

**PENGARUH PURSED LIPS BREATHING PADA SESAK NAFAS PASIEN
PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK DI RUANG TERATAI RSUD
dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO**

NASKAH PUBLIKASI



Oleh :

WILDANI PRATAMA

NIM SN221169

**PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2023**

Prodi Profesi Ners Program
Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI *PURSED LIP BREATHING* TERHADAP
DYSPNEA PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTUKTIF KRONIK (PPOK) DI
RSUD DR. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO WONOGIRI**

Wildani Pratama¹, Sutiyo Dani Saputro²

¹Universitas Kusuma Husada Surakarta

²Universitas Kusuma Husada Surakarta

ABSTRAK

PPOK adalah penyakit paru yang ditandai dengan gejala pernapasan persistem dan keterbatasan aliran udara akibat saluran napas tersumbat dan atau kelainan alveolar yang disebabkan partikel atau gas yang berbahaya, sehingga menyebabkan penderita PPOK sering mengalami gejala sesak napas atau Dyspnea. PPOK juga disebut dengan Chronic Obstructive Pulmonary Disease(COPD) (Silalahi et al.,2019).

Pada Ny.S 74 Tahun dengan diagnosa penyakit paru obstruksi kronik dengan dyspnea. Setelah dilakukan tindakan Terapi non-farmakologis dengan *pursed lips breathing* selama 1x8 jam, pasien mengatakan sesak nafas berkurang.

Jenis rancangan penelitian ini menggunakan studi kasus, dengan satu responden yang mengalami sesak nafas. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur *Respirasi Rate (RR)* dan SPO2 untuk mengurangi sesak nafas dengan menggunakan terapi non-farmakologis *Pursed Lips Breathing* dari penelitian ini ada penurunan sesak nafas dari sebelum diberikan terapi RR : 27x/menit, Spo2 : 94% dan setelah diberikan terapi RR menurun menjadi 25x/menit dan Spo2 naik menjadi 95%.

Kata Kunci : Terapi *Pursed Lips Breathing*, *Sesak nafas*, PPOK

Daftar Pustaka: 12 (2015-2022)

Nurse Profession Study

*Program Profession Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada
Surakarta*

***THE EFFECT OF PURSED LIPS BREATHING ON WORTHY OF
BREATH IN CHRONIC OBSTRUCTION PULMONARY DISEASE (COPD)
PATIENTS IN THE TERATAI ROOM Dr. SOEDIRAN MANGUN***

SUMARSO WONOGIRI Hospital

Wildani Pratama¹, Sutiyo Dani Saputro²

¹Universitas Kusuma Husada Surakarta

²Universitas Kusuma Husada Surakarta

ABSTRACT

COPD is a lung disease characterized by systemic respiratory symptoms and airflow limitation due to blocked airways and/or alveolar abnormalities caused by harmful particles or gases, causing COPD sufferers to often experience symptoms of shortness of breath or dyspnea. COPD is also called Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) (Silalahi et al., 2019).

In Ms. S 74 years with a diagnosis of chronic obstructive pulmonary disease with patient dyspnea. After performing non-pharmacological therapy with pursed lips breathing for 3 days, the patient said that shortness of breath had decreased.

This type of research design used a case study, with one respondent experiencing shortness of breath. In this study using a measuring instrument Respiration Rate (RR) and SPO2 to reduce shortness of breath by using Pursed Lips Breathing non-pharmacological therapy from this study there was a decrease in shortness of breath from before being given RR therapy: 27x/minute, Spo2: 94% and after being given RR therapy it decreased to 25x/minute and Spo2 increased to 95%.

Keywords: Pursed Lips Breathing Therapy, Shortness of breath, COPD..

Bibliography : 12 (2015-2022)

I. PENDAHULUAN

Kesehatan adalah keadaan seseorang dalam kondisi sehat, baik secara

fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang

hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Masalah kesehatan anak merupakan prioritas utama dalam perencanaan pembangunan dan upaya pemeliharaan kesehatan (Putra & Adimayanti, 2022).

