

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN PURSED LIP BREATHING UNTUK MENINGKATKAN
SATURASI OKSIGEN DAN FREKUENSI PERNAFASAN PADA PASIEN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS
DI TZU CHI HOSPITAL



AFRINDA RAHMAWATI

NPM 202554092

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN PURSED LIP BREATHING UNTUK MENINGKATKAN
SATURASI OKSIGEN DAN FREKUENSI PERNAFASAN PADA PASIEN
PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS
DI TZU CHI HOSPITAL**



AFRINDA RAHMAWATI

NPM 202554092

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA**

2026

LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN PURSED LIP BREATHING UNTUK MENINGKATKAN SATURASI OKSIGEN DAN FREKUENSI PERNAFASAN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS DI TZU CHI HOSPITAL

Disusun Oleh :

Afrinda Rahmawati

NIM : 202554092

Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
dihadapan Tim Penguji Karya Ilmiah Akhir Ners STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Pada tanggal, 15 Februari 2026

Pembimbing.



Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep.

NIK. 200110005

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

PENERAPAN PURSED LIP BREATHING UNTUK MENINGKATKAN SATURASI OKSIGEN DAN FREKUENSI PERNAFASAN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS DI TZU CHI HOSPITAL

Disusun Oleh :
Afrinda Rahmawati
202554092

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Karya Ilmiah Ahir Ners
STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Pada Tanggal, 11 Februari 2026

Mengesahkan.

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep.
NIK. 200110005

Penguji:

Ketua : MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

Anggota : Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep



MOTO

"Dedikasi Tanpa Batas, Pelayanan Berkualitas."

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya, karya ilmiah akhir ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua Orang Tua Tercinta, yang selalu memberikan dukungan moral, materi, serta doa yang tidak pernah putus bagi keberhasilan dan kelancaran studi saya.
2. Suami dan Anak Tersayang, sebagai sumber kekuatan, motivasi, dan kebahagiaan terbesar saya yang senantiasa sabar mendampingi serta mendoakan selama proses penyusunan laporan ini.
3. Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan yang sangat berharga bagi kesempurnaan karya ini.
4. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta, khususnya Ibu Yulia Wardani, MAN selaku Ketua, yang telah memfasilitasi perjalanan akademik saya dalam menempuh pendidikan Profesi Ners.
5. Tzu Chi Hospital, yang telah memberikan kesempatan beasiswa serta fasilitas yang mendukung terlaksananya studi kasus ini.
6. Para Pasien (Tn. H dan Tn. S), yang telah bersedia menjadi responden dan memberikan kerja sama yang sangat baik, sehingga manfaat dari penerapan *Pursed Lip Breathing* dapat terdokumentasi dengan baik.
7. Rekan-rekan Seperjuangan, yang selalu memberikan semangat dan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung hingga laporan ini dapat terselesaikan.

Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam memberikan pelayanan yang lebih baik bagi pasien PPOK.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan studi kasus Evidence Based Nursing (EBN) yang berjudul “Penerapan Pursed Lip Breathing untuk Meningkatkan Saturasi Oksigen dan Frekuensi Pernapasan pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Tzu Chi Hospital” dengan baik dan tepat waktu.

Melalui penerapan teknik Pursed Lip Breathing (PLB), diharapkan dapat memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan status oksigenasi serta memperbaiki pola pernapasan pasien.

Dalam proses penyusunan laporan ini, penulis memperoleh banyak bimbingan, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dosen pembimbing saya Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep. yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan selama penyusunan laporan.
2. Tzu Chi Hospital yang telah memberikan kesempatan beasiswa dan fasilitas dalam pelaksanaan studi kasus.
3. Pasien dan keluarga yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
4. Orang tua, Suami dan Anak saya, serta rekan-rekan yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi kepada penulis.
5. Semua pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian laporan ini.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran yang membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan dalam penatalaksanaan pasien PPOK.

