

PROGRAM STUDI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

**PENERAPAN PEMBERIAN TERAPI PURSED LIP BREATHING
TERHADAP DYSPNEA PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTUKTIF
KRONIK (PPOK) DI RSUD dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Een Novi Oktavia ¹⁾, Saelan ²⁾

¹⁾ Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada
Surakarta

²⁾ Dosen Universitas Kusuma Husada Surakarta

Oktaviaeno1998@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang; PPOK merupakan penyakit tidak menular yang dapat dicegah dandiobati yang ditandai dengan gejala pernapasan persisten dan pembatasan aliran udara karena kelainan saluran pernapasan atau alveoli. **Tujuan;** mengetahui hasil implementasi dari penerapan *Pursed Lips Breathing* Terhadap Pola Napas Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik. **Metode;** Jenis Penelitian ini studi kasus yang digunakan penulis adalah studi kasus yang dapat mendemonstrasikan teknik terapi *Pursed Lips Breathing*. **Hasil;** pasien sebelum mendapatkan terapi *Pursed Lips Breathing*, yaitu frekuensi pernafasan cepat, frekuensi nadi diatas rentang, dan saturasi oksigen rendah. setelah mendapatkan terapi *Pursed Lips Breathing*, yaitu respirasi nafas teratur, frekuensi nadi dalam rentang normal, saturasi oksigen meningkat. **Kesimpulan;** Hasil pola nafas pada kedua pasien setelah mendapatkan terapi *Pursed Lips Breathing*, yaitu respirasi nafas teratur, frekuensi nadi dalam rentang normal, saturasi oksigen meningkat dan dapat dikembangkan penelitian selanjutnya.

Kata kunci : Terapi *Pursed Lips Breathing*, Pola Nafas, Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik

Daftar Pustaka : 11 (2017-2023)

PROFESSIONAL OF NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES,
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

**IMPLEMENTATION OF PURSED LIPS LIPS BREATHING ON THE
DYSPNEA OF CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE
PATIENTS IN THE IGD WARD AT dr.SOEHADI PRIJONEGORO
HOSPITAL SRAGEN**

Een Novi Oktavia ¹⁾, Saelan ²⁾

¹⁾ Profession of nursing, Faculty of Health Sciences, Universitas Kusuma Husada
Surakarta

²⁾ Lecture Of Nursing Study University Of Kusuma Husada Surakarta

Oktaviaeno1998@gmail.com

Abstract

Background; COPD is a noncommunicable disease preventable and treatable disorder characterized by persistent respiratory symptoms and airflow limitation due to abnormalities of the airways or alveoli. **Objective;** find out the results of the implementation of the application of Pursed Lips Breathing on breath patterns of Patient with Chronic Obstructive Pulmonary Disease. **Method;** This type of research is a case study that the author uses is a case study that can demonstrate Pursed Lips Breathing. **Results;** patients before receiving Pursed Lips Breathing therapy, namely fast breathing frequency, pulse frequency above the range, and lowoxygen saturation. Afterreceiving Pursed Lips Breathing therapy, namely regular respiration, pulse frequency within the normal range, oxygen saturation increased. **Conclusion;** The results of the breathing patterns in both patients after receiving Pursed Lips Breathing therapy, namely regular respiration, pulse frequency with in the normal range, increased oxygen saturation and can be developed for further research.

Keyword: Pursed Lips Breathing Therapy, Breathing Pattern, Chronic Obstructive Pulmonary Disease Patients.

References : 11 ((2017-2023))

PENDAHULUAN

PPOK adalah gangguan umum, dapat dicegah dan diobati yang ditandai dengan gejala pernapasan persisten dan pembatasan aliran udara karena kelainan saluran pernapasan atau alveoli. PPOK umumnya diakibatkan oleh paparan gas serta partikel beresiko dan dipengaruhi oleh faktor pasien seperti perkembangan paru-paru yang tidak normal (GOLD, 2019). Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) merupakan beberapa gangguan yang mempengaruhi pola aliran udara dari dalam dan keluar paru. Gangguan yang sering ditemui adalah bronchitis kronis, asma bronkhial dan emfisiema (Muttaqin, 2020).

