

Nama : Hani Hanifah

NIM : 1033242078

Judul : Pengaruh Latihan Pernafasan Diafragma Terhadap Tingkat Sesak Nafas Pada Pasien PPOK di Ruang Parkit 2 RS Bhayangkara Tk. I Puskor Polri Jakarta

ABSTRAK

Latar belakang: Tingkat sesak nafas merupakan masalah utama pada pasien PPOK. Dibutuhkan intervensi mandiri yang bertujuan untuk meringankan masalah tersebut dan juga sebagai tindakan mandiri pasien yang dapat digunakan dimanapun dan kapanpun.

Tujuan: Untuk mengetahui adakah pengaruh latihan pernafasan diafragma terhadap tingkat sesak nafas pada pasien PPOK di Ruang Parkit 2 RS Bhayangkara Tk. I Puskor Polri Jakarta

Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen (*one group pre-post test design*). Jumlah sampel sebanyak 25 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan perlakuan intervensi Latihan pernafasan diafragma dengan mengukur tingkat sesak nafas menggunakan laju pernafasan/*Respiratory Rate* pada pasien PPOK di Ruang Parkit 2 RS Bhayangkara Tk. I Puskor Polri Jakarta.

Hasil: Dari 25 responden dengan mayoritas berada pada kelompok usia lansia (>60 tahun) sebanyak 52%, serta didominasi oleh 76% responden perempuan, dengan lama menderita (≤ 3 tahun) sebanyak 72%, dan mayoritas tidak memiliki Riwayat merokok sebanyak 76%. Hasil pengukuran *pre-test* tingkat sesak nafas berada pada kategori sedang sebanyak 88% serta *post-test* berada pada kategori ringan sebanyak 64%. Hasil uji *Mc Nemar* diperoleh nilai χ^2 hitung sebesar 13 dengan *p-value* 0,000 ($< 0,05$).

Kesimpulan: Latihan pernafasan diafragma terbukti efektif sebagai intervensi non-farmakologis dalam asuhan keperawatan pada pasien PPOK yang mengalami sesak nafas.

Kata Kunci : PPOK, latihan pernafasan diafragma, tingkat sesak nafas

Daftar Pustaka : 42 buah (2020-2025)