

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Sebelum intervensi, sebagian besar responden pada kelompok kontrol dan intervensi berada dalam kategori pola napas inefektif (94,1%). Kondisi ini ditandai dengan frekuensi napas >24 kali/menit, saturasi oksigen dominan pada rentang 90–94%, serta adanya tanda distres pernapasan seperti retraksi interkostal dan ekspirasi memanjang. Kedua kelompok memiliki karakteristik awal yang relatif setara.
2. Setelah periode pengamatan dan intervensi, kelompok intervensi menunjukkan perbaikan klinis yang nyata berupa peningkatan pola napas efektif (94,1%), penurunan frekuensi napas, peningkatan saturasi oksigen $>95\%$, serta berkurangnya tanda distres pernapasan. Sementara itu, kelompok kontrol sebagian besar tetap berada pada kategori pola napas inefektif (88,2%).
3. Terdapat perbedaan yang sangat bermakna sebelum dan sesudah pemberian PLB ($p = 0,000$). Pola napas efektif meningkat signifikan dari 5,9% menjadi 94,1%, menunjukkan bahwa intervensi PLB efektif dalam memperbaiki pola napas pasien PPOK Grade A-B.
4. Tidak terdapat perbedaan bermakna antara hari pertama dan hari kedua pada kelompok kontrol ($p = 1,0$). Perubahan yang terjadi sangat minimal, sehingga dapat disimpulkan bahwa tanpa intervensi khusus, perbaikan pola napas tidak terjadi secara signifikan.
5. Perbandingan hasil post-test antara kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan perbedaan proporsi klinis yang jelas, namun secara statistik tidak bermakna ($p = 0,707$). Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh ukuran sampel yang terbatas dan durasi intervensi yang singkat. Meskipun demikian, analisis pre-post pada kelompok intervensi tetap menegaskan efektivitas teknik PLB dalam meningkatkan pola napas pasien PPOK.

B. Saran

1. Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan
 - a. Menerapkan teknik PLB sebagai bagian dari intervensi keperawatan mandiri untuk pasien PPOK, baik di rumah sakit maupun saat rehabilitasi di rumah.
 - b. Mengajarkan teknik PLB kepada pasien dan keluarga untuk mengontrol pola napas dan menurunkan distress pernapasan.
 - c. Memasukkan PLB dalam protokol perawatan rutin bagi pasien PPOK dengan pola napas tidak efektif, sehingga intervensi lebih berkelanjutan.
2. Bagi Pasien dan Keluarga
 - a. Pasien dianjurkan melakukan PLB secara rutin sesuai instruksi tenaga kesehatan agar ventilasi lebih efektif dan keluhan sesak berkurang.
 - b. Keluarga dapat mendampingi pasien untuk memastikan latihan PLB dilakukan konsisten dan optimal.
3. Bagi Penelitian Selanjutnya
 - a. Disarankan melakukan penelitian dengan sampel lebih besar dan durasi intervensi lebih lama untuk melihat efek jangka panjang PLB terhadap pola napas dan kualitas hidup pasien PPOK.
 - b. Penelitian berikutnya dapat menambahkan indikator tambahan, seperti kapasitas fungsional, kualitas hidup, atau penggunaan obat, untuk menilai manfaat PLB secara lebih menyeluruh.
 - c. Penggunaan analisis statistik lanjutan disarankan agar perbedaan antar kelompok dapat terdeteksi lebih sensitif dan hasil penelitian lebih valid.