

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

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.

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 tehnik *pursed-lip breathing* yang merupakan Latihan pernapasan dengan cara mengerucutkan bibir yang dapat membersihkan jalan napas dan melegakan saluran pada sistem pernapasan, tehnik 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 tehnik *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 tehnik *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 Ha diterima.

Kesimpulan : Ada 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.

Saran : Diharapkan semua penderita PPOK yang mengalami sesak napas (*dispnea*) dapat meningkatkan tehnik *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.