

**Pengaruh Teknik Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Napas Pasa Pasien
Penyakit Paru Obstruktif Kronis Grade A-B di Rumah Sakit paru dr. Ario
Wirawan Salatiga**

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) merupakan penyakit respirasi kronik yang ditandai dengan keterbatasan aliran udara persisten dan gangguan pola napas, sehingga berdampak pada penurunan fungsi ventilasi dan kualitas hidup pasien. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk memperbaiki pola napas adalah teknik *Pursed Lips Breathing* (PLB).

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh teknik *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien penyakit paru obstruktif kronis grade A-B di Rumah Sakit Paru dr. Ario Wirawan Salatiga.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan pretest–posttest dengan kelompok kontrol. Sampel penelitian berjumlah 34 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan latihan *Pursed Lips Breathing*, sedangkan kelompok kontrol diberikan perawatan standar. Pengukuran pola napas dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan lembar observasi. Analisis data menggunakan uji *McNemar* dan uji *Chi Square*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya perbaikan pola napas yang signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan teknik PLB dibandingkan sebelum intervensi ($p < 0,000$). Sementara itu, pada kelompok kontrol tidak ditemukan perubahan pola napas yang bermakna. Perbandingan antara kelompok intervensi dan kontrol setelah perlakuan menunjukkan perbedaan yang tidak signifikan.

Kesimpulan: Kesimpulan penelitian ini adalah teknik *Pursed Lips Breathing* berpengaruh terhadap perbaikan pola napas pada pasien paru obstruktif kronis grade A-B. Teknik ini dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif, sederhana, dan mudah diterapkan dalam praktik klinik.

Kata kunci: Pursed Lips Breathing, Pola Napas, PPOK,

The Effect of Pursed Lips Breathing Technique on the Breathing Pattern of Patients with Grade A-B Chronic Obstructive Pulmonary Disease at Dr. Ario Wirawan Lung Hospital in Salatiga

ABSTRACT

Background: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a chronic respiratory disorder characterized by persistent airflow limitation and ineffective breathing patterns, which may reduce ventilation efficiency and patients' quality of life. One non-pharmacological intervention that can improve breathing patterns is the Pursed Lips Breathing (PLB) technique.

Objective: This study aimed to analyze the effect of Pursed Lips Breathing on breathing patterns in patients with chronic obstructive pulmonary disease grade A-B at Dr. Ario Wirawan Lung Hospital, Salatiga.

Methods: This study employed a quasi-experimental design with a pretest–posttest control group approach. A total of 34 respondents were divided into an intervention group and a control group. The intervention group received Pursed Lips Breathing exercises, while the control group received standard care. Breathing patterns were assessed before and after the intervention using an observation checklist. Data were analyzed using the McNemar test and between-group comparison tests.

Result: The results showed a significant improvement in breathing patterns in the intervention group after Pursed Lips Breathing administration compared to the pre-intervention condition ($p < 0.000$). In contrast, no significant changes were found in the control group. Post-intervention comparison between the intervention and control groups revealed a not significant difference.

Conclusion: In conclusion, the Pursed Lips Breathing technique has a significant effect on improving breathing patterns in patients with chronic obstructive pulmonary disease grade A-B. PLB can be recommended as an effective, simple, and easily applicable non-pharmacological nursing intervention in clinical practice.

Keywords: Pursed Lips Breathing, Breathing Pattern, COPD