

Lampiran 1. Standar Operasional Prosedur *Pursed Lip Breathing*

<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR</b>	
<b>LATIHAN <i>PURSED LIP BREATHING</i></b>	
<b>Pengertian</b>	Meliputi inspirasi yang dalam dan ekspirasi yang lama melalui bibir yang membentuk huf O untuk mencegah kolaps pada alveolar.
<b>Tujuan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memperbaiki transport oksigen</li> <li>- Mengontrol pola pernapasan</li> <li>- Mencegah kolap pada alveolar</li> </ul>
<b>Kebijakan</b>	Terapi ini merupakan salah satu cara untuk membantu klien yang sedang mengalami gangguan pernapasan terutama obstruksi pernapasan.
<b>Prosedur</b>	<p><b>PERSIAPAN</b></p> <p>A. Pasien/ klien Beritahu klien tujuan tindakan</p> <p>B. Alat Tidak ada alat khusus yang dibutuhkan.</p> <p>C. Lingkungan Atur lingkungan nyaman dan setenang mungkin agar pasien/ klien mudah berkonsentrasi.</p> <p><b>PELAKSANAAN</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri contoh dan instruksikan tindakan yang akan dilakukan.</li> <li>2. Atur posisi klien.</li> <li>3. Instruksikan hirup napas melalui hidung sambil menghitung sampai 3.</li> <li>4. Instruksikan hembuskan dengan lambat dan rata melalui bibir yang dirapatkan sambil mengencangkan otot-otot abdomen</li> <li>5. Hitung hingga 7 sambil memperpanjang ekspirasi melalui bibir yang di rapatkan.</li> <li>6. Ulangi latihan sampai pasien mengerti dan melakukan sendiri.</li> </ol> <p>*Perhatian : Lakukan prosedur ini sampai 2-3 kali agar mendapatkan hasil yang optimal.</p>
<b>Indikator Pencapaian</b>	<p>Respon verbal</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Klien mengatakan sesak berkurang.</li> <li>2. Klien mengatakan ketegangan berkurang.</li> </ol>

	<p>3. Klien mengatakan sudah merasa nyaman.</p> <p>Respon non verbal</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Frekuensi pernapasan normal.</li><li>2. Saturasi oksigen meningkat.</li><li>3. Tanda-tanda vital : tekanan darah dan nadi dalam batas normal.</li></ol>
--	---

Sumber : (Rahmi et al., 2022)

Lampiran 2. Standar Operasional Prosedur *Active Cycle of Breathing Technique*

<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR</b>	
<b>LATIHAN <i>ACTIVE CYCLE OF BREATHING TECHNIQUE</i></b>	
<b>Pengertian</b>	Merupakan salah satu latihan pernapasan untuk mengontrol pernapasan agar menghasilkan pola pernapasan yang tenang dan ritmis sehingga menjaga kinerja otot-otot pernapasan dan merangsang keluarnya sputum untuk membuka jalan napas.
<b>Tujuan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membersihkan jalan nafas dari sputum agar diperoleh hasil pengurangan sesak napas</li> <li>b. Pengurangan batuk</li> <li>c. Perbaiki pola napas</li> </ul>
<b>Kebijakan</b>	Terapi ini merupakan salah satu cara untuk membantu klien yang sedang mengalami gangguan pernapasan terutama obstruksi pernapasan.
<b>Prosedur</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Tahap Orientasi <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam</li> <li>2. Memperkenalkan diri</li> <li>3. Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan pada pasien</li> <li>4. Menjelaskan tujuan tindakan</li> <li>5. Kaji faktor-faktor yang menjadi kontraindikasi dilakukannya ACBT</li> <li>6. Beri kesempatan pasien bertanya</li> <li>7. Tanyakan keluhan pasien saat ini</li> </ul> </li> <li>b. Tahap Kerja <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Tahap Breathing Control <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Menganjurkan pasien duduk rileks diatas tempat tidur atau di kursi.</li> <li>2. Anjurkan pasien meletakkan tangan kanannya di dada dan tangan kirinya diperut pasien</li> <li>3. Menganjurkan pasien untuk melakukan inspirasi dan ekspirasi secara teratur dan tenang. Tangan peneliti berada di belakang thoraks pasien untuk merasakan pergerakan yang naik turun selama responden bernafas.</li> <li>4. Tindakan diulang 3-5 kali</li> </ul> </li> <li>b) Thoracic Expansion Efercise <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Menganjurkan responden untuk tetap duduk rileks diatas tempat tidur.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Menganjurkan responden untuk menarik napas dalam secara perlahan lalu menghembuskannya secara perlahan hingga udara dalam paru-paru terasa kosong</li> <li>3. Tindakan diulangi 3-5 kali</li> <li>4. Responden mengulangi kembali kontrol pernafasan awal</li> </ol> <p>c) Tahap Forces Expiration Technique</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menganjurkan responden mengambil napas dalam secukupnya lalu mengontraksikan otot perutnya untuk menekan napas saat ekspirasi dan menjaga agar mulut serta tenggorokan tetap terbuka.</li> <li>2. Responden melakukan Huffing sebanyak 3- 5 kali</li> <li>3. Melakukan batuk efektif</li> </ol> <p>d) Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan evaluasi tindakan</li> <li>2. Membaca tahmid dan berpamitan dengan pasien</li> <li>3. Mencuci tangan</li> <li>4. Mencatat kegiatan dalam lembar catatan keperawatan</li> </ol>
<b>Indikator Pencapaian</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Respon verbal <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klien mengatakan sesak berkurang.</li> <li>- Klien mengatakan ketegangan berkurang.</li> <li>- Klien mengatakan sudah merasa nyaman.</li> </ul> </li> <li>2. Respon non verbal <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frekuensi pernapasan normal.</li> <li>- Saturasi oksigen meningkat.</li> <li>- Tanda-tanda vital : tekanan darah dan nadi dalam batas normal.</li> </ul> </li> </ol>

