

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Merokok masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berperan dalam meningkatnya angka kematian akibat tembakau (Todorović *et al.*, 2022). Individu dengan perokok aktif cenderung sulit dalam mengubah kebiasaan merokoknya, sehingga hal tersebut dapat menjadikan risiko terjadinya berbagai penyakit dalam tubuh meningkat. Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) menjadi salah satu dampak negatif bagi para perokok aktif maupun pasif, hal tersebut disebabkan oleh zat iritan dalam asap rokok yang menstimulasi produksi mukus berlebih, sehingga mengganggu kerja silia, memicu inflamasi, serta merusak bronkiolus dan alveolus (Chen *et al.*, 2023).

Menurut WHO 2024, angka kematian di dunia akibat PPOK menempati urutan keempat dengan jumlah 3,5 juta jiwa pada tahun 2021, atau sekitar 5% dari total kematian global (WHO, 2024). Prevalensi PPOK di Indonesia mencapai 5,6% dengan jumlah penderita sekitar 4,8 juta orang, berdasarkan data Pedoman Diagnosis dan Penatalaksanaan PPOK di Indonesia yang diterbitkan oleh PDPI tahun 2023. Angka ini cenderung meningkat seiring dengan tingginya jumlah perokok dan memburuknya kualitas udara di beberapa wilayah Indonesia. Pada data Riskesdas Jawa Timur tahun 2018, angka kejadian PPOK di Provinsi Jawa Timur sebesar 3,6%, dengan prevalensi 4,4% pada laki-laki dan 4,6% pada Perempuan.

Berdasarkan rekapitulasi data terbaru dari RSUD Dr. Harjono S Ponorogo, tercatat sebanyak 517 kasus PPOK pada bulan Januari-Desember 2025, jumlah tersebut mengindikasikan bahwa prevalensi PPOK di Kota Ponorogo masih cukup tinggi (Rekam Medis RSUD Dr. Harjono S Ponorogo, 2025).

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) tidak disebabkan oleh infeksi, melainkan dari peradangan kronis pada paru-paru akibat paparan asap rokok, dengan mekanisme paparan asap rokok secara terus-menerus menyebabkan peningkatan ekspansi paru (Najihah *et al.*, 2022). Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) masuk dalam kelompok penyakit tidak menular, keluhan ini bersifat menetap dan cenderung memburuk secara bertahap, sehingga pada pasien PPOK cenderung menghindari berbagai aktivitas fisik dan menyebabkan penurunan tingkat aktivitas (Monica & Susanto, 2020). Pada kejadian PPOK, umumnya ditandai dengan meningkatnya keluhan seperti sesak napas, batuk, dan produksi dahak berlebih sehingga mengindikasikan adanya gangguan yang semakin berat pada fungsi saluran napas (Qian *et al.*, 2023).

Keterbatasan aliran udara kronik pada PPOK terjadi akibat proses inflamasi dan perubahan struktur jalan napas kecil, disertai kerusakan alveolus serta berkurangnya elastisitas paru, sehingga memicu terjadinya penyempitan saluran napas terutama saat ekspirasi (Kristiningrum, 2019). Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dapat menyebabkan penyempitan saluran napas dan terganggunya pola napas, sehingga menimbulkan sesak napas dan memengaruhi kualitas hidup jika tidak segera diatasi (Muliase, 2024).

Penatalaksanaan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) terdapat dua macam yaitu secara farmakologi dengan pemberian obat-obatan seperti antiinflamasi,

bronkodilator, antihistamin, antibiotik, dan ekspektoran yang membantu menekan gejala serta memperbaiki fungsi pernapasan. Sementara penatalaksanaan non-farmakologis yaitu dengan mencakup tindakan seperti latihan pernapasan dan pengaturan posisi istirahat yang nyaman, agar otot bantu pernapasan dapat bekerja secara optimal. Posisi yang umum digunakan adalah posisi semifowler dan posisi tripod untuk mempermudah ekspansi paru dan meningkatkan ventilasi (Devia, *et al.*, 2023).

