

## BAB 5

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan pada dua pasien PPOK dengan masalah pola napas tidak efektif di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Atma Jaya, dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *pursed lip breathing* memberikan dampak positif terhadap kondisi pernapasan klien. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa klien berusia 52 tahun dan 59 tahun, terdiri dari satu pasien laki-laki dan satu pasien perempuan, serta satu pasien memiliki riwayat merokok. Hal ini menunjukkan bahwa pasien PPOK dalam studi kasus ini memiliki karakteristik yang berbeda.

Penerapan teknik *pursed lip breathing* dilakukan selama empat hari dengan frekuensi dua kali sehari dan durasi 10 menit setiap sesi. Selama pelaksanaan intervensi, kedua klien mampu mengikuti prosedur latihan dengan baik dan menunjukkan sikap kooperatif. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan nilai *respiratory rate* dan peningkatan saturasi oksigen setelah dilakukan intervensi. Pada Tn. A, frekuensi napas menurun dari 24–25 kali/menit menjadi 18–20 kali/menit, sedangkan pada Ny. R menurun dari 26 kali/menit menjadi 20–21 kali/menit. Selain itu, saturasi oksigen pada Tn. A meningkat dari 91–92% menjadi 94–95%, sedangkan pada Ny. R stabil pada kisaran 94–95%.

Selain perubahan pada frekuensi pernapasan dan saturasi oksigen, kedua klien juga menunjukkan perbaikan kondisi subjektif, seperti berkurangnya keluhan sesak napas, irama napas teratur, penggunaan otot bantu napas berkurang, tampak lebih nyaman saat bernapas, bunyi napas ronkhi berkurang di kedua lapang paru dan wheezing tidak ada, serta mampu melakukan aktivitas ringan dengan baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa intervensi *pursed lip breathing*

tidak hanya memberikan dampak fisiologis, tetapi juga meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup klien. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik *pursed lip breathing* efektif dalam memperbaiki pola napas tidak efektif pada pasien PPOK.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi pasien**

Pasien PPOK disarankan untuk melakukan teknik *pursed lip breathing* secara rutin, minimal dua kali sehari dan saat mengalami sesak napas, agar dapat membantu mengontrol pola napas, mengurangi keluhan sesak, serta menjaga kestabilan saturasi oksigen.

### **5.2.2 Bagi Perawat**

Perawat diharapkan dapat mengajarkan dan mendampingi pasien dalam melakukan teknik *pursed lip breathing* secara benar, serta memberikan motivasi supaya pasien mau melakukan latihan secara mandiri. Selain itu, perawat perlu melakukan pemantauan secara berkala terhadap frekuensi napas dan saturasi oksigen untuk mengetahui perkembangan kondisi pasien.

### **5.2.3 Bagi rumah sakit**

Rumah sakit diharapkan dapat mendukung penerapan teknik *pursed lip breathing* dengan menyediakan media edukasi, seperti leaflet, serta menyusun standar prosedur operasional (SPO) teknik *pursed lip breathing* bagi pasien PPOK, sehingga manfaat intervensi dapat dirasakan secara optimal. Selain itu, hasil studi ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk meningkatkan kolaborasi dengan tim kesehatan, terutama dokter dan fisioterapis, dalam mengoptimalkan terapi farmakologis serta program rehabilitasi paru guna memperbaiki status pernapasan pasien PPOK. Teknik *pursed lip breathing* yang diterapkan dalam studi ini juga sejalan dengan intervensi fisioterapi, meskipun terdapat perbedaan pada prosedur pelaksanaannya. Oleh karena itu, hal ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengintegrasikan praktik intervensi di pelayanan di lapangan agar lebih efektif dan terkoordinasi.