World Health Organization (WHO, 2018) memperkirakan 65 juta orang diseluruh dunia mengalami PPOK ringan hingga berat. Pada tahun 2015, lebih dari 3 juta orang meninggal sebab penyakit paru obstruktif kronis, terhitung 5,5% dari seluruh kematian disegala dunia. Prevalensi pengidap PPOK di Asia mencapai 56,6 juta dengan prevalensi 6,3%. Angka ini mewakili 3,5- 6,7% di Cina, 38.160 juta, Jepang 5.140 juta dan Vietnam 2.068 juta (WHO, 2018).

Prevalensi PPOK Indonesia mencapai 3,7%, dengan Nusa Tenggara Timur memiliki prevalensi PPOK tertinggi sebesar 10,0% dan prevalensi terendah di Lampung sebesar 1,4% dan Provinsi Jawa Tengah di peringkat ke-11 dengan mencapai 3,4% (Risksdas, 2018). Hasil prevalensi PPOK di Jawa Tengah tahun 2017 sebesar 25.390 dan pada tahun 2018 terdapat 31.817 kasus, dari hasil tersebut bahwasanya PPOK mengalami peningkatan dalam

waktu yang cukup cepat (Dinas Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Tengah). Data Dinkes Sragen kasus pasien PPOK sebanyak 10.425, sementara cakupan penderita PPOK yang ditemukan dan ditanganisebesar 0.9% (82 kasus). Bila dibandingkan pada tahun 2020 kasus PPOK meningkat yaitu 76 kasus (Dinas Kabupaten Sragen, 2022). Berdasarkan data laporan RSUD dr. Soehadi Prijonegoro sragen 3 bulan terakhir yaitu tahun 2023 didapatkan kasus PPOK menempati posisi pertama dari 10 besar penyakit rawat inap terbanyak yaitu PPOK, DM, Hipertensi, *Dyspnea*, CKD, Anemia, B20, ISPA, Pneumonia, Febris (RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen).

Prevalensi PPOK di Indonesia disebabkan peningkatan asap rokok, pencemaran lingkungan (indoor, outdoor, tempat kerja), genetik, dan pembentukan PPOK pada sitem limfatik baik pada perokok aktif maupun perokok pasif. Faktor, termasuk riwayat infeksi pernapasan berulang. Deposisi folikel dan kolagen pada dinding luar saluran napas (Khairani, 2020).

Diperlukan manajemen untuk membuat pasien dapat bernafas lebih efektif sehingga pernapasan pasien lebih baik saat menjalani perawatan PPOK di rumah sakit. Salah satu dari beberapa perawatan standar yang sering diberikan pada pasien yang mengalami PPOK adalah teknik *Pursed Lips Breathing*. *Pursed Lip Breathing* adalah latihan pernapasan dengan menghirup udara melalui hidung dan mengeluarkan udara dengan cara bibir lebih dirapatkan atau dimonyongkan dengan waktu ekshalasi lebih di

perpanjang. Terapi rehabilitasi paru-paru dengan *pursed lips breathing* ini adalah cara lips breathing ini adalah cara yang sangat mudah di yang sangat mudah dilakukan, tanpa memerlukan alat bantu apapun, dan juga tanpa efek negative seperti pemakaian obat-obatan (Smeltzer & Bare, 2023).

Berdasarkan uraian dan latar belakang diatas tersebut penulis tertarik mengambil topik dalam karya ilmiah akhir Ners dengan judul “Penerapan *Pursed Lips Breathing* Terhadap penurunan dyspnea Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik Di Ruang IGD RSUD dr.Soehadi Prijonegoro Sragen”.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam Karya Tulis Ilmiah penulis menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Subyek studi kasus yang digunakan adalah 1 pasien yang menderita PPOK di IGD RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Adapun penetapan kriteria inklusi yaitu Responden yang mengalami sesak napas pada pasien PPOK, Responden yang menjadi responden dengan menandatangani informed consent saat pengambilan data, Responden dengan kesadaran penuh (Composmentis). Sedangkan untuk kriteria eksklusi yaitu Responden yang tidak bersedia, Responden yang mengalami penurunan kesadaran, Responden yang tidak mengalami sesak napas. Karya tulis ilmiah ini menggunakan alat ukur berupa SOP

