

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Global Initiative For Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD, 2021) menjelaskan bahwa penyakit paru obstruksi kronis adalah penyakit pernapasan yang ditandai karena terbatasnya aliran udara akibat kelainan udara (Sauqi, et al., 2023). Penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) merupakan kondisi paru-paru kompleks yang disebabkan oleh kelainan pada saluran napas (bronkitis atau bronkiolitis) atau pada alveoli (emfisema) menyebabkan obstruksi menetap pada saluran pernafasan (GOLD, 2024). Menurut Marhana (2024) kondisi ini ditandai dengan gejala pernapasan kronis seperti sesak napas, batuk, dan penumpukan dahak. Merokok dan polusi udara merupakan penyebab paling umum PPOK. Saat ini PPOK menjadi salah satu penyebab kematian utama di dunia.

Menurut *World Health Organization* (WHO) PPOK menjadi penyebab kematian keempat tertinggi di dunia, mengakibatkan 3,5 juta kematian pada tahun 2021 atau sekitar 5% dari total kematian global (WHO, 2024). Angka kejadian PPOK di negara-negara Asia Tenggara diperkirakan 6,3% dengan prevalensi tertinggi terdapat di Vietnam (6,7%) dan China (6,5%). Sedangkan di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa prevalensi PPOK mencapai 3,7%, atau sekitar 9,2 juta jiwa dan daerah DKI Jakarta dengan prevalensi 2,7% (Riskesdas, 2018). Angka ini akan terus meningkat seiring dengan meningkatnya jumlah populasi di dunia dan meningkatnya pajanan faktor resiko seperti asap rokok dan polusi udara.

Paparan faktor risiko yang berkelanjutan menyebabkan peradangan kronis pada paru, merusak struktur penunjang, menurunkan elastisitas, serta mengakibatkan kolapsnya saluran napas dan alveolus. Akibatnya, ventilasi paru menurun dan menimbulkan sesak napas (Yunica, 2021). Menurunnya ventilasi paru

menyebabkan menurunnya nilai saturasi oksigen. Penatalaksanaan pada pasien PPOK dapat dilakukan secara farmakologis menggunakan obat-obatan dan non farmakologi. Salah satu penatalaksanaan nonfarmakologi untuk pasien PPOK adalah latihan pernapasan *pursed lip breathing*, yaitu teknik pernapasan yang dapat membantu pasien bernapas dengan lebih efektif serta meningkatkan saturasi oksigen (Kosayriyah dkk, 2021).

Teknik *pursed-lip breathing* merupakan latihan pernapasan sederhana yang membantu menjaga saluran pernapasan tetap terbuka lebih lama saat menghembuskan napas. Hal ini memungkinkan pengeluaran karbon dioksida yang lebih optimal serta peningkatan asupan oksigen. Latihan ini juga meningkatkan efisiensi pernapasan dan mengurangi sesak napas saat beraktivitas sehingga saturasi oksigen dapat meningkat (Sharma, 2025). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rohmatdani dan Kurniawan pada tahun 2024 menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan terhadap saturasi oksigen yang diberikan pelatihan pernapasan *pursed lip breathing*.

Berdasarkan data internal Rumah Sakit Umum Daerah Budhi Asih di Ruang Rawat Inap Edelweis Timur dan Bougenville Barat selama tiga bulan terakhir menunjukkan peningkatan jumlah pasien PPOK. Pada bulan Maret tercatat sebanyak 26 kasus, meningkat menjadi 33 kasus pada bulan April, dan terus bertambah menjadi 40 kasus pada bulan Mei. Peningkatan jumlah pasien ini mengindikasikan perlunya strategi tambahan dalam penanganan PPOK yang efektif, sederhana, dan dapat diterapkan secara rutin. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sejauh mana pengaruh teknik *Pursed Lips Breathing* terhadap peningkatan saturasi oksigen pada pasien PPOK yang dirawat di RSUD Budhi Asih ruang Rawat Inap, sehingga teknik ini dapat dijadikan salah satu intervensi mandiri dalam praktik keperawatan sehari-hari.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Teknik *Pursed Lip Breathing* terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen pada Pasien PPOK di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Budhi Asih Jakarta"

