

PROGRAM STUDI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Ivan Eko Saputro<sup>1)</sup>, Agik Priyo Nusantoro<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Program Studi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma Husada  
Surakarta

[Ivan.01ekosaputro@gmail.com](mailto:Ivan.01ekosaputro@gmail.com)

**PENERAPAN *PURSED LIP BREATHING* TERHADAP POLA  
NAPAS TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN PENYAKIT PARU  
*OBSTRUKTIF KRONIS* DI BANGSAL ALAMANDA  
RSUD dr. GONDO SUWARNO**

**ABSTRAK**

Penyakit paru *obstruktif kronis* merupakan penyakit kronik pada paru-paru yang menghambat saluran napas dan menyebabkan gas karbondioksida yang terperangkap, sehingga menyebabkan penderita mengalami sesak napas. *Pursed lip breathing* merupakan tehnik paling sederhana untuk mengendalikan sesak napas, bernapas dengan cara ini akan membuat pernapasan akan lebih lambat dari pernapasan biasa. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penerapan *pursed lip breathing* terhadap pola napas tidak efektif pada pasien penyakit paru *obstruktif kronis*. Penelitian ini adalah penelitian studi kasus, Subjek yang diambil pada studi kasus ini adalah 1 pasien dengan penyakit paru obstruktif kronik. Hasil penelitian subyek sebelum diberikan *Pursed Lip Breathing* frekuensi pernapasa : 28 x/menit, Spo2 : 93 %. Setelah diberikan *Pursed Lip Breathing* selama 3 hari frekuensi pernapasan : 22 x/menit, Spo2 : 98 %. Kesimpulan dalam penelitian ini penerapan *pursed lip breathing* efektif dilakukan untuk menurunkan sesak napas.

Kata Kunci : *Pursed Lip Breathing*, Penyakit paru *obstruktif kronis*, Pola napas tidak efektif.

Daftar Pustaka : 23 (2018-2023)

NERS STUDY PROGRAM OF PROFESSION PROGRAMS  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2024

Ivan Eko Saputro<sup>1)</sup>, Agik Priyo Nusantoro<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Student of Ners Study Program of Profession Programs, <sup>2)</sup>Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Program, University of Kusuma Husada Surakarta

[Ivan.01ekosaputro@gmail.com](mailto:Ivan.01ekosaputro@gmail.com)

**THE APPLICATION OF PURSED LIP BREATHING ON BREATHING PATTERNS IS NOT EFFECTIVE IN PATIENTS WITH CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE IN THE ALAMANDA HOSPITAL dr. GONDO SUWARNO**

**ABSTRACT**

Chronic obstructive pulmonary disease is a chronic disease of the lungs that blocks the airways and causes carbon dioxide gas to be trapped, causing sufferers to experience shortness of breath. Pursed lip breathing is the simplest technique for controlling shortness of breath, breathing this way will make breathing slower than normal breathing. The aim of this study was to determine the effect of applying pursed lip breathing on ineffective breathing patterns in patients with chronic obstructive pulmonary disease. This research is a case study research. The subject taken in this case study was 1 patient with chronic obstructive pulmonary disease. The results of the subject's research before being given Pursed Lip Breathing, respiratory frequency: 28 x/minute, Spo2: 93%. After being given Pursed Lip Breathing for 3 days respiratory frequency: 22 x/minute, Spo2: 98%. The conclusion in this study is that the application of pursed lip breathing is effective in reducing shortness of breath.

Keywords : Pursed Lip Breathing, Chronic obstructive pulmonary disease, Ineffective breathing patterns.

Bibliography : 23 (2018-2023)

## PENDAHULUAN

Penyakit paru *obstruktif kronis* merupakan penyakit kronik pada paru-paru yang menghambat saluran napas dan menyebabkan gas karbondioksida yang terperangkap, sehingga menyebabkan penderita mengalami sesak napas (Kemenkes RI, 2018) (Winanti Timur et al., 2021). Penyakit paru *obstruktif kronis* yaitu penyakit paru *kronis* yang ditandai dengan hambatan aliran udara yang *irreversible* di saluran napas (Leli & Wahyuni, 2022).

