

Lampiran 1

	<p>PROGRAM STUDI PROFESI NERS AKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP</p>
	<p>STANDARD OPERATING PROCEDURE (SOP) LATIHAN NAFAS DALAM / DEEP BREATHING EXERCISE</p>
<p>Pengertian</p>	<p>Deep breathing exercise merupakan latihan pernapasan dengan teknik bernapas secara perlahan dan dalam, menggunakan otot diafragma, sehingga memungkinkan abdomen terangkat perlahan dan dada mengembang penuh</p>
<p>Tujuan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. untuk mencapai ventilasi yang lebih terkontrol dan efisien serta mengurangi kerja pernapasan 2. untuk mencapai ventilasi yang lebih terkontrol dan efisien serta mengurangi kerja pernapasan 3. mencegah pola aktifitas otot pernapasan yang tidak berguna, melambatkan frekuensi pernapasan, mengurangi udara yang terperangkap serta mengurangi kerja bernapas
<p>Indikasi dan Kontraindikasi</p>	<p>a. indikasi Deep breathing exercise dapat diberikan kepada seluruh penderita dengan status pasien yang hemodinamik stabil, pasien CHF NYHA II dan III b. kontraindikasi Klien mengalami perubahan kondisi nyeri berat, sesak nafas berat dan emergency</p>
<p>Prosedur</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. persiapan alat : Bantal sesuai kebutuhan dan

	<p>kenyamanan klien, Tempat tidur/ bed dengan pengaturan sesuai, kenyamanan klien, Tissue, Bengkok</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. persiapan klien : kontrak topik, waktu, tempat dan tujuan dilaksanakan latihan nafas/ deep breathing exercise 3. ciptakan lingkungan yang nyaman bagi pasien, jaga privacy klien <p>Pelaksanaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencuci tangan sesuai dengan prosedur. 2. Mengidentifikasi status pasien yang hemodinamik stabil, pasien CHF NYHA II dan III 3. Melakukan pemeriksaan terhadap status pernapasan. 4. Mengidentifikasi klien tidak dalam kondisi nyeri berat, sesak nafas berat dan emergency. 5. Memastikan klien dalam kondisi sadar dan dapat mengikuti perintah dengan baik. 6. Mengatur posisi klien berbaring di atas tempat tidur kepala lebih tinggi, bila memungkinkan dengan posisi semi fowler atau fowler/duduk. 7. Mengatur posisi bantal sesuai kebutuhan untuk kenyamanan klien. 8. Apabila terdapat akumulasi sekret. Mengajarkan batuk efektif (dengan menarik nafas dalam dan secara perlahan melalui
--	---

	<p>hidung dan mulut, tahan 1-5 hitungan, kemudian mulai batuk dengan hentakan lembut, tampung dahak pada bengkok). Bila perlu suction sesuai indikasi untuk membantu mengeluarkan sekret dari jalan nafas bawah.</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Mengajarkan klien menghirup nafas secara perlahan dan dalam melalui mulut dan hidung, sampai perut ter dorong maksimal/mengembang. Menahan nafas 1-6 hitungan, selanjutnya menghembuskan udara secara hemat melalui mulut dengan bibir terkatup secara perlahan. 10. Meminta klien untuk melakukan latihan secara mandiri dengan 30 kali latihan nafas dalam selama 30 menit dengan diselingi istirahat 30 menit. Latihan dilaksanakan sebanyak 6 kali sehari pada siang hari selama 4 hari. Setiap latihan dibagi dalam 3 fase masingmasing selama 10 menit sesuai toleransi klien dengan jeda batuk efektif. 11. Melakukan pengawasan keteraturan kemampuan latihan serta antisipasi terhadap toleransi kemampuan dan perkembangan kondisi klien. 12. Melakukan pemeriksaan status pernapasan. 13. Membereskan alat dan mencuci tangan sesuai prosedur. 14. Melaksanakan dokumentasi tindakan.
--	---

Lampiran II

REKAPITULASI KONSULTASI KIANI

Ketua Program Studi Profesi Ners

AS
sooth

Lampiran III

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Muhammad Hudandin
NIM : 41111241059
Judul KIAN : Pengaruh deep breathing exercise untuk meringankan
dyspnea pada penderita congestive heart failure (CHF) dengan
metode

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
		Konsul tentang bab 1-IV Pemb, bab 1, II, IV, V	
		Konsul tentang bab 1-IV	
		Konsul tentang bab 1-IV	

Pembimbing,

(_____)