

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS FISIK RINGAN UNTUK MENDUKUNG
KAPASITAS FUNGSIONAL PADA ANAK DENGAN TALASEMIA
DI RUANG RAWAT JALAN TZU CHI HOSPITAL
JAKARTA



DANNA MARIA

NPM 202554107

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS FISIK RINGAN UNTUK
MENDUKUNG KAPASITAS FUNGSIONAL PADA ANAK DENGAN
TALASEMIA DI RUANG RAWAT JALAN TZU CHI HOSPITAL



DANNA MARIA

NPM 202554107

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

2026

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS FISIK RINGAN UNTUK
MENDUKUNG KAPASITAS FUNGSIONAL PADA ANAK DENGAN
TALASEMIA DI RUANG RAWAT JALAN TZU CHI HOSPITAL
JAKARTA

Disusun Oleh :

Danna Maria

NIM 202554107

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
dihadapan Tim Penguji Karya Ilmiah Akhir Ners STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta, 13 Agustus 2026

Pembimbing,



Ns. Deni Lusiana, M.Kep.,Sp.Kep.A

NIK: 201750003

iii

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS FISIK RINGAN UNTUK
MENDUKUNG KAPASITAS FUNGSIONAL PADA ANAK DENGAN
TALASEMIA DI RUANG RAWAT JALAN TZU CHI HOSPITAL
JAKARTA

Disusun Oleh :

Danna Maria

202554107

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Karya Ilmiah Akhir Ners

STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Pada Tanggal 13 Juni 2026

Mengesahkan

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

Dr. Th. Hini Marjuna, Ns., M.Kep



Penguji:

Ketua : Christina Ririn Widiyanti, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.An.

Anggota : Ns. Deni Lusiana, M.Kep., Sp.Kep.A



HALAMAN MOTTO

“Melayani dengan ilmu, merawat dengan hati, dan mengabdikan untuk kemanusiaan”

“Serahkanlah perbuatanmu kepada Tuhan, maka terlaksanalah segala rencanamu.”

(Amsal 16:3)

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati, karya ini kupersembahkan kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, atas karunia yang luar biasa, sehingga setiap langkah dalam penyelesaian Karya Ilmiah Akhir Ners ini diberikan kelancaran.
2. Orang tuaku tercinta yang tak pernah berhenti berdoa, senantiasa memberikan perhatian, dukungan dan semangat yang tiada henti
3. Para Dosen: Ibu Ns. Deni Lusiana, M.Kep.,Sp.Kep.A yang telah membimbing dan memberikan support sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
4. Tzu Chi Hospital tempatku bekerja dan berkarya, yang telah memberikan kesempatan yang luar biasa melalui beasiswa Pendidikan ini, semoga ilmu yang diperoleh dapat bermanfaat dan bisa memberikan kontribusi nyata bagi kemajuan pelayanan Rumah Sakit.
5. Kepada seluruh teman sejawat, terimakasih atas bantuan dan kerjasamanya selama berproses dalam pendidikan.
6. Kepada Alex Ramadhan atas bantuan dukungan materi dan imateri selama menulis Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

INTISARI

Nama : Danna Maria

NIM : 202554107

Judul : PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS FISIK RINGAN UNTUK
MENDUKUNG KAPASITAS FUNGSIONAL PADA ANAK
DENGAN TALASEMIA DI RUANG RAWAT JALAN TZU CHI
HOSPITAL JAKARTA

Tanggal Ujian : 13 Juni 2026

Pembimbing : Ns. Deni Lusiana, M.Kep., Sp.Kep.A

Jumlah Pustaka : 18 pustaka (tahun 2017 – tahun 2025)

Jumlah Halaman: xii, 32 halaman, tabel, lampiran

Talasemia merupakan penyakit kelainan darah hereditas yang ditandai dengan gangguan pembentukan hemoglobin sehingga menyebabkan anemia kronis. Kondisi anemia pada anak dengan talasemia dapat menurunkan toleransi aktivitas dan kapasitas fungsional, sehingga anak cenderung mengalami keterbatasan dalam melakukan aktivitas fisik. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mendukung kapasitas fungsional anak dengan talasemia adalah pemberian aktivitas fisik ringan yang dilakukan secara teratur dan sesuai toleransi. Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi aktivitas fisik ringan dalam mendukung kapasitas fungsional pada anak dengan talasemia di Ruang Rawat Jalan Tzu Chi Hospital.

Metode yang digunakan adalah *Evidence Based Nursing (EBN)* dengan pendekatan deskriptif studi kasus. Penerapan intervensi dilakukan pada tiga anak laki-laki dengan diagnosis β -thalassemia mayor berusia 11, 12, dan 13 tahun. Intervensi berupa aktivitas berjalan selama 6 menit menggunakan metode *Six Minute Walk Test (6MWT)* yang dilakukan selama tiga hari berturut-turut sesuai toleransi anak. Kapasitas fungsional dievaluasi berdasarkan jarak tempuh selama 6 menit, sedangkan tingkat persepsi kelelahan dan toleransi aktivitas dinilai menggunakan *Modified Borg Scale*. Pemantauan juga dilakukan terhadap kondisi anak sebelum, selama, dan setelah aktivitas menggunakan pulse oximeter.

Hasil penerapan menunjukkan adanya perubahan kemampuan aktivitas yang ditunjukkan melalui jarak tempuh *6MWT* dan respons subjektif terhadap kelelahan selama pelaksanaan intervensi. Aktivitas berjalan selama 6 menit dapat dilakukan oleh ketiga responden dengan memperhatikan kondisi klinis dan toleransi masing-masing anak. Penerapan aktivitas fisik ringan yang dilakukan secara teratur dan bertahap dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan yang mendukung pemeliharaan dan peningkatan kapasitas fungsional pada anak dengan talasemia.

Kesimpulan dari penerapan ini adalah terapi aktivitas fisik ringan melalui *6MWT* dapat diterapkan sebagai salah satu intervensi keperawatan untuk mendukung kapasitas fungsional pada anak dengan talasemia, dengan tetap memperhatikan kondisi klinis, tingkat kelelahan, dan toleransi aktivitas anak.

Kata kunci: talasemia, anak, aktivitas fisik ringan, kapasitas fungsional, *Six Minute Walk Test*.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dengan judul ” Penerapan Terapi Aktivitas Fisik Ringan Untuk Mendukung Kapasitas Fungsional Pada Anak Dengan Talasemia Di Ruang Rawat Jalan Tzu Chi Hospital “ KIAN ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan profesi Ners. Laporan penerapan ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi Sarjana Keperawatann di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Th. Titin Marlina,Ns., M.Kep selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
2. Ibu Ns. Deni Lusianna, M.Kep.,Sp.Kep.A selaku pembimbing yang telah membimbing dalam proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
3. Keluarga dan teman teman yang selalu memberikan doa dan dukungan dalam menyelesaikan laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini
4. Seluruh teman-teman mahasiswa program Ners STIKes Panti Rapih angkatan 2025/2026 yang saling mendukung dan memberi semangat.
5. Semua pihak yang terkait dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka saran demi kemajuan penerapan selanjutnya. Semoga laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Yogyakarta, Juni 2026

Penulis

Danna Maria