Kasus PPOK di kota Semarang menurut data distribusi puskesmas tahun 2018 sebanyak 2107 kasus (Dinas Kesehatan Kota Semarang)(Dhavina, 2023).

Gejala yang sering terjadi pada pasien penyakit paru *obstruktif kronis* ialah sesak napas yang mengakibatkan dada menjadi berat, produksi sputum berlebih serta batuk namun dalam kurun waktu yang lama (Winanti Timur et al., 2021). Sesak napas merupakan suatu gejala kompleks yang merupakan keluhan utama, dipengaruhi beberapa faktor fisiologis, psikologis, sosial dan lingkungan (Pajarrini et al., 2022)

Penyakit ini menjadi salah satu penyakit umum pada kalangan masyarakat. Penatalaksanaan dapat dilakukan dengan *farmakologis* dan *non farmakologis*, untuk terapi *non farmakologis* salah satunya dengan cara teknik *pursed lip breathing* (Winanti Timur et al., 2021)

*Pursed lip breathing* merupakan teknik paling sederhana untuk mengendalikan sesak napas, bernapas dengan cara ini akan membuat pernapasan akan lebih lambat dari pernapasan biasa (Arief Sulistyanto et al., 2023). *Pursed lip breathing* yaitu latihan pernapasan dengan menarik melalui hidung dan mengeluarkan udara dengan

cara bibir dirapatkan seperti bersiul dengan waktu *ekshalasi* lebih panjang (Situmorang et al., 2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan *pursed lip breathing* terhadap pola napas tidak efektif pada pasien penyakit paru *obstruktif kronis* di bangsal alamanda RSUD dr. Gondo suwarno.

## METODOLOGI STUDI KASUS

Penelitian ini adalah penelitian studi kasus. Studi kasus ini merupakan penelitian yang mencakup pengkajian bertujuan memberikan gambaran secara mendetail mengenai latar belakang, sifat maupun karakter yang ada dari suatu kasus. Penelitian ini dilakukan secara mendalam terhadap suatu keadaan dengan mulai dari melakukan pengamatan sampai dengan hasil.

## HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Studi Kasus

Hasil studi kasus keperawatan yang telah diambil yaitu pasien bernama Tn. K, status menikah, agama islam, alamat Gunung pati. Pasien dengan diagnosa medis PPOK. Dengan keluhan sesak napas dan batuk TD : 150/98 mmHg, RR : 28 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 93 %, S : 36,4° C.

### B. Pemaparan Focus Studi

#### 1. Pengkajian

Pasien bernama Tn. K. Berusia 57 th status menikah, agama islam, alamat Gunung pati. Dengan keluhan sesak napas TD : 150/98 mmHg, RR : 28 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 93 %, S : 36,4° C. Terdengar suara napas mengi atau *wheezing*. Terdapat pernapasan cuping hidung.

#### 2. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan data pengkajian maka penulis menegakkan diagnosis keperawatan utama yaitu pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas ditandai dengan pola napas abnormal. Didapatkan data fokus yang terdiri dari data subyektif dan data obyektif. Data subyektif : pasien mengatakan sesak napas. Data obyektif : pola napas takipnea, suara napas tambahan wheezing/mengi, terdapat pernapasan cuping hidung, terdapat penggunaan otot bantu napas. Hasil TTV. TD : 150/98 mmHg, RR : 28 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 93 %, S : 36,4° C.

### 3. Intervensi Keperawatan

Perencanaan yang diberikan pada pasien PPOK yang mengalami pola napas tidak efektif. Observasi : monitor pola napas, monitor bunyi napas. Terapeutik : mengajarkan pursed lip breathing selama 3 hari, 2 kali sehari, pagi dan sore hari, dengan durasi 30 menit, dengan toleransi jeda istirahat 5 menit selama 3 kali. ( 5 intervensi, jeda waktu istirahat 5 menit, dilanjutkan 5 menit ke 2 dan jeda waktu istirahat 5 menit, kemudian 5 menit ke 3 dan waktu istirahat/selesai 5 menit).

