

Laily Agustin¹, Rita Dwi Hartanti², Siti Nur Hasanah³

**PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN PURSED LIP BREATHING
TERHADAP PENURUNAN SESAK NAFAS PADA PASIEN PENYAKIT
PARU OBSTRUKTIF KRONIS DI RUANG MAWAR RSUD
DR. ADHYATMA, MPH.**

Pendahuluan : Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah penyakit paru progresif mengancam nyawa dengan morbiditas dan mortalitas yang tinggi. PPOK menyebabkan penyumbatan aliran udara dengan sesak nafas yang berakibat pada gangguan pola napas. Penatalaksanaan keperawatan yang dilakukan untuk meningkatkan pola pernapasan yaitu latihan pernapasan melalui bibir (*pursed lip breathing*). Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik pernapasan *pursed lip breathing* terhadap penurunan sesak nafas pada pasien PPOK.

Metode : Studi kasus ini menggunakan metode asuhan keperawatan berdasarkan *evidence based practice* (EBP) pada 1 pasien PPOK dengan masalah keperawatan pola napas tidak efektif, bersihan jalan napas tidak efektif dan intoleransi aktivitas. Implementasi keperawatan yang dilakukan adalah penerapan teknik pernapasan *pursed lip breathing* yang sebelum (*pre test*) dan setelah (*post test*) dilakukan pemeriksaan SPO2 dan RR . Penerapan pernapasan *pursed lip breathing* dilakukan selama 4 hari dengan durasi 15 sampai 30 menit.

Hasil : Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa penerapan teknik pernapasan *pursed lip breathing* merupakan terapi nonfarmakologi yang efektif terhadap penurunan sesak nafas pada pasien yang mengalami gangguan pernapasan seperti penyakit PPOK.

Simpulan : Penerapan teknik pernapasan *pursed lip breathing* efektif menurunkan sesak nafas dan meningkatkan saturasi oksigen. Perawat diharapkan dapat menerapkan terapi nonfarmakologi *pursed lip breathing* untuk mengurangi sesak nafas pada pasien PPOK.

Kata kunci: *Pursed Lip Breathing, Sesak Nafas, PPOK*