERN

(A Case Study in Darwis Ward, Muhammadiyah General Hospital, Ponorogo)

By: IRFANI YAHYA ARDINATA

NIM. 24650533

Ineffective breathing pattern is a condition where inspiration and / or expiration does not provide adequate ventilation or a condition that cannot breathe spontaneously where the exchange of O₂ (respiration) and CO₂ (expiration) is not regular or inadequate breathing patterns in patients with CHF dyspnea.

This research uses a case study method on a CHF patient with a nursing diagnosis of ineffective breathing patterns who was admitted to the Darwis Room of RSUM Ponorogo. The method used is a case study with a nursing process approach through assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation.

The results showed that after being given the application of ANBE for five days with a duration of 10-20 minutes each session. a decrease in breathing frequency from 27x/minute before the intervention of dyspnea breathing pattern and to 19x/minute eupnea breathing pattern after five days, accompanied by a reduction in complaints of tightness and increased patient comfort. The nursing problem was declared resolved on day 5, characterized by a breath frequency within the normal range and 1. Breathing frequency within the normal range, no use of respiratory muscles, dyspnea decreased, prolongation of the expiratory phase decreased.

This application strengthens the evidence that ANBE can be an effective independent intervention for nurses in managing patients with breathing pattern disorders, especially in CHF.

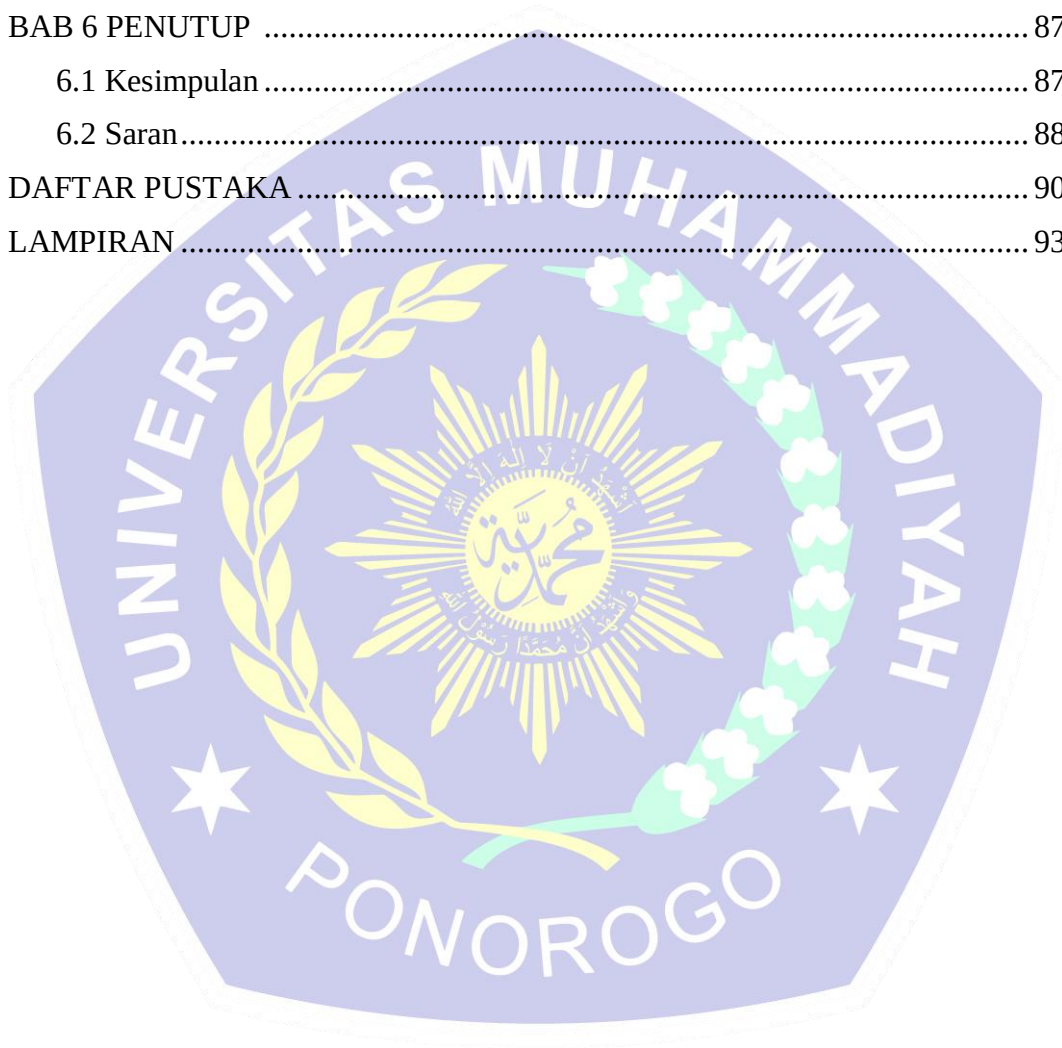
Keywords: Congestive Heart Failure, ineffective breathing pattern, Alternate Nostril Breathing Exercise, respiratory rate.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN LITERATUR	9
2.1 Konsep Dasar Teori CHF.....	9
2.1.1 Definisi	9
2.1.2 Anatomi Fisiologis.....	10
2.1.3 Etiologi	17
2.1.4 Tanda dan Gejala	17
2.1.5 Klasifikasi.....	19
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang.....	21
2.1.8 Penatalaksanaan	23
2.1.9 Komplikasi.....	25
2.2 Patways.....	26
2.3 Konsep Dasar Terapi <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE).....	27
2.3.1 Definisi Terapi <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE)	27