### 4. Implementasi

Implementasi yang dilakukan untuk diagnosa pola napas tidak efektif. Hari pertama tanggal 4 juni 2024 jam 09.00 WIB. Memonitor pola napas dan bunyi napas

DS : pasien mengatakan sesak napas.

DO : pola napas pasien 28x/menit terdapat bunyi napas mengi/wheezing. TTV. TD : 150/98 mmHg, RR : 28 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 93 %, S : 36,4° C

Hari ke dua 5 juni 2024 jam 09.00 WIB

Memonitor pola napas dan bunyi napas

DS : pasien mengatakan sesak napas.

DO : pola napas pasien 26x/menit terdapat bunyi napas mengi/wheezing. TTV. TD : 130/95 mmHg, RR : 26 x/menit, Nadi : 101 x/menit, Spo2 : 94 %, S : 36,3° C.

Mengajarkan *pursed lip breathing*

Hari ke tiga 6 juni 2024 jam 09.00 WIB

Memonitor pola napas dan bunyi napas

DS : pasien mengatakan sesak napas berkurang.

DO : pola napas pasien 25x/menit terdapat bunyi napas mengi/wheezing. TTV. TD : 130/90 mmHg, RR : 25 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 94 %, S : 36,3° C.

Mengajarkan *pursed lip breathing*

### 5. Evaluasi

Setelah dilakukan tindakan keperawatan hasil evaluasi dilakukan dengan metode SOAP. Hasil evaluasi tindakan hari pertama tanggal 4 juni 2024 jam 09.40 dengan diagnosa keperawatan pola napas tidak efektif didapatkan hasil respon subyektif : pasien mengatakan sesak napas. Respon obyektif : pola napas pasien 28x/menit terdapat bunyi napas mengi/wheezing. TTV. TD : 150/98 mmHg, RR : 28 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 93 %, S : 36,4° C. Jam 16.30 respon subyektif : pasien mengatakan sesak napas. Respon obyektif : TTV. TD : 145/95 mmHg, RR : 27 x/menit, Nadi : 101 x/menit, Spo2 : 94 %, S : 36,3° C. Masalah pola napas tidak efektif belum teratasi lanjutkan intervensi : monitor pola napas dan latih *pursed lip breathing*.

Hasil evaluasi tindakan hari ke dua tanggal 5 juni 2024 jam 09.30. respon subyektif : pasien mengatakan sesak napas. Respon obyektif : pola napas

pasien 26x/menit terdapat bunyi napas mengi/wheezing. TTV. TD : 130/95 mmHg, RR : 26 x/menit, Nadi : 101 x/menit, Spo2 : 94 %, S : 36,3° C. Jam 16.30 respon subyektif : pasien mengatakan sesak napas berkurang. Respon obyektif : TTV. TD : 140/90 mmHg, RR : 25 x/menit, Nadi : 101 x/menit, Spo2 : 96 %, S : 36,3° C. Masalah pola napas tidak efektif belum teratasi lanjutkan intervensi : monitor pola napas dan latih *pursed lip breathing*.

Hasil evaluasi tindakan hari ke tiga tanggal 6 juni 2024 jam 09.30. respon subyektif : pasien mengatakan sesak napas berkurang. Respon obyektif : pola napas pasien 25x/menit terdapat bunyi napas mengi/wheezing. TTV. TD : 130/90 mmHg, RR : 25 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 94 %, S : 36,3° C. Jam 16.30 Respon subyektif : pasien mengatakan tidak sesak napas. Respon obyektif : TTV. TD : 135/95 mmHg, RR : 22 x/menit, Nadi : 102 x/menit, Spo2 : 98 %, S : 36,5° C. Masalah pola napas tidak efektif teratasi hentikan intervensi.

R R	Hari 1		Hari 2		Hari 3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
	28x/ men it	28x/ men it	26x/ men it	26x/ men it	25x/ men it	24x/ men it
28x/ men it	27x/ men it	26x/ men it	25x/ men it	23x/ men it	22x/ men it	

## 6. Pembahasan

### 1. Pengkajian

Setelah dilakukan pengkajian didapatkan Tn. K megalami sesak napas dan batuk TD : 150/98 mmHg, RR : 28 x/menit, Nadi : 103 x/menit, Spo2 : 93 %, S : 36,4° C. Terdengar suara napas mengi atau *wheezing*. Terdapat pernapasan cuping hidung.

