

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**TERAPI *ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE* DALAM
PEMENUHAN KEBUTUHAN AKTIVITAS PADA PASIEN
DENGAN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUANG
ICCU RSUP Dr. SOERADJI TIRTONEGORO**



RATU FELISA BALQIS

P71203125060

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
2026**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**TERAPI *ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE* DALAM
PEMENUHAN KEBUTUHAN AKTIVITAS PADA PASIEN
DENGAN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUANG
ICCU RSUP Dr. SOERADJI TIRTONEGORO**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners



RATU FELISA BALQIS

P71203125060

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

"Terapi Alternate Nostril Breathing Exercise Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Pada Pasien Dengan Congestive Heart Failure Di Ruang ICCU RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro"

Disusun Oleh:

RATU FELISA BALQIS
P71203125060

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

.....

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Ns. Maryana, S.SiT., S.Psi., S.Kep., M.Kep
NIP. 197504072002121002

Dr. Sugeng, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP. 196908151993031002

Yogyakarta,.....2026

Ketua Jurusan Keperawatan

Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Korif
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS (KIAN)

"Terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Pada Pasien Dengan *Congestive Heart Failure* Di Ruang ICCU RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro"

Disusun Oleh:

RATU FELISA BALOIS
P71203125060

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 17 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Abdul Majid, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196705151989031005

(.....)

Anggota,

Ns. Maryana, S.StT., S.Psi., S.Kep., M.Kep
NIP. 197504072002121002

(.....)

Anggota,

Dr. Sugeng, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP. 196908151993031002

(.....)

Yogyakarta, 2026
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep, Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

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

Nama : Ratu Felisa Balqis

NIM : P71203125060

Tanggal : Juni 2026

Tanda Tangan : 

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ratu Felisa Balqis

NIM : P71203125060

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas KIAN saya yang berjudul :

“Terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Pada Pasien Dengan *Congestive Heart Failure* Di Ruang ICCU RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro”

Beserta peringkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Yogyakarta

Pada tanggal: ...2026

Yang menyatakan



(Ratu Felisa Balqis)

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Kuasa atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Pada Pasien Dengan *Congestive Heart Failure* Di Ruang ICCU RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro”. Penulisan KIAN ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Selama proses penyusunan KIAN ini mendapatkan bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak yang telah memberikan ilmu dan pemikiran yang sangat berharga bagi penulis baik secara langsung maupun tidak langsung. Penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh jenjang pendidikan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin, SKM, M.Kep, Sp.Kom., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Ns. Harmilah, S.Kep., M.Kep., Sp. KMB., selaku Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
4. Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku ketua dewan penguji yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Ns. Maryana, S.SiT., S.Psi., S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing utama yang selalu memberi bimbingan, arahan, motivasi dan saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
6. Dr. Sugeng, S.Kep, Ns., M.Sc., selaku pembimbing pendamping yang selalu memberi bimbingan, arahan, motivasi dan saran dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
7. Sugimin, S.Kep., Ns, selaku pembimbing rumah sakit yang telah memfasilitasi, memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi untuk

melakukan penyusunan (KIAN) di Ruang ICCU RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro.

8. Kedua pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) yang bersedia menjadi responden dalam KIAN ini.
9. Keluarga penulis yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan secara moral dan material serta do'a kepada penulis selama penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
10. Sahabat penulis yang sudah membantu, menemani, dan menerima segala keluh kesah dalam penyusunan (KIAN) ini.
11. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga KIAN ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Yogyakarta,.....Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan.....	4
C. Manfaat.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Kebutuhan Aktivitas.....	7
1. Definisi Aktivitas	7
2. Faktor yang Mempengaruhi Kebutuhan Aktivitas	7
3. Intoleransi Aktivitas	8
B. Konsep <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE).....	10
1. Definisi <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE).....	10
2. Manfaat <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE)	10
3. Mekanisme <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> (ANBE)...	11
4. Perbedaan <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i> dengan <i>Nostril Breathing Exercise</i>	11
5. Prosedur Terapi <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i>	13
C. Konsep <i>Congestive Heart Failure</i> (CHF)	14
1. Definisi.....	14
2. Etiologi.....	14
3. Klasifikasi	15
4. Patofisiologi	16
5. Manifestasi Klinis	17
6. Penatalaksanaan	18
D. Hasil Literatur Review	20
1. Pertanyaan Klinis (PICO/PICOT).....	20
2. Metode Penelusuran <i>Evidence</i>	20
3. Hasil Literatur Review	23
E. Rencana Studi Kasus	26
1. Pengkajian.....	26
2. Diagnosa keperawatan	30
3. Perencanaan.....	30
4. Implementasi	34
5. Evaluasi	34
F. <i>Web Of Causation</i> (WOC).....	35

BAB III METODE PENELITIAN.....	36
A. Laporan Studi Kasus	36
BAB IV LAPORAN KASUS	42
A. Pengkajian Keperawatan	42
B. Diagnosis Keperawatan.....	46
C. Perencanaan Keperawatan.....	47
D. Implementasi Keperawatan	48
E. Evaluasi Keperawatan	52
BAB V PEMBAHASAN	54
A. Pengkajian Keperawatan	54
B. Diagnosis Keperawatan.....	56
C. Perencanaan Keperawatan.....	58
D. Implementasi Keperawatan	60
E. Evaluasi Keperawatan	64
BAB VI PENUTUP	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1. Tanda dan Gejala Intoleransi Aktivitas	9
Tabel 2. 2. Manifestasi Klinis CHF.....	17
Tabel 2. 3 Hasil Literatur Review	23
Tabel 2. 4. Perencanaan Keperawatan.....	31
Tabel 3. 1. Definisi Operasional.....	37
Tabel 4. 1. Pengkajian Keperawatan	42
Tabel 4. 2 Implementasi Keperawatan	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Hasil Penelusuran EBN	21
Gambar 2. 2. <i>Web Of Causation</i> (WOC).....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden	75
Lampiran 2 Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian.....	76
Lampiran 3. Informed Consent	78
Lampiran 4. SOP Terapi <i>Alternate Nostril Breathing Exercise</i>	79
Lampiran 5. Rencana Anggaran Penelitian	81
Lampiran 6. Jadwal Penelitian	82
Lampiran 7. Lembar Wawancara	83
Lampiran 8. Lembar Monitoring Pelaksanaan ANBE	84
Lampiran 10. Hasil Turnitin	85
Lampiran 11. Riwayat Bimbingan Tugas Akhir Pembimbing Utama	86
Lampiran 12. Riwayat Bimbingan Tugas Akhir Pembimbing Pendamping....	87