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, diketahui bahwa pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) sering mengalami gangguan pertukaran gas yang berdampak pada penurunan saturasi oksigen dalam tubuh. Kondisi ini, apabila tidak segera ditangani dengan tepat, dapat memperburuk status kesehatan pasien. Salah satu intervensi non-farmakologis yang sederhana namun efektif dalam membantu mengatasi masalah ini adalah teknik *Pursed Lip Breathing*. Teknik ini bertujuan untuk memperbaiki pola pernapasan dan meningkatkan efektivitas ventilasi paru-paru sehingga diharapkan dapat meningkatkan saturasi oksigen.

Melihat pentingnya upaya perbaikan kondisi oksigenasi pasien PPOK, penelitian ini dirancang untuk mengeksplorasi sejauh mana teknik *Pursed Lip Breathing* mampu memberikan dampak positif terhadap saturasi oksigen. Dengan mempertimbangkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat pengaruh teknik *Pursed Lip Breathing* terhadap peningkatan saturasi oksigen pada pasien PPOK di ruang Rawat Inap RSUD Budhi Asih?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini memiliki tujuan umum untuk mengetahui pengaruh teknik *Pursed Lip Breathing* terhadap tingkat saturasi oksigen pada pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) yang dirawat di ruang Rawat Inap RSUD Budhi Asih.

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk mendukung pencapaian tujuan umum tersebut, penelitian ini menetapkan beberapa tujuan khusus sebagai berikut

- a. Mengidentifikasi karakteristik pasien berdasarkan usia, jenis kelamin dan riwayat merokok.
- b. Mengidentifikasi tingkat saturasi oksigen pasien PPOK sebelum dilakukan intervensi teknik *Pursed Lip Breathing* sebagai dasar untuk mengetahui kondisi awal pasien.
- c. Mengidentifikasi tingkat saturasi oksigen pasien PPOK setelah diberikan teknik *Pursed Lip Breathing* sehingga dapat dilihat perubahan yang terjadi setelah penerapan teknik tersebut.
- d. Menganalisis perbedaan tingkat saturasi oksigen sebelum dan sesudah dilakukan teknik *Pursed Lip Breathing* untuk mengevaluasi seberapa besar pengaruh teknik ini terhadap peningkatan saturasi oksigenasi pasien.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya khasanah ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya terkait efektivitas teknik *Pursed Lip Breathing* dalam meningkatkan saturasi oksigen pada pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam tentang intervensi non-farmakologis dalam penatalaksanaan pasien PPOK, serta memperkuat bukti ilmiah mengenai manfaat teknik pernapasan sederhana dalam praktik klinis keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan manfaat bagi berbagai pihak, diantaranya :

1. Untuk pasien

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan mengenai adanya teknik pernapasan sederhana seperti *Pursed Lip Breathing* yang dapat membantu

meningkatkan saturasi oksigen. Dengan demikian, pasien dapat lebih aktif dalam manajemen mandiri penyakitnya, meningkatkan kualitas hidup, serta mengurangi gejala sesak napas yang sering dialami pada kondisi PPOK.

2. Untuk perawat

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dalam memilih intervensi keperawatan non-farmakologis yang efektif dan mudah diterapkan untuk pasien PPOK. Penerapan teknik *Pursed Lip Breathing* dapat menjadi alternatif atau pelengkap dalam upaya meningkatkan kondisi oksigenasi pasien, sekaligus memperkaya keterampilan klinis perawat dalam memberikan asuhan yang komprehensif

3. Untuk institusi

Pelayanan kesehatan, khususnya RSUD Budhi Asih, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan. Penerapan teknik *Pursed Lip Breathing* dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari standar intervensi non-farmakologis dalam perawatan pasien PPOK, sehingga mendorong optimalisasi pelayanan yang berbasis pada bukti ilmiah.