Sesak napas menjadi masalah utama pasien PPOK. Sesak napas bersifat progresif dan persisten serta sebagai

penyebab ketidak mampuan penderita untuk melakukan aktivitas (Laeli et al., 2023).

Menurut asumsi penulis pasien PPOK mengalami sesak napas dan pola napas tidak normal.

### 2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa yang didapatkan dari Tn. K maka penulis merumuskan diagnosa keperawatan pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas ditandai dengan pola napas abnormal.

Diagnosis keperawatan yang menjadi fokus utama pada penyakit PPOK adalah pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas ditandai dengan kelemahan otot bantu napas (Devia et al., 2023).

Menurut asumsi penulis diagnosa utama pasien PPOK adalah pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas ditandai dengan pola napas abnormal.

### 3. Intervensi Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan dan diagnosa keperawatan pola napas tidak efektif kemudian tahap selanjutnya dilakukan intervensi tindakan keperawatan diharapkan pola napas membaik dengan kriteria hasil pola napas membaik, dyspnea menurun, penggunaan otot bantu napas menurun, frekuensi napas membaik dan kedalaman bernapas membaik.

Intervensi keperawatan pada pasien PPOK diharapkan sesak napas menurun, meningkatnya saturasi oksigen, dapat melatih otot-otot penapasan (Listrikawti, 2023).

Menurut asumsi penulis setelah dilakukan intervensi pola napas

membalik, sesak napas berkurang, frekuensi bernapas membaik.

#### 4. Implementasi keperawatan

Dalam implementasi keperawatan pada Tn. K dengan pola napas tidak efektif. Penulis memberikan teknik *pursed lip breathing* untuk menurunkan pola napas.

Latihan pernapasan dengan teknik PLB dapat menjadikan pola napas lebih efektif serta mampu meningkatkan pemenuhan oksigenasi manusia khususnya pada pasien PPOK (Suratun et al., 2023).

Menurut asumsi penulis teknik PLB berpengaruh terhadap pola napas tidak efektif pada pasien PPOK.

#### 5. Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi tindakan selama 3 hari didapatkan hasil respon subyektif : pasien mengatakan sudah tidak sesak napas. Respon obyektif : suara napas tambahan tidak ada, cuping hidung tidak ada, TTV. TD : 135/95 mmHg, RR : 22 x/menit, Nadi : 102 x/menit, Spo2 : 98 %, S : 36,5° C.

Hasil dari yang didapatkan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Situmorang et al., 2023) di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru di dapatkan setelah penerapan *pursed lip breathing* ada pengaruh terhadap pola napas dengan beda rata pola napas pretest dan posttest 3,4 dengan indeks kepercayaan terendah -5.824 dan tertinggi -4.425. penelitian serupa juga dilakukan oleh (Arief Sulistyanto et al., 2023). Penelitian ini menyimpulkan bahwa teknik *pursed lip breathing* berpengaruh signifikan terhadap status pernapasan.

Menurut asumsi peneliti pemberian teknik PLB ada pengaruh terhadap pola napas tidak efektif pada pasien penyakit paru obstruktif kronis.

## KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan penulis terkait proses asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Tn. K dengan diagnosa pola napas tidak efektif di ruang Alamanda RSUD dr. Gondo Suwarno. Yang menerapkan pemberian teknik *pursed lip breathing* pada pasien PPOK. Kesimpulan dalam penelitian ini penerapan *pursed lip breathing* efektif dilakukan untuk menurunkan sesak napas.