Untuk manajemen pola napas yang tidak efektif, pasien dengan PPOK dapat melakukan kombinasi posisi tripod dan teknik pernapasan *Pursed Lip Breathing* (PLB) yang terbukti efektif sebagai terapi non-farmakologis bagi pasien PPOK. Kedua metode ini membantu memperlambat laju pernapasan, meningkatkan volume tidal, serta memperbaiki ventilasi alveolar. Latihan ini dapat dilakukan secara rutin selama sekitar 10–15 menit, dua kali sehari, untuk mendukung peningkatan fungsi pernapasan dan saturasi oksigen (Wiratama, *et al.*, 2024).

Penerapan *Pursed Lip Breathing* (PLB) dan *Tripod Position* (posisi tripod) pada pasien sesak napas khususnya pada penderita PPOK diharapkan dapat membantu pasien dalam melakukan upaya mandiri untuk mengatasi gejala sesak napas. Dengan demikian, ketika pasien berada dalam kondisi tanpa pendamping atau keluarga di sekitarnya, pasien mampu merespons dan mengatasi keluhan pernapasan secara cepat serta mandiri (Sulistyorini 2024). Selain itu, kombinasi antara kedua teknik tersebut juga bertujuan untuk meningkatkan ekspansi paru, sehingga memberikan efek yang lebih optimal dalam menurunkan frekuensi pernapasan serta meningkatkan kadar saturasi oksigen dalam darah (Humardani, 2021).

Dalam menghadapi sebuah ujian berupa penyakit, baiknya manusia hendaknya senantiasa berikhtiar dengan sungguh-sungguh, tidak berhenti berusaha, bertawakal, mendekatkan diri dan selalu mengingat Allah SWT. Karena segala kesembuhan datang atas izin-nya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an:

يَسْئَلُكَ فَهُوَ مَرْضُتٌ وَإِذَا

Yang artinya: “Dan apabila aku sakit, Dialah (Allah) yang menyembuhkanku” (Asy-Syu'araa: 80).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana penerapan kombinasi *Pursed Lip Breathing* dan *Tripod Position* terhadap frekuensi napas dan saturasi oksigen pada pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk melakukan penerapan kombinasi *Pursed Lip Breathing* dan *Tripod Position* pada pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dengan masalah keperawatan Pola Napas Tidak Efektif di Ruang Asoka RSUD Dr. Harjono S Ponorogo

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengkaji masalah kesehatan pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dengan masalah keperawatan Pola Napas Tidak Efektif di Ruang Asoka RSUD Dr. Harjono S Ponorogo
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) di Ruang Asoka RSUD Dr. Harjono S Ponorogo
- c. Merencanakan intervensi keperawatan pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dengan masalah keperawatan Pola Napas Tidak Efektif di Ruang Asoka RSUD Dr. Harjono S Ponorogo
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dengan masalah keperawatan Pola Napas Tidak Efektif di Ruang Asoka RSUD Dr. Harjono S Ponorogo
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dengan masalah keperawatan Pola Napas Tidak Efektif di Ruang Asoka RSUD Dr. Harjono S Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan medikal bedah, khususnya mengenai intervensi non-farmakologis dalam meningkatkan oksigenasi dan mengurangi sesak napas pada pasien PPOK. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperkuat bukti ilmiah (*evidence-based nursing*) bahwa kombinasi teknik *Pursed Lip Breathing* dan *Tripod Position* efektif

digunakan sebagai tindakan mandiri perawat dalam menangani gangguan pola napas pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi pasien berupa peningkatan kenyamanan bernapas, penurunan sesak napas, dan peningkatan saturasi oksigen, melalui penerapan kombinasi *Pursed Lip Breathing* dan *Tripod Position* sebagai terapi non-farmakologis yang mudah dilakukan secara mandiri.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam menerapkan intervensi non-farmakologis untuk membantu meningkatkan oksigenasi dan mengurangi sesak napas pada pasien PPOK.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan edukasi kepada masyarakat, terutama keluarga pasien PPOK, mengenai pentingnya terapi pernapasan sederhana dan posisi tubuh yang tepat untuk membantu meningkatkan fungsi paru serta mengurangi keluhan sesak napas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dasar pengembangan penelitian lebih lanjut, baik dalam lingkup yang lebih luas maupun dengan pengukuran parameter fisiologis lainnya.