



**PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH
DI LAKUKAN TEKNIK PURSED-LIP BREATHING TERHADAP
PENURUNAN SESAK NAPAS (DIPNEU) PADA PASIEN DENGAN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK)
DI RUMAH SAKIT PARU DR. ARIO WIRAWAN SALATIGA**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)**

Oleh :

SITI MUNAWWAROH

011211010

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2018

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH
DI LAKUKAN TEKHNIK *PURSED-LIP BREATHING* TERHADAP
PENURUNAN SESAK NAPAS (*DISPNEA*) PADA PASIEN DENGAN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK)
DI RUMAH SAKIT PARU DR. ARIO WIRAWAN SALATIGA**

Oleh :

SITI MUNAWWAROH

011211010

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

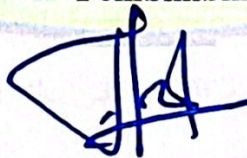
FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 11 Februari 2025

Pembimbing



**Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN 0624128204**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :
**PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH
DI LAKUKAN TEKNIK *PURSED-LIP BREATHING* TERHADAP
PENURUNAN SESAK NAPAS (*DISPNEA*) PADA PASIEN DENGAN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK)
DI RUMAH SAKIT PARU DR. ARIO WIRAWAN SALATIGA**

Oleh :
SITI MUNAWWAROH
011211010

Telah di pertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

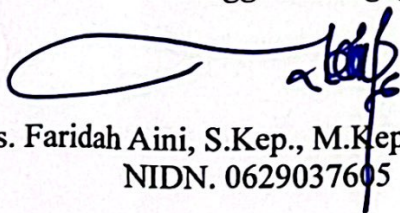
Hari : Selasa
Tanggal : 25 Februari 2025

Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama



Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN 0624128204

Anggota/Penguji I



Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0629037605

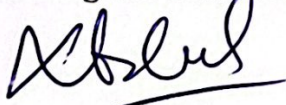
Anggota/Penguji II



Eko Mardiyarningsih, M.Kep., Ns. Sp. Kep. Mat
NIDN. 0607037703

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Dr. Ns. Abdul Wakhid, M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN. 0602027901



Dekan Fakultas Kesehatan

Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Siti Munawwaroh

NIM : 011211010

Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul “Perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan tehnik *pursed-lip breathing* terhadap penurunan sesak napas (*dispnea*) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di rumah sakit paru Dr. Ario wirawan salatiga” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul asal serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang sudah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Pembimbing

Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN 0624128204

Ungaran, 25 Februari 2025



Siti Munawwaroh.
NIM. 011211010

PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Siti Munawwaroh

NIM : 01121010

Mahasiswa : Progran Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan skripsi saya berjudul “Perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan teknik *pursed-lip breathing* terhadap penurunan sesak napas (*dispnea*) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di rumah sakit paru Dr. Ario wirawan salatiga” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 25 Februari 2025

Yang membuat pernyataan



Siti Munawwaroh.
NIM. 011211010

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Siti Munawwaroh
NIM : 011211010
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Tempat, Tanggal lahir : Kab. Rembang, 23 September 2001
Alamat : Desa Wuwur Rt 07 Rw 03 Kecamatan Pancur Kabupaten
Rembang.

Riwayat Pendidikan

1. TK : TK PGRI Wuwur
2. SD : SD Negeri Wuwur
3. SMP : MTS Negeri 1 Rembang
4. SMA : SMK Avicena Lasem
5. Universitas : Universitas Ngudi Waluyo

Data Orang Tua

Nama Ayah : Mashudi
Nama Ibu : Sudarsih
Pekerjaan : Tani
Alamat : Desa Wuwur Rt 07 Rw 03 Kecamatan Pancur Kabupaten
Rembang.

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, 25 Februari 2025
Siti Munawwaroh
011211010

Perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan teknik *pursed-lip breathing* terhadap penurunan sesak napas (*dispnea*) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di rumah sakit paru Dr. Ario wirawan salatiga.

ABSTRAK

Latar Belakang : Penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) merupakan penyakit paru yang ditandai dengan terbatasnya aliran udara pada saluran pernapasan yang tidak bisa diperbaiki secara total atau menyeluruh. *Dispnea* adalah kondisi yang menggambarkan sensasi sesak napas, yang ditandai dengan terhambatnya aliran udara, atau kesulitan bernapas dan sesak dada. Untuk mengurangi rasa sesak napas (*dispnea*) bisa menggunakan cara terapis non farmakologis dengan teknik *pursed-lip breathing* yang merupakan Latihan pernapasan dengan cara mengerucutkan bibir yang dapat membersihkan jalan napas dan melegakan saluran pada sistem pernapasan, teknik ini mampu untuk mengurangi rasa sesak napas yang diderita oleh penyakit PPOK terutama yang mengalami *dispnea*.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan teknik *pursed-lip breathing* terhadap penurunan sesak napas (*dispnea*) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (ppok).