pursed lips breathing dan Instrument Modifikasi Skala Borg.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian proses keperawatan yang dilakukan pada tanggal 17 Oktober 2023 pukul 10.00 WIB pasien Ny.M 62 Tahun datang ke IGD pasien mengeluh sesak napas sejak 3 Hari yang lalu. Sebelumnya pasien pernah dirawat di RSUD Sragen 1 bulan yang lalu dengan keluhan yang sama dan dengan diagnosa PPOK. Pasien juga mengeluh merasakan sesak napas jika melakukan aktivitas yang berat., saat dilakukan pengkajian pasien tampak merasa sesak napas, terdapat retraksi dinding dada, terdapat nafas cuping hidung, terdapat bunyi nafas tambahan di dapatkan hasil TD: 140/90 mmHg, Nadi : 123x/menit, RR: 32x/menit, SpO2 : 85%.

Salah satu dagnosa keperawatan yang muncul yaitu Pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas dibuktikan dengan pasien mengeluh sesak napas (D.0005). Gangguan pola napas tidak efektif adalah inspirasi atau ekspirasi yang tidak memberikan ventilasi adekuat. Kriteria mayor yang dapat dilihat yaitu dyspnea dan pola napas abnormal. Sedangkan kriteria minornya adalah *pursed lip breathing*. Berdasarkan teori yang telah dituliskan oleh peneliti bahwa karena adanya gangguan pada system pernapasan sehingga terjadi penurunan fungsi otot pernapasan dan kerusakan pada paru yang menyebabkan dyspnea menjadi masalah umum yang terjadi pada pasien PPOK. Untuk melatih kekuatan otot pernapasan dan menurunkan air trapping serta

meningkatkan ventilasi oksigen salah terapi non farmakologi yang dapat diberikan adalah *Breathing exercise (Pursed Lip Breathing)*.

Tabel 1 Perkembangan Pola Nafas Sebelum dan Setelah Penerapan *pursed lips breathing*.

Tanggal	Pasien	Indikator	Sebelum	Sesudah	Keterangan
17 okto berr 2023	Ny. M	RR N SPO 2	32 132 85	28 98 96	terjadi masalah pola nafas

Berdasarkan hasil studi kasus menunjukkan bahwa pola nafas sebelum dan setelah mendapatkan penerapan *pursed lips breathing* selama 2 kali selama 15-20 menit di ruang IGD didapatkan peningkatan hasil pada kedua pasien yaitu pasien dapat mengatur pola nafas, frekuensi pernafasan membaik, frekuensi nadi tetap dalam batas normal, dan saturasi oksigen meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa *pursed lips breathing* dapat berpengaruh terhadap nadi, respirasi, saturasi oksigen serta dapat mengatur pola nafas sehingga terjadi peningkatan pola nafas pada pasien.

Hasil yang didapatkan sebelum dilakukan tindakan, pasien mengeluh sesak napas skor 4 (1-10) dan didapatkan hasil tanda-tanda vital pasien yaitu TD: 140/90 mmHg, Nadi : 123x/menit, RR: 32x/menit, SpO₂ : 85%. Setelah dilakukan pemberian terapi Pursed Lip Breathing, pasien mengeluh sesak napas dengan skor 3, serta didapatkan hasil tanda-tanda vital yaitu TD : 130/90 mmHg, Nadi : 98x/menit, RR : 28x/menit, SpO₂ : 96%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tindakan *Pursed Lip Breathing* dapat menurunkan dyspnea.

Tindakan keperawatan yang diberikan untuk mengatasi masalah dyspnea adalah melakukan Teknik *Pursed Lip Breathing* yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot pernapasan. Intervensi *Pursed Lip Breathing* yang diterapkan pada pasien dyspnea dilakukan selama 15 - 20 menit. Sebelum melakukan tindakan penulis memberikan kuisisioner kepada pasien untuk menilai keluhan dyspnea yang dialami dan juga penulis mencatat tanda-tanda vital pasien. Setelah dilakukan tindakan pasien diberi kuisisioner kembali untuk mengukur tingkat dyspnea setelah dilakukan tindakan, serta penulis kembali mengukur tanda-tanda vital pasien