## SARAN

Diharapkan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat dapat memberikan pelayanan yang baik kepada pasien, sehingga asuhan keperawatan yang diberikan dapat mempercepat kesembuhan pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

Arief Sulistyanto, B., Rahmawati, D. I., Irnawati, I., & Kartikasari, D. (2023). Effect of Pursed Lip Breathing (Plb) Exercise on Respiratory Status in Patients With Chronic Obstructive Pulmonary Disease (C opd). *Jurnal Perawat Indonesia*, 7(1), 1259–1265. <https://doi.org/10.32584/jpi.v7i1.2180>

ASTUTI, M. F., UTOMO, B., & SUPARMIN, S. (2018). Beberapa Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Petugas Kebersihan Di Kota Purwokerto Tahun 2017. *Buletin Keslingmas*, 37(4), 443–455. <https://doi.org/10.31983/keslingmas.v37i4.3796>

Devia, R., Inayati, A., & Ayubbana,

- S. (2023). Penerapan Pemberian Posisi Tripod dan Pursed Lips Breathing Exercise Terhadap Frekuensi Pernapasan dan Saturasi Oksigen Pasien PPOK Di Ruang Paru RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 535–544.
- Dhavina Nur Sabillah. (2023). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN PPOK: POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF DENGAN INTERVENSI POSISI HIGH FOWLER DAN PURSED LIPS BREATHING* Dhavina. <https://doi.org/10.31862/9785426311961>
- Isnainy, A., & Tias, A. (2019). Pengaruh posisi condong kedepan dan terapi pursed lips breathing terhadap derajat sesak napas. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 389–395.
- Laeli, A., Mulyani, S., & Fahrurozi, M. (2023). Penerapan pursed lip breathing untuk menurunkan sesak napas pada pasien PPOK (Literature review). *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 16–20. <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/jik/article/view/5871>
- Leli, L. H., & Wahyuni, S. (2022). Pengaruh Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Napas Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik Di Rumah Sakit Umum Delia Kabupaten Langkat Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(2), 181–185. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i2.1094>
- Listrikawti, W. (2023). Naskah Publikasi Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ppok : Pola Nafas Tidak Efektif Dengan Intervensi Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta Tahun 2023. *Listrikawati, Warisadewi*.
- Made, N., Yunica, D., Indah, P., Dewi, S., & Heri, M. (2024). *Edukasi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Meningkatkan Nilai Saturasi Oksigen Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis ( PPOK )*. 2(1), 64–70.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.
- Pajarrini, N. P. S., Ariana, P. A., & Sintya Dewi, P. I. (2022). Pengaruh Pemberian Deep Breathing Exercises Terhadap Peningkatan Status Pernapasan Pada Pasien Ppok. *Prosiding Simposium Kesehatan Nasional*, 1–6.
- Rois, U. (2021). Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Pemberian Terapi Tehnik Pernapasan Pursed Lip Breathing Pada Anak Dengan Diagnosa Medis Asma Bronkhial di Rumkital Marinir Cilandak. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(February), 2021. <https://doi.org/10.1080/09638288.2019.1595750> <https://doi.org/10.1080/17518423.2017.1368728> <http://dx.doi.org/10.1080/17518423.2017.1368728> <https://doi.org/10.1016/j.ri>

- dd.2020.103766%0Ahttps://doi.org/10.1080/02640414.2019.1689076%0Ahttps://doi.org/
- Situmorang, S. H., Ramadhani, Y., Situmorang, H., Wahyuni, N., Haryanti, T., & Purba, V. M. (2023). Pengaruh Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Nafas Pasien PPOK Di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru. *JONS: Journal of Nursing*, 1(01), 20–25.  
<https://journal.medicpondasi.com/index.php/nursing/article/view/5>
- Suratun, Dwi Haryanti, & Joko Tri Wahyudi. (2023). Efektifitas Pursed Lip Breathing (Plb) Terhadap Penurunan Dyspnea Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (Ppok): Literature Review. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 1(1), 56–64.  
<https://doi.org/10.52523/jika.v1i1.11>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan.
- Winanti Timur, K., Yakpermas Banyumas, P., III Keperawatan, D., Astuti, D., & Dyah Puspasari, F. (2021). Literature Review Pengaruh Teknik Pursed Lips Breathing Terhadap Tingkat Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (Ppok). *Journal of Nursing and Health*, 6(1), 63–73.  
<http://jurnal.politeknikyakpermas.ac.id/index.php/jnh/article/view/141>
- Yunica Astriani, N. M. D., Pratama, A. A., & Sandy, P. W. S. J. (2021). Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen pada Pasien PPOK. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 59–66.  
<https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2368>