Metode : Desain penelitian menggunakan *Quasi-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian ini penderita PPOK di Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga berjumlah 52 orang. Sampel yang digunakan dipilih secara *purposive sampling* dengan total 20 responden dengan memenuhi kriteria inklusi kemudian dilakukan intervensi teknik *pursed-lip breathing*, skala yang digunakan untuk menurunkan sesak napas (*dispnea*) menggunakan skala borg.

Hasil : Hasil dari uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000 ($< 0,05$) yang artinya H_0 diterima.

Kesimpulan : Ada Perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan teknik *pursed-lip breathing* terhadap penurunan sesak napas (*dispnea*) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (ppok) di rumah sakit paru dr. Ario wirawan salatiga.

Saran : Diharapkan semua penderita PPOK yang mengalami sesak napas (*dispnea*) dapat meningkatkan teknik *pursed-lip breathing* secara rutin agar mendapatkan penurunan sesak napas yang lebih baik dari sebelumnya.

Kata Kunci : *Pursed-lip breathing*, Sesak Napas (*dispnea*), PPOK.

Ngudi Waluyo University
S1 Nursing Study Program
Thesis, 25 february 2025
Siti Munawwaroh
011211010

Differences levels before and after the pursed-lip breathing technique was performed on reducing shortness of breath (dyspnea) in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) at the Dr. Ario Wirawan Pulmonary Hospital, Salatiga.

ABSTRACT

Background : Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is a lung disease characterized by limited airflow in the respiratory tract that cannot be completely or completely repaired. Dyspnea is a condition that describes the sensation of shortness of breath, which is characterized by obstruction of airflow, or difficulty breathing and chest tightness. To reduce shortness of breath (dyspnea) can use a non-pharmacological therapy method with the pursed-lip breathing technique which is a breathing exercise by pursing the lips that can clear the airways and relieve the channels in the respiratory system, this technique is able to reduce shortness of breath suffered by COPD, especially those experiencing dyspnea.

Objective : This study aims to determine the difference levels before and after the pursed-lip breathing technique is performed to reduce shortness of breath (dyspnea) in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD).

Method : The research design used Quasi-experimental with one group pretest-posttest design approach. The population of this study were 52 COPD patients at Dr. Ario Wirawan Salatiga Lung Hospital. The sample used was selected by purposive sampling with a total of 20 respondents who met the inclusion criteria and then carried out an intervention of the pursed-lip breathing technique, the scale used to reduce shortness of breath (dyspnea) using the Borg scale.

Results : The results of the Wilcoxon test obtained a p value of 0.000 (<0.05), which means H_a is accepted.

Conclusion : There is a difference in the level before and after the pursed-lip breathing technique was performed on reducing shortness of breath (dyspnea) in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) at the Dr. Ario Wirawan Salatiga Pulmonary Hospital.

Recommendation : It is hoped that all COPD sufferers who experience shortness of breath (dyspnea) can improve the pursed-lip breathing technique routinely in order to achieve a better reduction in shortness of breath than before.

Keywords : Pursed-lip breathing, shortness of breath (dyspnea), COPD.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala kasih dan penyertaan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya mengenai “Perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan teknik *pursed-lip breathing* terhadap penurunan sesak napas (*dispnea*) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Ngudi Waluyo. Pada kesempatan ini, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan membantu saya dalam proses penyelesaian skripsi ini:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektorat Universitas Ngudi Waluyo
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Dr. Ns. Abdul Wakhid, M.Kep., Sp.Kep.J., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan masukan hingga skripsi ini selesai
5. Seluruh dosen dan sttaf pengajar Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu serta arahan dalam menyelesaikan seluruh kegiatan perkuliahan
6. Kedua orang tua saya, Bapak Mashudi dan Ibu Sudarsih saya ucapkan terima kasih banyak yang selalu tidak pernah berhenti memberikan doa, dukungan moral maupun material, serta semangat di setiap langkah saya. Terimakasih atas pengorbanan yang tidak terhitung, atas kerja keras yang kalian lakukan demi pendidikan saya. Skripsi ini saya persembahkan sebagai wujud kecil rasa terimakasih saya sebagai anak, dan untuk adik saya Iqbal terimakasih sudah selalu bersedia untuk menghibur saya kalau mbaknya lagi sedih.

