

**PENGARUH LATIHAN *PURSED LIP BREATHING* (PLB) TERHADAP
SESAK NAPAS PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS
(PPOK) DI RSU MITRA MEDIKA MEDAN**

LAPORAN PENELITIAN

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan*

Oleh:

**NURHAYATI SINAGA
NIM :2014201049**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS IMEDA MEDAN
TAHUN 2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH LATIHAN *PURSED LIP BREATHING* (PLB) TERHADAP
SESAK NAPAS PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF
KRONIS (PPOK) DI RSU MITRA MEDIKA MEDAN**

**Untuk Dipertahankan Didepan
Tim Penguji**

Pembimbing



(Nataria Yanti Silaban, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp., Kep., MB)

**Diketahui :
Ketua Program Studi**



(Restina Manurung, S.Kep., Ns., M.Kes)

LEMBAR PENGESAHAN

Penelitian dengan judul :

**PENGARUH LATIHAN *PURSED LIP BREATHING* (PLB) TERHADAP
Sesak Napas pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis
(PPOK) di RSU Mitra Medika Medan**

**Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai
bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana
keperawatan**

Pada Tanggal 30 Agustus Tahun 2024

Penguji I : Aureliya Hutagaol, S.Kep., NS., MPH



Penguji II : Nataria Yanti Silaban, S. Kep, Ns, M. Kep, Sp. Kep, MB



Penguji III : Deddy Sepadha Putra Sagala S. Kep, Ns, M. Kep



Diketahui :

Ketua Program Studi



Roslinah Manurung, S.Kep.,Ns.,M.Kes)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Identitas Diri

Nama : Nurhayati Sinaga
Tempat/Tanggal Lahir : Butrea, 15 Juni 2002
Agama : Islam
Jumlah Saudara : 5
Status : Belum Menikah
Nama Ayah : M. Yususf Sinaga
Nama Ibu : Siti Masdiah
Alamat : Dusun V Butrea Sidomulyo, Kec. Tinggi Raja,
Kab. Asahan

II. Riwayat Pendidikan

1. Tahun 2007-2013 : SDN 013844 Sidomulyo
2. Tahun 2013-2016 : SMP Negeri 3 Air Batu
3. Tahun 2016-2019 : MAS Muhammadiyah 2 Kisaran
4. Tahun 2019-2023 : Kuliah Sarjana Keperawatan di Universitas
Imelda Medan

**UNIVERSITAS IMELDA MEDAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

Nama : Nurhayati Sinaga
NIM : 2014201049
Judul : Pengaruh Latihan *Pursed Lip Breathing* (PLB) Terhadap Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (Ppok) Di RSU Mitra Medika Medan

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) adalah penyakit saluran pernapasan, yang dapat mengakibatkan hambatan aliran udara dengan yang ditandai dengan gejala pernapasan kronis (dispnea, batuk, produksi dahak dan/atau eksaserbasi) karena kelainan saluran napas (bronkitis, bronkiolitis) dan/atau alveoli (emfisema) yang menyebabkan obstruksi aliran udara yang persisten dan seringkali progresif. Untuk mencegah hal tersebut maka perlu dilakukan latihan pernapasan *Pursed Lip Breathing* (PLB). Latihan ini sangat mudah dan praktis dilakukan oleh pasien PPOK.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan mengetahui Pengaruh Latihan *Pursed Lip Breathing* (PLB) Terhadap Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (Ppok) Di RSU Mitra Medika Medan.

Metode Penelitian : *Desain* study pada penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan one group pre test and post test design. Penentuan sampel penelitian ini menggunakan aplikasi *G-Power* versi 3.1.9.4 dengan uji-T, *one tail*, *effect size* 0.85, *alpha error* 0.56, dan *power* 0.80, sehingga diperlukan minimal 16 ditambah kemungkinan error 10%, maka responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini berjumlah 18 responden. Tindakan *Pursed Lip Breathing* (PLB) dilakukan pada 3(tiga) kali sehari. Evaluasi dilakukan setiap hari dengan menggunakan lembar Observasi Frekuensi Saturasi Oksigen.