2.3.2 Manfaat.....	28
2.3.3 Teknik <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE)	28
2.4 Konsep Dasar Pola Nafas Tidak Efektif.....	29
2.4.1 Definisi Pola Nafas Tidak Efektif.....	29
2.4.2 Etiologi	30
2.4.3 Tanda dan Gejala	31
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan Teoritis	32
2.5.1 Pengkajian	32
2.5.2 Diagnosis Keperawatan.....	36
2.5.3 Intervensi Keperawatan.....	37
2.5.4 Implementasi Keperawatan	38
2.5.5 Evaluasi Keperawatan	39
2.6 EBN (Evidence Based Nursing)	40
BAB 3 METODE STUDI KASUS.....	48
3.1 Metode Penelitian.....	48
3.2 Teknik Penulisan.....	48
3.3 Waktu dan Tempat Penelitian.....	48
3.3.1 Tempat Penelitian.....	48
3.3.2 Waktu Penelitian	49
3.4 Pengumpulan Data.....	49
3.5 Alur Kerja.....	51
3.6 Etika Penelitian	52
BAB 4 GAMBARAN KASUS	54
4.1 Pengkajian.....	54
4.3 Pengkajian <i>Review Of System</i> (Ros).....	57
4.4 Pemeriksaan Penunjang.....	59
4.5 Terapi.....	61
4.5 Analisis Data.....	62
4.6 Daftar Masalah Keperawatan.....	64
4.7 Rencana Asuhan Keperawatan.....	65
4.8 Catatan Tindakan Keperawatan	67
4.9 Catatan perkembangan	73

BAB 5 PEMBAHASAN	77
5.1 Pembahasan Proses Asuhan Keperawatan.....	77
5.1.1 Pengkajian	77
5.1.2 Diagnosa Keperawatan.....	81
5.1.3 Intervensi Keperawatan	82
5.1.4 Implementasi Keperawatan	83
5.1.5 Evaluasi Keperawatan	85
BAB 6 PENUTUP	87
6.1 Kesimpulan	87
6.2 Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN	93



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Tanda dan Gejala CHF.....	17
Tabel 2.2	Klasifikasi Gagal Jantung	18
Tabel 2.3	Gejala dan tanda mayor pola napas tidak efektif	31
Tabel 2.4	Gejala dan tanda minor pola napas tidak efektif.....	31
Tabel 2.5	Intervensi keperawatan	38



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Anatomi jantung.....	10
Gambar 2.2	Kedudukan jantung	11
Gambar 2.3	Katup-katup jantung.....	11
Gambar 3.1	Kerangka kerja	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lampiran surat izin penelitian.....	93
Lampiran 2	Surat balasan RSUM Ponorogo.....	94
Lampiran 3	Lembar uji etik.....	96
Lampiran 4	Lembar pendampingan penelitian.....	97
Lampiran 5	Lampiran lembar observasi.....	98
Lampiran 6	Lampiran lembar informed consent.....	99
Lampiran 7	Lampiran SOP ANBE.....	100
Lampiran 8	Lampiran SAP ANBE.....	102
Lampiran 9	Lampiran leaflet terapi ANBE pada pasien CHF.....	107
Lampiran 10	Lampiran logbook bimbingan.....	108
Lampiran 11	Lampiran foto penelitian	112
Lampiran 12	Lampiran lembar plagiasi.....	114

DAFTAR SINGKATAN

ANBE	: <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i>
CHF	: <i>Congestive Heart Failure</i>
WHO	: World Health Organization
Kementrian RI	: Kementrian Kesehatan Respublik Indonesia
KIAN	: Karya Tulis Ilmiah Akhir
SDKI	: Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standart Luaran Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standart Intervensi Keperawatan Indonesia
RSUM	: Rumah Sakit Umum Muhammadiyah
RAAS	: Renin Angiotensin Aldosteron