Sumber : (Mardianti et al., 2022).

### Lampiran 3. Dokumentasi Kegiatan



Pada tanggal 26 Februari 2025 dilakukan pemberian intervensi teknik PLB pada Tn.W di Ruang Melati RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar.













Pada tanggal 26 Februari 2025 dilakukan pemberian intervensi teknik ACBT pada Tn.W di Ruang Melati RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar.





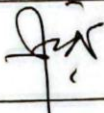

## Lampiran 4. Lembar Bimbingan KIAN



**LEMBAR BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS  
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES MALANG**

Nama Mahasiswa : Manzilatuz Zahroh  
NIM : P17212245022  
Nama Pembimbing : Nurul Hidayah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	04 Januari 2025	Konsultasi judul KIAN, harus sesuai dengan panduan		
2.	28 Februari 2025	Revisi judul KIAN karena responden tidak ada di lokasi penelitian		
3.	22 April 2025	Bimbingan BAB 1 dan 2 - Menambahkan skala pada lokasi penelitian		
4.	30 April 2025	Bimbingan BAB 3 dan 4 - Pengumpulan data ditulis sesuai dengan yang telah dilakukan		
5.	15 Mei 2025	Bimbingan BAB 5 - Perkaya opini pada pembahasan - Menambahkan keterbatasan penelitian		

6.	22 Mei 2025	Bimbingan BAB 6 - Lampirkan sumber pada SOP - Lampirkan dokumentasi		
7.	30 Mei 2025	Bimbingan abstrak - Masalah pada abstrak dimunculkan		
8.	04 Juni 2025	ACC ujian KIAN		

Malang,

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi  
Ners



Joko Wiyono, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom.  
NIP. 196909021992031002

Pembimbing KIAN



Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIP. 197306151997032001

## Lampiran 5. Lembar Revisi Ujian KIAN




**LEMBAR REVISI UJIAN  
KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)  
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS JURUSAN  
KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES MALANG**

Nama : Manzilatuz Zahroh  
 NIM : P17212245022  
 Nama Penguji : Supono, S.Kep.,Ns., M. Kep., Sp.,KMB  
 Penguji : Ketua Penguji  
 Judul KIAN : Penerapan *Pursed Lip Breathing* (PLB) dan *Active Cycle of Breathing Technique* (ACBT) pada *Respiratory Rate* dan Suara Napas Pasien Pneumonia di Ruang Melati RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar  
 Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

NO	BAB/ HALAMAN	REVISI PENGUJI	KETERANGAN	TANDA TANGAN
1	Judul	Diganti "Penerapan" dan ditambah variabel "suara napas"	Sudah Direvisi	
2	Abstrak	Abstrak bahasa inggris tidak dicetak miring	Sudah Direvisi	
3	BAB 2/ Hal. 32 dan 39	Menambahkan gambar prosedur PLB dan ACBT	Sudah Direvisi	
3	BAB 2/ Hal. 30 dan 37	Menambahkan mekanisme kerja PLB dan ACBT	Sudah Direvisi	
4	BAB 5/ Hal 107	Menambahkan hasil akhir disajikan dalam bentuk grafik/gambar	Sudah Direvisi	
5	Bab 5/ Hal 111	Menambahkan keterbatasan penelitian bahwasanya PLB dan ACBT penunjang pada terapi inhalasi yang diberikan, bukan terapi utamanya	Sudah Direvisi	

