

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) terus meningkat di seluruh dunia, terutama di negara-negara dengan jumlah perokok yang tinggi dan paparan asap berbahaya (Jindal, 2018). Menurut informasi yang diambil dari *Global Burden of Disease Study* tahun 2019, terdapat sekitar 384 juta orang yang menderita PPOK di seluruh dunia, ini menunjukkan bahwa PPOK adalah penyakit paru-paru yang paling sering terjadi di seluruh dunia (Chen et al., 2023). Prevalensi PPOK di Asia diperkirakan mencapai sekitar 13,5% (Blanco et al., 2019). Hasil studi yang telah dilaksanakan oleh Nguyen Viet et al tahun 2015 menunjukkan prevalensi PPOK di Indonesia adalah sekitar 6.3% dari populasi yang diteliti dan lebih banyak terjadi pada pria.

Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) merupakan kondisi paru-paru yang bersifat kronis dan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup pasien karena dapat menyebabkan penurunan oksigen maksimum yang dapat menimbulkan gejala yang menonjol yaitu kesulitan bernapas atau dispnea (Anzueto & Miravittles, 2017). Kondisi ini biasanya disertai dengan batuk berdahak, mengi, aktivitas sehari-hari terbatas, kelelahan, susah tidur, dan nyeri (Ceyhan & Tekinsoy Kartın, 2022).

Mengingat PPOK merupakan penyakit kronis yang dapat memburuk dari waktu ke waktu ketika pasien tidak dapat mengelola gejala yang timbul dengan baik, fungsi parunya akan mengalami penurunan lebih cepat sehingga dapat meningkatkan lamanya proses pemulihan. Dengan pengelolaan yang tepat, sebagian besar pasien PPOK dapat mengontrol gejala dan meningkatkan kualitas hidupnya, serta pengurangan risiko komplikasi dari PPOK (Bollmeier & Hartmann, 2020).

Berdasarkan data dari *Global Initiative for Chronic Lung Disease* tahun 2019 untuk mengurangi gejala dispnea dan gejala lainnya yaitu dengan pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Pengobatan farmakologis dilakukan melalui pemberian obat-obatan seperti *bronkodilator*, *kortikosteroid*, dan antibiotik dapat membantu mengurangi inflamasi dan memperbaiki fungsi paru-paru. Sedangkan pemberian intervensi nonfarmakologis dapat dilakukan menggunakan rehabilitasi paru, terapi oksigen, aktivitas fisik dan latihan pernapasan.

Latihan pernapasan telah menjadi bagian penting dari program rehabilitasi paru yang komprehensif, untuk pasien PPOK. Banyak jenis latihan pernapasan seperti pernapasan dalam, ekspirasi aktif, pelatihan umpan balik ventilasi (VF), pernapasan relaksasi otot, pernapasan diafragma, dan pernapasan bibir mengerucut (*Pursed Lips Breathing*), yang telah direkomendasikan untuk mengurangi hiperventilasi paru, meningkatkan fungsi otot pernapasan, dan kualitas hidup terhadap pasien PPOK (Ubolnuar et al., 2019).

Mengacu pada penelitian yang berjudul “*Effects of acute use of pursed-lips breathing during exercise in patients with COPD: a systematic review and meta-analysis*” hasilnya menunjukkan bahwa penggunaan *pursed lips breathing* dapat mengurangi ventilasi menit dan frekuensi pernapasan selama latihan dibandingkan dengan latihan tanpa *pursed-lips breathing* sehingga, kesulitan bernapas (dispnea) dapat berkurang pada individu yang menderita PPOK (Mayer et al., 2018). Latihan pursed lip breathing dapat meningkatkan saturasi oksigen dan mengurangi sesak nafas dengan ditandai adanya kenaikan saturasi oksigen yang signifikan yaitu sekitar 96-100% (Fitriawanda & Sutrisno, 2022).

Berdasarkan latar belakang di atas, muncul ketertarikan penulis untuk melakukan intervensi *pursed lips breathing* pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) selama tiga hari di Bangsal Dewasa RS PKU Muhammadiyah Gamping. Hal tersebut dikatakan bahwa pemberian teknik *pursed lips breathing* berpotensi untuk mengoptimalkan kemampuan paru-paru dan memperbaiki kualitas napas, sehingga dapat membantu mengurangi kesulitan bernapas (dispnea) pada individu yang mengalami PPOK.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai seberapa efektif pemberian teknik *pursed lips breathing* untuk mengurangi gejala dispnea pada pasien PPOK.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menilai seberapa efektif pemberian teknik *pursed lips breathing* untuk menurunkan SPO_2 pada pasien PPOK.
- b. Untuk menilai seberapa efektif pemberian teknik *pursed lips breathing* untuk menaikkan *respiration rate* pada pasien PPOK.

C. Manfaat

1. Bagi pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pasien PPOK dalam mengurangi gejala dispnea dengan melakukan teknik *pursed lips breathing*.

2. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan di bidang keperawatan untuk meningkatkan perannya sebagai perawat dalam pemberian edukasi kepada pasien tentang manajemen diri yang dapat membantu pasien meningkatkan

kemampuan untuk mengendalikan dispnea dan meningkatkan kualitas hidup pasien PPOK.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti lain bahwa penelitian ini sebagai dasar pengetahuan untuk mengembangkan dan mengevaluasi durasi yang optimal untuk teknik *pursed lips breathing* dalam mengurangi dispnea pada pasien PPOK.