7. Kepada Febi, Cindi, Citra dan grup icikiwir yang selalu menudukung, memberikan semangat serta motivasi dan terimakasih juga kepada Neti yang sudah menemani dan membantu saya saat pengambilan data di RS, terimakasih sudah menjadi keluarga kedua dalam perjalanan perkuliahan ini yang membuat penulis tidak pernah merasa berjalan sendirian, terimakasih sudah mau direpotkan selama perkuliahan ini.
8. Seluruh teman-teman PSIK Angkatan 2021 yang telah memberikan semangat dan motivasinya, semoga sama-sama dilancarkan sampai akhir perjuangan.
9. Untuk diri saya sendiri, Siti Munawwaroh, terimakasih karena telah bertahan dan terus berjuang dalam melewati fase skripsi dan bisa pada tahap menyelesaikan skripsi, terimakasih karena tidak menyerah meskipun banyak tantangan yang harus dihadapi. Tetap semangat, tersenyum semoga bisa menjadi Langkah awal untuk memulai perjuangan dimasa mendatang, semoga ilmu yang saya pelajari dapat bermanfaat didunia maupun diakhirat.
10. Dan kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyusun skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu sekali lagi terimakasih banyak.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik yang membangun serta saran demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini.

Ungaran, 25 Februari 2025

Siti Munawwaroh

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Teoritis.....	9
1. Konsep Teori Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK).....	9
2. Konsep teori <i>Dispnea</i>	16
3. Konsep teori <i>Pursed-lip Breathing</i>	19
4. Mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan Tindakan <i>pursed-lip breathing</i> terhadap Sesak napas (<i>dispnea</i>) pada pasien PPOK.....	23
B. Kerangka Teoritis	25
C. Kerangka Konsep	25
D. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Desain Penelitian.....	27

B. Lokasi Penelitian.....	27
C. Subjek Penelitian.....	28
D. Definisi Operasional.....	30
E. Pengumpulan Data	32
F. Uji Validitas dan Realibilitas.....	33
G. Alat Pengumpulan Data	34
H. Etika Penelitian	35
I. Prosedur Pengumpulan Data	37
J. Tahap persiapan.....	40
K. Tahap Pelaksanaan	40
L. Pengolahan Data	40
M. Analisis Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Analisi Univariat	45
B. Analisis Bivariat.....	48
C. Pembahasan.....	49
D. Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Teknik <i>pursed-lip breathing</i>	20
Gambar 2.2 <i>Pursed-lip breathing</i>	21
Gambar 2.3 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2.4 Kerangka Konsep.....	25
Gambar 3.1 Desain Penelitian	27

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Data ruangan dan pasien penyakit paru obstruktif kronis (PPOK)	28
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4. 1 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, usia, Pendidikan, pekerjaan, dan Riwayat merokok Responden di RS. Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga (n=20).....	45
Tabel 4. 2 Gambaran Frekuensi Pernapasan Responden pada Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Sebelum Dilakukan teknik <i>Pursed-Lip Breathing</i> di RS Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga (n=20)	46
Tabel 4. 3 Gambaran Frekuensi Pernapasan Responden pada Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Sesudah Dilakukan teknik <i>Pursed-Lip Breathing</i> di RS Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga (n=20).....	47
Tabel 4. 4 Perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan teknik <i>pursed-lip breathing</i> terhadap penurunan sesak napas (<i>dispnea</i>) pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (ppok) di rumah sakit paru dr. Ario wirawan salatiga (n=20).....	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	69
Lampiran 2 Surat Balesan Studi Pendahuluan.....	70
Lampiran 3 Surat <i>Ethical Clereance</i>	71
Lampiran 4 Surat Balasan <i>Ethical Clereance</i> Rumah Sakit	73
Lampiran 5 Surat Ijin Mencari Data	74
Lampiran 6 Surat Balasan Ijin Mencari Data	75
Lampiran 7 Lembar Penjelasan Responden.....	76
Lampiran 8 Instrumen Penelitian.....	78
Lampiran 9 Skor Skala Borg	80
Lampiran 10 Berita Acara.....	81
Lampiran 11 Tabulasi Data	82
Lampiran 12 Hasil Analisis Data	84
Lampiran 13 Hasil Penelitian frekuensi sebelum dan sesudah.....	86
Lampiran 14 Hasil Uji Bivariat <i>Wilcoxon</i>	87
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian.....	88
Lampiran 16 Daftar Konsul	93
Lampiran 17 Surat Bebas Plagiasi	96