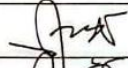
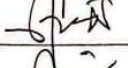
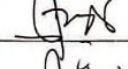

Malang,  
Ketua Penguji,

  
Supono, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. KMB  
 NIP.196512101986031004



**LEMBAR REVISI UJIAN  
KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)  
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS JURUSAN  
KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES MALANG**

Nama : Manzilatuz Zahroh  
 NIM : P17212245022  
 Nama Penguji : Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep  
 Penguji : Penguji I  
 Judul KIAN : Penerapan *Pursed Lip Breathing* (PLB) dan *Active Cycle of Breathing Technique* (ACBT) pada *Respiratory Rate* dan Suara Napas Pasien Pneumonia di Ruang Melati RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar  
 Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

NO	BAB/ HALAMAN	REVISI PENGUJI	KETERANGAN	TANDA TANGAN
1	Judul	Diganti "Penerapan" dan ditambah variabel "suara napas"	Sudah Direvisi	
2	Daftar isi	Menambahkan abstrack	Sudah Direvisi	
3	BAB 2/ Hal. 32 dan 39	Menambahkan gambar prosedur PLB dan ACBT	Sudah Direvisi	
4	BAB 5/ Hal 95	Menambahkan pembahasan mengenai frekuensi napas dan suara napas	Sudah Direvisi	

Malang,  
Penguji I,



Nurul Hidayah, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIP.197306151997032001



## Lampiran 6. Hasil Turnitin

TURNITIN (2).docx			
ORIGINALITY REPORT			
<b>17%</b>	<b>16%</b>	<b>5%</b>	<b>6%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
<b>1</b>	<b>repository.stikeshangtuh-sby.ac.id</b> Internet Source		<b>5%</b>
<b>2</b>	<b>repository.uds.ac.id</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>journal-mandiracendikia.com</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>edoc.pub</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>jurnalmedikahutama.com</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repository.uta45jakarta.ac.id</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>eprints.ukh.ac.id</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>digilib.ukh.ac.id</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>nusantarahasanajournal.com</b> Internet Source		<b>1%</b>
<b>10</b>	<b>eprints.aiska-university.ac.id</b> Internet Source		<b>&lt;1%</b>
<b>11</b>	<b>repository.poltekkesbengkulu.ac.id</b> Internet Source		<b>&lt;1%</b>

12	<a href="https://repository.poltekkespalembang.ac.id">repository.poltekkespalembang.ac.id</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="https://repository.stikstellamarismks.ac.id">repository.stikstellamarismks.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="https://repository.universitalirsyad.ac.id">repository.universitalirsyad.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="https://repository.unar.ac.id">repository.unar.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id">repository.poltekkes-denpasar.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="https://ejournalmalahayati.ac.id">ejournalmalahayati.ac.id</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="https://repository.thamrin.ac.id">repository.thamrin.ac.id</a> Internet Source	<1 %
19	Dimas Ning Pangesti, Sri Suharti. "Efektifitas tindakan keperawatan pursed lip breathing exercise terhadap penurunan sesak nafas pada pasien asma di puskesmas Kemiling Bandar lampung tahun 2019", JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports, 2021 Publication	<1 %
20	<a href="https://repositori.ubs-ppni.ac.id">repositori.ubs-ppni.ac.id</a> Internet Source	<1 %
21	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
22	<a href="https://repository.stikesdrsoebandi.ac.id">repository.stikesdrsoebandi.ac.id</a> Internet Source	<1 %

23	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
24	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
25	Submitted to Universitas Jember Student Paper	<1 %
26	<a href="http://repository.itekes-bali.ac.id">repository.itekes-bali.ac.id</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://storage-imelda.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com">storage-imelda.s3.ap-southeast-1.amazonaws.com</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
29	<a href="http://download.garuda.ristekdikti.go.id">download.garuda.ristekdikti.go.id</a> Internet Source	<1 %
30	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
31	<a href="http://sw.livescore.bz">sw.livescore.bz</a> Internet Source	<1 %
32	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	<1 %
33	<a href="http://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	<1 %
34	<a href="http://repo.stikesicme-jbg.ac.id">repo.stikesicme-jbg.ac.id</a> Internet Source	<1 %
35	Asrini Safitri, Nesyana Nurmadilla, Sri Wahyuni Gayatri. "Peranan Multivitamin Pada	<1 %

Pasien Geriatri Dengan Pneumonia", Wal'afiat  
Hospital Journal, 2021

Publication

36

repository.unej.ac.id  
Internet Source

<1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off