PPOK adalah penyakit paru yang ditandai dengan gejala pernapasan persistem dan keterbatasan aliran udara akibat saluran napas tersumbat dan atau kelainan alveolar yang disebabkan partikel atau gas yang berbahaya, sehingga menyebabkan penderita PPOK sering mengalami gejala sesak napas atau Dyspnea. PPOK juga disebut dengan Chronic Obstructive Pulmonary Disease(COPD) (Silalahi et al.,2019).

Kejadian PPOK semakin meningkat dikarenakan jumlah perokok, polusi udara dari industri dan asap kendaraan yang terus meningkat (Khasanah, 2015). Hasil prevalensi tahun 2018 PPOK di Indonesia sebesar 2.4% dari penyakit lainnya (Risksdas, 2018). Hal ini menunjukkan frekuensi penyakit PPOK masih tinggi. PPOK di Jawa Tengah menempati urutan ketujuh dengan jumlah kasus 31.817 atau sebesar 2.1%. Hasil prevalensi Jawa Tengah tahun 2017 kasus PPOK ditemukan sebesar 25.390 hal ini menunjukkan peningkatan jumlah frekuensi penyakit

PPOK di Jawa Tengah (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2018).

Gejala yang sering ditemukan pada pasien PPOK ialah sesak napas. Keluhan sesak napas menjadi masalah utama pada PPOK dan sebagai alasan penderita mencari pengobatan. Sesak napas bersifat persisten serta progresif dan juga sebagai penyebab ketidak mampuan penderita untuk melakukan aktivitas (Isnainy & Tias, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Rozi, (2018) latihan pernapasan dengan teknik pursed lips breathing ini dapat memperbaiki keluhan sesak napas tersebut, mengurangi laju pernapasan dan meningkatkan status vital pada pasien PPOK dengan demikian kenyamanan serta kesejahteraan dan gangguan pernapasan pasien dapat terjaga.

Terapi Non-farmakologis yang dapat menurunkan sesak napas salah satunya adalah *Pursed Lips Breathing*. *Pursed Lips Breathing (PLB)* merupakan latihan bernafas yang terdiri dari dua mekanisme yaitu inspirasi secara kuat dan dalam serta ekspirasi aktif dan panjang. Proses ekspirasi secara normal merupakan proses mengeluarkan nafas tanpa menggunakan energi. Bernafas PLB melibatkan proses ekspirasi secara paksa. Ekspirasi secara paksa tentunya akan meningkatkan

kekuatan kontraksi otot intraabdomen sehingga tekanan intraabdomen pun meningkat melebihi pada saat ekspirasi pasif.

Manfaat dari *pursed lips breathing* ini adalah untuk membantu klien memperbaiki transport oksigen, menginduksi pola napas lambat dan dalam, membantu pasien untuk mengontrol pernapasan, mencegah kolaps dan melatih otot-otot ekspirasi untuk memperpanjang ekshalasi dan meningkatkan tekanan jalan napas selama ekspirasi, dan mengurangi jumlah udara yang terjebak (Smeltzer & Bare, 2013).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Terapi *Pursed Lip Breathing* Terhadap *Dyspnea* pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di IGD RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri”.

II. METODE STUDI KASUS

Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif kepada satu pasien. Studi kasus ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2023. Subjek dalam studi kasus ini adalah Ny. S Usia 74 tahun pasien dengan diagnosa penyakit paru Obstruksi Kronik (PPOK) di ruang IGD RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.