Penulis

INTISARI

Nama : Afrinda Rahmawati
NPM : 202554092
Judul : Penerapan Pursed Lip Breathing untuk Meningkatkan Saturasi Oksigen dan Frekuensi Pernapasan pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Tzu Chi Hospital
Tanggal Ujian : 12 Februari 2026
Pembimbing : Dr. Th. Titin Marlina, Ns., M.Kep.
Jumlah Pustaka : 34 (2019 – 2025)
Jumlah Halaman : xiii, 63 halaman, tabel, lampiran

Penyakit *Paru Obstruktif Kronis* (PPOK) merupakan penyakit pernapasan kronis yang ditandai dengan hambatan aliran udara progresif sehingga menyebabkan gangguan pertukaran gas, penurunan saturasi oksigen, serta peningkatan frekuensi pernapasan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah teknik *Pursed Lip Breathing* (PLB), yaitu latihan pernapasan dengan mengerucutkan bibir saat ekspirasi untuk memperpanjang waktu pengeluaran udara dan meningkatkan ventilasi alveolar. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan PLB dalam meningkatkan saturasi oksigen dan menurunkan frekuensi pernapasan pada pasien PPOK di Tzu Chi Hospital.

Metode yang digunakan adalah pendekatan *Evidence Based Nursing (EBN)* dengan desain studi kasus pada dua pasien PPOK (Tn. H, 70 tahun dan Tn. S, 84 tahun). Intervensi PLB dilakukan selama 10–15 menit, satu kali sehari, selama tiga hari. Parameter yang diukur meliputi saturasi oksigen (SpO₂) dan frekuensi pernapasan sebelum dan sesudah tindakan.

Hasil menunjukkan adanya peningkatan saturasi oksigen dan penurunan frekuensi pernapasan pada kedua pasien. Tn. H mengalami peningkatan SpO₂ dari 92% menjadi 96% serta penurunan frekuensi napas dari 29x/menit menjadi 22x/menit. Tn. S mengalami peningkatan SpO₂ dari 90% menjadi 95% serta penurunan frekuensi napas dari 30x/menit menjadi 23x/menit. Selain itu, keluhan sesak napas berkurang dan pasien tampak lebih nyaman.

Disimpulkan bahwa *Pursed Lip Breathing* efektif sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk meningkatkan oksigenasi dan memperbaiki pola pernapasan pada pasien PPOK.

Kata Kunci : PPOK, *pursed lip breathing*, saturasi oksigen, frekuensi pernapasan, evidence based nursing.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN INTISARI	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Manfaat Teoristis	3
1.4.2 Manfaat Praktis	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Tinjauan Umum Tentang PPOK	5
2.2 Saturasi Oksigen.....	13
2.3 Frekuensi Pernapasan	14
2.4 <i>Pursed Lip Breathing</i>	15
BAB 3 METODE <i>EVIDENCE-BASED NURSING (EBN)</i>.....	18
3.1.1 Rancangan <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	18
3.2 Subjek Dalam Rancangan <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	18
3.3 Kriteeria Sampel <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	18
3.4 Lokasi <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	17

3.5	Waktu <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	19
3.6	<i>Instrumen Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	19
3.7	Etika <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	20
BAB 4 GAMBARAN UMUM <i>EVIDENCE-BASED NURSING (EBN)</i>		20
4.1	Gambaran Umum <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	25
4.2	Analisis Penerapan <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	22
4.3	Hasil dan Pembahasan <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	26
4.4	Keterbatasan <i>Evidence-Based Nursing (EBN)</i>	30
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN		31
5.1	Simpulan.....	31
5.2	Saran.....	32
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Derajat PPOK berdasarkan hasil spirometryno.....	9
Tabel 4.1 Gambaran Umum Kasus	22
Tabel 4.2 Gambaran penerapan tindakan <i>Pursed Lip Breathing</i>	24
Tabel 4.3 Analisis penerapan tindakan <i>Pursed Lip Breathing</i>	25

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Derajat PPOK berdasarkan hasil spirometryno.....	8
Tabel 4.1 Gambaran Umum Kasus	20
Tabel 4.2 Gambaran penerapan tindakan <i>Pursed Lip Breathing</i>	22
Tabel 4.3 Analisis penerapan tindakan <i>Pursed Lip Breathing</i>	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Perbandingan Struktur Anatomi Paru Normal dengan Paru PPOK 7

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

LAMPIRAN 2 *INFORMED CONSENT*

LAMPIRAN 3 LEMBAR KONSUL

LAMPIRAN 4 BUKTI