

**TINGKAT PENGETAHUAN DAN DEMONSTRASI
KADER DALAM PELAKSANAAN DEEP BREATHING
EXERCISE DI DESA KALI CUPAK LOR PURWOKERTO**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Mencapai Derajat Sarjana

Oleh :

MUHAMMAD LUKMAN AZIZI

1211020117

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

TINGKAT PENGETAHUAN DAN DEMONSTRASI
KADER DALAM PELAKSANAAN DEEP BREATHING
EXERCISE DI DESA KALI CUPAK LOR PURWOKERTO

MUHAMMAD LUKMAN AZIZI

1211020117

Diperiksa dan disetujui:

Pembimbing



Ns. Divah Yulistika H., S.Kep., M.Kep
NIK.2160201

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Muhammad Lukman Azizi

NIM : 1211020117

Program Studi : Sarjana Keperawatan S1

Fakultas/Universitas : Ilmu Kesehatan/ Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini, dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto , Juli 2016

Yang menyatakan,



MUHAMMAD LUKMAN AZIZI
NIM. 1211020117

HALAMAN PERSEMBAHAN

Yang Utama Dari Segalanya....

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangatku kasahi dan kusayangi.

Orang tua tercinta

"Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terimakasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada orang tua yang telah memberikan kasih sayang, segaladukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Ibu dan Bapak bahagia".

"Terimakasih saya ucapkan pada Ibu Ns. Diyah Yulistika Ht, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing saya Yang telah membimbing saya selama ini dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini"

"Tak lupa saya ucapkan terimakasih kepada sahabat-sahabat saya, Umam, Anjar, Rahmat, Hebi, Anin, Asep, Rafli, Septi dan tak lupa pula para anggota group Gembel Travelers (Fvi, Arum, Cucu, Pipit, Dek Siti, Vera, Jono, Kikil, Agung, Andri, Aeni, Ratih) terimakasih atas kebersamaan, kekeluhkesahan, serta keceriaan selama ini.

"Buat orang spesial yang sudah baik dengan saya terutama Depi Ristiyana terimakasih yang selalu menyemangati, Rosmayanti Dewi, A'MK (Kakak Pertama) yang selalu tidak lupa mengucapkan Selamat Ulang Tahun".

MOTTO

KEBAHAGIAN HANYA AKAN MENJADI NYATA, SAAT KITA BERBAGI
(CHRISTOPHER MCCANDLESS)

IT IS NOT THE MOUNTAIN WE CONQUER BUT OURSELVES (EDMUND HILLARY)

JANGAN MENGAMBIL APAPUN SELAIN GAMBAR, JANGAN MENINGGALKAN
APAPUN SELAIN JEJAK, JANGAN MEMBUNUH APAPUN SELAIN WAKTU
(ANONYMOUS)

PENDAKI BERPENGALAMAN TIDAK TERINTIMIDASI OLEH GUNUNG, NAMUN
TERINSPIRASI (WILLIAM ARTUR WARD)

PUNCAK HANYA BONUS TUJUAN UTAMA YAITU KEMBALI DENGAN SELAMAT
TANPA ADA KEKURANGAN APAPUN

**PENGARUH TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP DEMONSTRASI
KADER DALAM PELAKSANAAN DEEP BREATHING EXERCISE
DI DESA KALI CUPAK LOR PURWOKERTO**

Muhammad Lukman Azizi¹, Diyah Yulistika Handayani²

ABSTRAK

Latar belakang: Peran kader memegang peranan penting dalam menjembatani masyarakat khususnya kelompok sasaran posyandu. Berbagai informasi dari pemerintah lebih mudah disampaikan kepada masyarakat melalui kader, kader-kader lebih tanggap dan memiliki pengetahuan kesehatan diatas rata-rata dari kelompok sasaran posyandu. Guna meningkatkan ketrampilan seorang kader, salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ini salah satunya dilakukan dengan pendidikan dan pelatihan kader. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas kader dalam memberikan penyuluhan kepada peserta posyandu, serta masyarakat di wilayah kerja posyandu.

Tujuan: Mengetahui tingkat pengetahuan dan demonstrasi kader dalam pelaksanaan Deep Breathing Exercise di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto.

Metode: Desain penelitian ini *eksperimen* dengan *one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 29 orang dan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sampel 20 responden dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*.

Hasil: Tingkat pengetahuan kader tentang *deep breathing exercise* sebelum pelatihan adalah 90% dalam kategori kurang dan setelah dilakukan pelatihan menjadi 75% dalam kategori baik. Hasil uji *chi square* menunjukkan pengaruh tingkat pengetahuan terhadap demonstrasi kader dalam pelaksanaan *deep breathing exercise* menunjukkan 0,0001 ($p < 0,05$)

Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan dari tingkat pengetahuan terhadap demonstrasi kader dalam pelaksanaan *deep breathing exercise* di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto.

Kata Kunci: *Deep Breathing Exercise*, demonstrasi, kader

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

²Staf Pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**THE EFFECT OF KNOWLEDGE LEVEL TOWARDS
DEMONSTRATION OF CADRE IN DOING DEEP BREATHING
EXERCISE IN KALI CUPAK LOR VILLAGE PURWOKERTO**

Muhammad Lukman Azizi¹, Diyah Yulistika Handayani²

ABSTRACT

Background: Cadre plays an important role in bridging people, particularly in Posyandu (Integrated Service Post). Any information from government is easier informed to people through cadre. The cadre is considered more responsive and has better health knowledge than the people in Posyandu. To improve their knowledge and skill of health, education and training for cadre is needed. It is intended to improve their quality in delivering training for participants in Posyandu as well as people in its working area.