Pada studi kasus ini subjek diberikan Terapi *Pursed Lips Breathing* untuk menurunkan sesak nafas pada pasien PPOK yang dilakukan 1x8 jam selama 15 menit.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Parameter Sebelum dan Setelah Pemberian *Pursed Lips Breathing*

Penerapan	Sebelum	Sesudah
Pemberian terapi <i>Pursed Lip Breathing</i>	RR : 27x/menit Spo2 : 94%	RR : 25x/menit SPO2 : 95%

Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama tiga hari didapatkan catatan perkembangan keperawatan. Tindakan keperawatan yang dilakukan selama tiga hari yaitu dengan pemberian terapi *Pursed lips breathing* untuk menurunkan sesak nafas pada Ny. S . Pada hari pertama terapi diberikan ketika pasien mengalami sesak nafas dengan Rr 27x/menit Spo2 : 94%, setelah diberikan terapi RR menurun menjadi 25x/menit dan Spo2 meningkat menjadi 95%.

Berdasarkan penelitian terkait yang dilakukan oleh Bakti, Dwi & Fis (2015) tentang Pengaruh Pursed Lip Breathing Exercise Terhadap Penurunan Tingkat Sesak Napas Pada Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) Di Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat BBKPM Surakarta, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh antara Pursed Lip Breathing Exercise terhadap penurunan tingkat sesak napas pada pasien dengan PPOK. Penelitian Permadi & Wahyudi (2017) tentang Pengaruh Pursed Lip Breathing dan Sustained Maximal Inspiration Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pernapasan Untuk Mengurangi Keluhan Sesak Napas pada Kasus Kardio Respirasi, didapatkan hasil terjadi peningkatan otot pernapasan sebelum dan sesudah setelah perlakuan, dengan demikian terdapat pengaruh pursed lip breathing dan sustained maximal inspiration terhadap peningkatan kekuatan otot pernapasan untuk mengurangi keluhan sesak nafas.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan intervensi yang dilakukan pada Tn.S dengan keluhan sesak nafas. Terapi Pursed Lips Breathing mampu menurunkan sesak nafas pada sesak nafas pasien

penyakit paru Obstruksi Kronik. Dengan pemberian terapi di ruang IGD 1x8 jam selama 15 menit

V. SARAN

1. Bagi Intitusi Pelayanan Kesehatan (Rumah Sakit) Rumah sakit dapat memberikan pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan kerjasama baik antara tim kesehatan maupun dengan pasien, sehingga meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan yang optimal pada pasien yang mengalami ppok.
2. Bagi institusi Pendidikan Agar dapat memotivasi mahasiswa untuk lebih membangun ilmu pengetahuan melalui aplikasi jurnal yang lebih inovatif dan dapat melakukan asuhan keperawatan yang lebih komperhensif.
3. Bagi perawat Hendaknya para perawat memiliki tanggung jawab dan keterampilan yang baik dan selalu berkoordinasi dengan tim kesehatan yang lain dalam meberikan asuhan

keperawatan
pada pasien ppok

khususnya

DAFTAR PUSTAKA

- Bakti, K.A. (2015). Pengaruh Pursed Lip Breathing Exercise Terhadap Penurunan Tingkat Sesak Napas Pada Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) Di Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat (Bbkpm) Surakarta. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Budiono, dkk. (2017). The Effect Of Pursed Lips Breathing In Increasing Oxygen Saturation In Patients With Chronic Obstructive Pulmonary Disease In Internal Ward 2 Of The General Hospital Of Dr. R. Soedarsono Pasuruan. Vol.
- Ikawati, Zullies. 2016. Penatalaksanaan Terapi Penyakit Sistem Pernafasan Yogyakarta : Bursa Ilmu.
- Silalahi, K. L & Siregar, T.H. (2019). Pengaruh *Pursed Lip Breathing* Exercise Terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) di Rsu Royal Prima Medan 2018. Jurnal Keperawatan Priority, 2(1), 93-103.
- Kritina L Silalahi; Tobus Hasiholan Siregar. (2019). Pengaruh Pursed Lip Breathing Exercise Terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok)
- Riskesdas, (2018). Hasil Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Depaertemen Kesehatan RI
- Rozi, F. (2018). Efektivitas Kombinasi Pursed Lip Breathing dan Distractive Auditory Stimuli Terhadap Persepsi DYSPNEA dan Peak Ekspiratory Flow Pada Klien PPOK di RSUD Jombang.1.