Hasil: Penelitian ini menggunakan analisa bivariat yaitu uji statistik *Wilcoxon* untuk mengidentifikasi sesak napas sebelum dan sesudah tindakan PLB. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan respon sesak napas antara sebelum dan setelah tindakan ACBT *P value* 0.001. Hal ini menunjukkan bahwa secara statistik ada perbedaan yang signifikan respon sesak napas sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan nilai *P value* <0,05. Kesimpulan: *Pursed Lip Breathing* (PLB) berpengaruh dalam menangani sesak napas pada pasien PPOK.

Kata Kunci : *Pursed Lip Breathing* (PLB), Sesak Napas, PPOK.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Latihan *Pursed Lip Breathing* (PLB) Terhadap Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) DI RSUD Mitra Medika Medan”** untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan di Universitas Imelda Medan.

Terwujudnya Skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan serta bimbingan dari berbagai pihak baik secara moral maupun material. Maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu :

1. dr. H.Raja Imran Ritonga, MSc, selaku Ketua Yayasan Imelda Medan.
2. Dr. dr. Imelda Liana Ritonga SKp, MPd, MN, selaku Rektor Universitas Imelda Medan
3. Sarida Surya Manurung, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,M.Kep., selaku Wakil Rektor 1 Universitas Imelda Medan, dan juga selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan arahan dan motivasi yang baik kepada penulis mulai dari awal sampai terselesainya proposal penelitian ini.
4. Aureliya Hutagaol, S.Kep.,Ns.,MPH., selaku Wakil Rektor II Universitas Imelda Medan.
5. Mira Indrayani, SST., MKM., selaku Wakil Rektor III Universitas Imelda Medan.

6. Rostinah Manurung, S.Kep, Ns, M.Kes, selaku Ketua Prodi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Imelda Medan.
7. Nataria Yanti Silaban, S.Kep, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB, selaku Pembimbing Skripsi saya.
8. Paskah Rina Situmorang, S.Kep, Ns, M, Kep, selaku wali kelas S1 keperawatan tingkat IV yang telah banyak memberikan arahan dan inspirasi.
9. Seluruh Staf Dosen dan jajaran S-I Keperawatan Universitas Imelda Medan yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan.
10. Kepada seluruh rekan seperjuangan S-1 keperawatan tingkat IV yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu yang sudah berjuang bersama dalam perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi. Terimakasih atas pertemanan dan motivasi yang baik.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pembaca dan dapat meningkatkan mutu profesi keperawatan.

Medan, 20 Agustus 2024

Peneliti

(Nurhayati Sinaga)

1914201006

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Hipotesis Penelitian.....	5
1.4 Tujuan Peneltian.....	5
1.4.1 Tujuan Umum.....	5
1.4.2 Tujuan Khusus.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II	7
TINJAUAN TEORITIS.....	7
2.1 Konsep Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK)	7
2.2 Konsep <i>Pursed Lip Breathing</i> (PLB)	23
2.3 Kerangka Konsep	25
BAB III.....	26
METODE PENELITIAN	26
3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
3.3 Populasi dan Sampel/Subjek Penelitian.....	27
3.4 Sampel Penelitian	27
3.5 Kriteria Sampel Penelitian.....	28
3.6 Metodologi Penelitian	29

3.7 Definisi Operasional.....	33
3.8 Analisa Data	34
3.9 Etika Penelitian.....	35
BAB IV	37
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
4.1 Hasil Penelitian	37
4.1.1 Karakteristik Responden	37
4.1.2 Perubahan Nilai Respon Sesak Napas Sebelum Dan Sesudah Tindakan <i>Pursed Lip Breathing</i> (PLB).....	38
4.2 Pembahasan.....	39
4.2.1 Karakteristik Responden	39
4.2.2 Perbedaan Nilai Respon Sesak Napas Sebelum dan Sesudah Tindakan PLB Pada Pasien PPOK.....	41
BAB V.....	45
KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1 Kesimpulan.....	45
5.1.1 Karakteristik Responden	45
5.1.2 Analisa Intervensi.....	46
5.2 Saran.....	47
Daftar Pustaka.....	48
LAMPIRAN 1.....	49