

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penerapan kasus penerapan teknik pernapasan *Pursed Lips Breathing* (PLB) pada pasien PPOK dengan masalah keperawatan pola napas tidak efektif di Ruang Elisabeth 4:

- 5.1.1 Gambaran pasien PPOK yang mengalami pola napas tidak efektif, kedua pasien dengan keluhan sesak napas, mudah lelah dan gangguan tidur akibat sesak mengalami peningkatan frekuensi napas (20–21x/menit), penggunaan oksigen nasal kanul 3-4 lpm, serta saturasi oksigen yang rendah (92-93%).
- 5.1.2 Efek penerapan *Pursed Lips Breathing* (PLB) di Ruang Elisabeth 4 memberikan efek positif yang konsisten pada kedua pasien. Keluhan sesak napas berkurang, frekuensi napas turun menjadi 18–19 x/menit, dan saturasi oksigen meningkat hingga 96%. Hasil ini menunjukkan bahwa *Pursed Lips Breathing* (PLB) efektif sebagai intervensi nonfarmakologis sederhana yang dapat membantu memperbaiki pola napas, meningkatkan oksigenasi, dan meningkatkan kenyamanan pasien PPOK.. Penerapan dilakukan selama 3 hari berturut turut dalam 1 hari dilakukan 2 kali penerapan/siklus
- 5.1.3 Kondisi sesak napas pasien menunjukkan perbaikan setelah intervensi, ditandai dengan penurunan frekuensi napas menjadi 18–19x/menit, saturasi oksigen pasien meningkat setelah intervensi, dari 92–93% menjadi 96%.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi responden

Penelitian menyarankan pasien PPOK dengan masalah keperawatan pola nafas tidak efektif untuk rutin melakukan teknik pernapasan *Pursed Lips Breathing* (PLB) secara mandiri, terutama ketika merasakan sesak napas, karena teknik ini sederhana, tidak membutuhkan alat khusus, serta terbukti mampu mengurangi keluhan sesak dan meningkatkan saturasi oksigen.

5.2.2 Bagi tempat penelitian

Diharapkan rumah sakit melalui perawat di Ruangan Elisabeth 4 dapat menjadikan *Purse Lips Breathing* (PLB) sebagai salah satu intervensi standar keperawatan pada pasien PPOK.

5.2.3 Bagi perawat

Peneliti merekomendasikan teknik *Pursed Lips Breathing* (PLB) sebagai intervensi yang diterapkan kepada pasien PPOK