

OPTIMASI RESPIRASI PASIEN PPOK: PERAN TERAPI PURSED LIP BREATHING TERHADAP STABILITAS FREKUENSI NAPAS

Yulis Hati¹, Rosanti Muchsin²

^{1,2} Universitas Haji Sumatera Utara

Article Info	ABSTRAK
Article History: (Optimal) <i>Received</i> <i>Revised</i> - <i>Accepted</i> Keywords: <i>Respiratory rate.,</i> <i>Pursed-lip breathing.,</i> <i>COPD</i>	Pasien PPOK memiliki gejala yang sangat khas: sesak napas, batuk yang terus-menerus (bisa disertai dahak), dan penurunan kadar oksigen dalam darah. Pembatasan aliran udara karena gangguan pada jalan napas menyebabkan paru-paru kesulitan mengambil oksigen dan membuang karbon dioksida, sehingga frekuensi napas menjadi tidak stabil. Jika tidak diatasi dengan cepat, bisa mengakibatkan gagal napas, asidosis, penurunan kesadaran dan kematian. Penggunaan obat-obatan serta teknik pernapasan seperti pursed lip breathing (PLB) adalah dua jenis intervensi yang saling terkait dan tidak bisa dipisahkan. Pada saat yang sama, teknik PLB mengajarkan pasien cara mengatur irama napas, mencegah saluran napas kolaps, serta menstabilkan frekuensi napas. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh terapi pursed lip breathing terhadap kestabilan frekuensi napas pada pasien PPOK. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian quasi-experiment dengan rancangan pretest-posttest one-group. Populasi dalam penelitian ialah seluruh pasien PPOK di ruang rawatan sebanyak 195 orang dan pemilihan sampel dengan cara purposive sampling didapatkan 39 orang. Instrumen penelitian ini berupa lembar observasi frekuensi napas dan SOP intervensi PLB. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan pada nilai pretest terapi PLB, mayoritas frekuensi napas meningkat sebanyak 30 orang (76,9%), dan pada posttest, mayoritas frekuensi napas menurun atau normal sebanyak 21 orang (53,8%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan p-value 0,003 (<0,005) yang artinya ada pengaruh yang signifikan dari terapi PLB terhadap kestabilan frekuensi napas pada pasien PPOK di RS Sultan Iskandar Muda Nagan Raya. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh terapi pursed lip breathing terhadap kestabilan frekuensi napas pada pasien PPOK. Disarankan agar tenaga medis menerapkan terapi ini pada pasien yang mengalami peningkatan frekuensi napas khususnya pasien PPOK
	ABSTRACT <i>COPD patients have very characteristic symptoms: shortness of breath, a persistent cough (which may be accompanied by phlegm), and a decrease in blood oxygen levels. Restricted airflow due to airway obstruction makes it difficult for the lungs to take in oxygen and expel carbon dioxide. causing the respiratory rate to become unstable. If not addressed promptly, this can lead to respiratory failure, acidosis, loss of consciousness, and death. The use of medications and breathing techniques such as pursed-lip breathing (PLB) are two types of interventions that are interrelated and inseparable. At the same time, the PLB technique teaches patients how to regulate their breathing rhythm, prevent</i>

airway collapse, and stabilize their respiratory rate. The purpose of this study is to analyze the effect of pursed-lip breathing therapy on respiratory rate stability in patients with COPD. This study employed a quantitative method with a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest design. The study population consisted of all COPD patients in the inpatient ward, a total of 195 individuals, and a sample of 39 participants was selected using purposive sampling. The research instruments included a respiratory rate observation sheet and the PLB intervention standard operating procedure. Data analysis was performed using the Wilcoxon test. The results of the study showed that in the pretest for PLB therapy, the majority of participants 30 people (76.9%) had an increased respiratory rate, and in the posttest, the majority 21 people (53.8%) had a decreased or normal respiratory rate. The results of the Wilcoxon test showed a p-value of 0.003 (<0.005), indicating a significant effect of PLB therapy on respiratory rate stability in COPD patients at Sultan Iskandar Muda Hospital in Nagan Raya. The conclusion of this study is that pursed-lip breathing therapy has an effect on respiratory rate stability in COPD patients.

*Corresponding Author: (yoelisht@gmail.com)