Objective of the research: To know the knowledge level and demonstration of cadre in doing deep breathing exercise in Kali Cupak Lor Village Purwokerto.

Research Methodology: This research employed experiment with one group pretest posttest design. The population of this research was 29 persons. Moreover, there were 20 respondents having the inclusive and exclusive criteria and taken through total sampling technique.

Findings: The knowledge level of cadre about deep breathing exercise was 90% with low criteria before the training and 75% with good criteria after the training. The result of chi square test show the effect of knowledge level towards cadre demonstration in doing deep breathing exercise of 0,0001 ($p < 0,05$).

Conclusion: There is significant effect of knowledge level towards demonstration of cadre in doing deep breathing exercise in Kali Cupak Lor village Purwokerto.

Keywords: Deep Breathing Exercise, Demonstration, Cadre

¹Student Science Program FIKES University Muhammadiyah of Purwokerto

²Lecturer FIKES University Muhammadiyah of Purwokerto

KATA PENGANTAR

Puji syukur selalu penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Tingkat Pengetahuan dan Demonstrasi Kader dalam Pelaksanaan Deep Breathing Exercise di Desa Kali Cupak Lor Purwokerto”**.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari banyak membutuhkan bantuan dan saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis berkenan untuk mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. H. Syamsuhadi Irsyad, S.H., M.H, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
2. Drs. H. Ikhsan Mujahid, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
3. Mustiah Yulistiani, S.Kp., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan izin kepada penulis, sehingga dapat terselesaikan skripsi ini.
4. Ns. Diyah Yulistika H, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dengan kesabaran serta wawasan yang begitu berharga sehingga memudahkan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ns. Endiyono, S.Kep., M.Kep., dan Mustiah Yulistiani, S.Kp., M.Kep., selaku penguji yang telah memberi masukan pengarahan dan menguji penulis.

6. Seluruh dosen dan staf akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
7. Kedua orang tua dan Saudara-Saudara., terimakasih atas segala masukan, dukungan, dan waktu yang sudah diberikan dan telah memberikan bantuan dan dukungan spiritual.
8. Para responden yang telah bersedia berpartisipasi selama proses studi pendahuluan serta ikut mendukung rencana penelitian ini.
9. Yang tersayang, yang aku banggakan teman-teman dan almamaterku angkatan 2012, terima kasih atas dukungan tiada henti sampai terselesaikannya skripsi ini.
10. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapat balasan dan diridhoi oleh Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna karena keterbatasan waktu dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua orang.

Purwokerto, Juli 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Penelitian Terkait	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pengetahuan	10

B. Pelatihan	12
C. Demonstrasi	24
D. Kader	28
E. Deep Breathing Exercise (Latihan Pernafasan).....	37
F. Kerangka Teori	42
G. Kerangka Konsep	43
H. Hipotesis	44

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian	45
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	46
C. Populasi dan Sampel.....	46
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	47
E. Instrumen Penelitian	49
F. Teknik Pengumpulan Data	52
G. Jalannya Penelitian	54
H. Pengolahan Data	56
I. Analisa Data	58
J. Etika Penelitian.....	61

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	63
B. Pembahasan	67
C. Keterbatasan Penelitian	79

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	80
B. Saran	81

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	42
Bagan 2.1 Kerangka Konsep.....	43



DAFTAR TABEL

Tabel3.1 Desain Penelitian.....	45
Tabel3.2 Definisi Operasional	48
Tabel3.3 Kisi-kisi Kuesioner Penelitian	49
Tabel3.4 Kisi-kisi Lembar Observasi Intervensi	50
Tabel4.1 Karakteristik Responden	63
Tabel 4.2 Pengetahuan kader tentang Deep Breathing Exercise sebelum pelatihan	64
Tabel 4.3 Pengetahuan kader tentang Deep Breathing Exercise setelah pelatihan	65
Tabel 4.4 Demonstrasi kader dalam pelaksanaan Deep Breathing Exercise setelah pelatihan	65
Tabel 4.5 Perbedaan pengetahuan kader tentang Deep Breathing Exercise sebelum dan sesudah pelatihan	66
Tabel 4.6 Pengaruh tingkat pengetahuan setelah pelatihan terhadap demonstrasi kader dalam pelaksanaan deep breathing exercise	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	PermohonanMenjadiResponden
Lampiran 2	PersetujuanMenjadiResponden
Lampiran 3	SuratIzinPenelitian Data Awal
Lampiran 4	Surat Izin Penelitian
Lampiran 5	Kuesioner Karakteristik Responden
Lampiran 6	Kuesioner Tingkat Pengetahuan
Lampiran 7	Satuan Acara Penyuluhan
Lampiran 8	Lembar Observasi Intervensi
Lampiran 9	Lembar Konsultasi Pembimbing
Lampiran 10	Hasil Olah Data SPSS
Lampiran 11	Dokumentasi Penelitian

