

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) menjadi salah satu masalah kesehatan global yang signifikan. PPOK merupakan gangguan pada paru-paru yang disebabkan oleh gangguan pada saluran napas (seperti bronkitis, bronkiolitis) dan alveoli (seperti emfisema) (Salsha Bella et al., 2023). Kondisi ini menyebabkan keterbatasan aliran udara yang bersifat progresif dan sering kali tidak dapat dipulihkan sepenuhnya. Laporan *Global Initiatives for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD)* mengungkapkan bahwa faktor risiko utama PPOK yaitu paparan asap rokok dan polusi udara, yang berasal dari partikel kimia, gas industri, atau aktivitas rumah tangga (GOLD, 2024).

Di Indonesia, jumlah penderita PPOK diperkirakan mencapai 4,8 juta orang, dengan prevalensi sebesar 5,6% (PDPI, 2023). Prevalensi PPOK diperkirakan terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia penduduk dan meningkatnya faktor risiko. Sebagai penyakit yang berkembang secara perlahan, banyak pasien yang baru terdiagnosis pada stadium lanjut, ketika kerusakan paru sudah cukup parah. Kondisi ini sering menyebabkan penurunan kualitas hidup pasien, serta ketergantungan pada terapi untuk membantu mereka bernapas dengan lebih mudah (Riskeudas, 2018).

Terapi medis berupa tehnik farmakologis dan non farmakologis memiliki manfaat yang signifikan dalam mengurangi gejala pada pasien PPOK. Terapi farmakologis meliputi penggunaan bronkodilator, kortikosteroid, antihistamin, steroid, antibiotik, dan ekspektoran. Selain itu, terapi nonfarmakologis juga sangat penting diterapkan salah satunya yaitu *Pursed Lips Breathing*. Teknik pernapasan PLB sering digunakan sebagai salah satu bentuk rehabilitasi paru untuk meredakan sesak napas. Teknik ini dilakukan dengan cara mengerucutkan bibir dan menghembuskan napas perlahan seperti meniup peluit (Santi et al., 2024). Tujuan dari latihan pernapasan PLB untuk melatih otot-otot pernapasan saat ekspirasi, memperpanjang fase ekshalasi, serta meningkatkan tekanan pada saluran napas selama ekspirasi sehingga mengurangi hambatan dan mencegah terjadinya jebakan pada saluran napas (Mawadaah, 2022).

Berdasarkan penelitian (Wibrata et al., 2019) pasien PPOK yang melakukan PLB selama rehabilitasi paru mengalami peningkatan efisiensi pernapasan. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa melakukan PLB efektif dalam meningkatkan oksigenasi dan indikator fisiologis pada pasien PPOK (Sakhaei et al., 2018). Menurut (Ubolnuar et al., 2020) menunjukkan bahwa PLB yang dilakukan dalam posisi duduk tegak maupun dengan postur condong ke depan, secara signifikan meningkatkan volume paru total dan ventilasi pada pasien PPOK sehingga membantu pasien mengurangi sesak napas.

Keberhasilan PLB dapat dipengaruhi oleh pentingnya keterampilan pasien dalam melakukan PLB untuk mendukung efektivitas manajemen gejala PPOK. Meskipun PLB merupakan teknik sederhana, hasilnya dipengaruhi oleh seberapa baik pasien memahami dan menerapkan metode ini secara benar. Pada penelitian lain meskipun *Pursed Lips Breathing* efektif dalam mengelola gejala PPOK tetapi terdapat perbedaan pada setiap responden dalam memahami penjelasan tentang *Pursed Lips Breathing*. Pemahaman tentang PLB yang berbeda diakibatkan oleh tingkat pengetahuan, tingkat pengetahuan responden erat hubungannya dengan pendidikan (Mulyani et al., 2018). Hal ini sejalan dengan teori (Crumb et al., 1983) yang menjelaskan bahwa pemahaman seseorang dalam memahami dan menerapkan informasi dipengaruhi oleh tingkat pendidikan serta pengalaman belajar sebelumnya.

Dengan adanya penelitian ini, PLB menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam mengelola pernafasan pasien PPOK, tetapi kemampuan pasien dalam melakukan PLB berbeda beda sehingga berpengaruh terhadap potensi keberhasilan intervensi. Berdasarkan kasus diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Gambaran Kemampuan Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) Dalam Melakukan *Pursed Lips Breathing* di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran kemampuan pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) dalam melakukan *Pursed Lips Breathing* di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas tujuan dari penelitian ini adalah menggambarkan kemampuan pasien PPOK dalam melakukan *Pursed Lips Breathing* di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat mendukung intervensi non farmakologi terkait kemampuan melakukan tehnik *Pursed Lips Breathing* terhadap Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) dalam meningkatkan kapasitas fungsi paru.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan perawat mampu Meningkatkan pelaksanaan edukasi *Pursed Lips Breathing* sesuai SOP (Standar Operasional Prosedur) dan mengurangi gejala- gejala yang memberatkan keadaan pasien.

b. Bagi Penderita PPOK

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pasien PPOK mampu melakukan *Pursed Lips Breathing* sesuai SOP (Standard Operasional Prosedur) dan secara mandiri tanpa alat bantu sehingga memudahkan pasien untuk mengelola gejala di luar fasilitas kesehatan