Hasil karya ilmiah ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan pada respirasi rate dan peningkatan pada saturasi oksigen pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian (sri mulati dkk, 2023) Latihan pernapasan dengan Teknik *Pursed Lip Breathing* ini dapat memperbaiki keluhan sesak napas, mengurangi laju pernapasan dan meningkatkan status vital pada pasien PPOK, dengan demikian kenyamanan serta kesejahteraan dan gangguan pernapasan pasien dapat terjaga. Hal tersebut selaras juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (benny dkk, 2023) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada frekuensi pernapasan dan SpO₂ pasien PPOK sebelum dan sesudah diberikan Latihan pernapasan Teknik *Pursed Lip Breathing*

KESIMPULAN

Asuhan keperawatan Ny. S dengan diagnosa Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) di Ruang IGD RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen dengan mengaplikasikan hasil studi kasus dengan pemberian terapi *Pursed Lip Breathing* didapatkan hasil Sebelum dilakukan terapi *Pursed Lip Breathing* pasien mengalami dyspnea dengan skor 4, RR: 32x/menit, SpO₂: 85%. Setelah dilakukan terapi *Pursed Lip Breathing* dalam waktu 15-20 menit didapatkan penurunan dyspnea pada pasien. Setelah dilakukan terapi *Pursed Lip Breathing* pasien mengatakan sesak napas menurun dengan skor 3, RR: 28x/menit, SpO₂: 96%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tindakan *Pursed Lip Breathing* dapat menurunkan dyspnea. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan dyspnea pre dan post mengalami penurunan 1 skor pada dyspnea setelah diberikan terapi *Pursed Lip Breathing*. Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat Pengaruh *Pursed Lip Breathing* Terhadap Dyspnea Pada Pasien PPOK

SARAN

Berdasarkan hasil studi kasus tersebut diharapkan dapat menjadikan pemberian *pursed lips breathing* merupakan salah satu cara tindakan untuk penurunan dyspnea. Bagi perawat IGD, sebagai salah satu dasar untuk mengembangkan ilmu pengetahuan terutama dalam memberikan intervensi keperawatan mandiri serta mengembangkan keterampilan perawat dalam pelaksanaan tindakan *Pursed Lip Breathing* untuk menurunkan

dyspnea pada pasien PPOK di Ruang IGD RSUD Sragen. Bagi institusi pendidikan, Penerapan *Pursed Lip Breathing* diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai bahan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya dibidang ilmu keperawatan dalam melakukan intervensi keperawatan secara mandiri terhadap pasien penderita PPOK yang di rawat di ruang IGD. Bagi pasien/keluarga, Dapat menambah ilmu pengetahuan pasien tentang tindakan *Pursed Lip Breathing* untuk menurunkan dyspnea pada pasien PPOK, serta dapat melakukan tindakan tersebut jika sudah berada dirumah.

DAFTAR PUSTAKA

- GOLD Commitee. (2021). Gold-Report-2021-v1.1-25Nov20_WMV.pdf (pp. 12– 19). <https://goldcopd.org>
- Kusumawardani, N. et al. (2023) Hubungan Antara Keterpaparan Asap Rokok Dan Riwayat Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Di Indonesia', Jurnal Ekologi Kesehatan, 15(3), pp. 160–166. doi: 10.22435/JEK.V15I3.5889.160-166
- PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia:Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1 Cetakan III (Revisi). Jakarta: PPNI
- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI

- PNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI
- Riskesdas, (2018). Hasil Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Depaertemen Kesehatan RI
- Riskesdas. (2018). Riskesdas DKI Jakarta 2018. In Laporan Provinsi DKI Jakarta. www.litbang.kemkes.go.id%0A
- Riskesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Rumampuk, E., & Thalib, A. H. (2020). Efektifitas terapi nebulizer terhadap bersihan jalan napas tidak efektif pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK). *Jurnal Mitrasehar*, 10(2), 250–259.
- Sulistiowati, S., Sitorus, R., & Herawati, T. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada*, 5(1), 30– 38. http://repository.ump.ac.id/1077/5/ENDAH_RETNO_HAPSARI_BAB_II.pdf
- Widiyanto, B. 2021. Terapi Oksigen Terhadap Perubahan Saturasi Oksigen Melalui Pemeriksaan Oksimetri. Jawa Tengah: Nursing Lecturer of Semarang Health Politechnic