

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah gangguan pernapasan kronis yang ditandai dengan hambatan aliran udara yang bersifat menetap, progresif, dan disertai respons inflamasi kronis pada saluran pernapasan akibat paparan partikel atau gas iritan tertentu (Sodikin dkk., 2021). PPOK termasuk penyakit tidak menular yang umumnya disebabkan oleh kebiasaan merokok, dan menjadi masalah kesehatan masyarakat karena gangguan aliran udara yang terjadi tidak sepenuhnya dapat kembali normal (Subroto dkk, 2022).

Menurut Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD), PPOK merupakan penyakit yang umum terjadi, dapat dicegah dan diobati, dengan ciri utama berupa gejala pernapasan yang menetap serta adanya hambatan aliran udara. Kondisi ini disebabkan oleh kelainan pada saluran napas atau kerusakan alveolus, yang umumnya diakibatkan oleh paparan partikel atau gas berbahaya. Diperkirakan, angka kejadian PPOK akan terus meningkat seiring dengan bertambahnya faktor risiko, seperti kebiasaan merokok, lingkungan yang tidak sehat, dan polusi udara yang belum tertangani secara optimal (Subroto dkk, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 235 juta orang di dunia menderita PPOK, dengan lebih dari 3 juta kematian terjadi setiap

tahunnya—setara dengan sekitar 6% dari total angka kematian global (WHO, 2020). Di wilayah Asia Tenggara, prevalensi PPOK sedang hingga berat ditemukan pada individu berusia 30 tahun ke atas, dengan rata-rata sebesar 6,3%. Jumlah penderita PPOK diperkirakan akan terus meningkat dalam 30 tahun mendatang, dan pada tahun 2030, diperkirakan lebih dari 4,5 juta orang akan meninggal setiap tahun akibat PPOK dan kondisi yang berkaitan (GOLD 2018).

Indonesia, sebagai negara berkembang di kawasan Asia Tenggara dengan kategori pendapatan menengah ke bawah, memiliki masyarakat yang sudah akrab dengan kebiasaan merokok. Banyak individu di Indonesia mulai merokok sejak usia remaja, dengan prevalensi tertinggi terjadi pada laki-laki, meskipun sebagian perempuan juga memiliki kebiasaan yang sama. Selain itu, kepadatan penduduk, tingkat polusi udara yang cukup tinggi, serta kurangnya kesadaran masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan turut memperburuk kondisi kesehatan di Indonesia. (Ramadhani S dkk, 2024)

Ciri khas utama dari PPOK adalah adanya peradangan kronis yang berkembang secara progresif pada jaringan paru-paru. Namun, respons imun dan proses inflamasi sistemik juga berperan penting dalam perkembangan penyakit ini (Wang *et al.*, 2022). Faktor lain yang turut berkontribusi terhadap terjadinya PPOK meliputi paparan polusi udara, riwayat infeksi saluran pernapasan pada masa kanak-kanak, serta faktor genetik (Black & Hawks, 2019).

PPOK, sebagai penyakit kronis, dapat menimbulkan berbagai dampak, salah satunya adalah gangguan pertukaran gas yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara ventilasi dan perfusi. Kondisi ini membuat darah yang kembali ke atrium kiri kekurangan oksigen, sehingga menyebabkan penurunan saturasi oksigen dalam tubuh (Brill & Wedzicha, 2022).

Kebiasaan merokok di kalangan penduduk Indonesia masih menjadi masalah kesehatan yang sulit dikendalikan. Prevalensi perokok di Indonesia mencapai 28,8%, dengan kecenderungan yang lebih tinggi pada kelompok remaja dan anak-anak. Hal ini menunjukkan peningkatan jumlah perokok pada usia produktif, dari 7,2% menjadi 9,1% pada usia 18 tahun (Riskesdas, 2018). Selain itu, tingkat konsumsi rokok setiap individu bervariasi, mulai dari ringan hingga berat (Subroto dkk, 2022).

Prevalensi PPOK di Indonesia mencapai 4,5%, dengan angka kejadian tertinggi ditemukan di Provinsi Sulawesi Tengah sebesar 5,5%, diikuti oleh Nusa Tenggara Timur (NTT) sebesar 5,4%, dan Lampung sebesar 1,3%. Data ini menggambarkan peningkatan angka kematian pada penderita PPOK di wilayah-wilayah tersebut (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil survei, prevalensi penderita PPOK di Bengkulu pada tahun 2019 mencapai 2,5%, mengalami kenaikan sebesar 0,5% dibandingkan dengan prevalensi pada tahun 2012 yang sebesar 2,0%. Di tahun yang sama, prevalensi PPOK di Rejang Lebong tercatat sebesar 1,31%. Selain itu, prevalensi merokok pada populasi usia 10 hingga 18

tahun juga meningkat, dari 7,2% pada tahun 2013 menjadi 9,1% pada tahun 2018. (Riskesmas, 2018). kejadian PPOK secara nasional tidak dirilis sehingga prevalensi PPOK di Indonesia masih mengacu pada Riskesdas 2013. Prevalensi PPOK tertinggi terjadi di wilayah Provinsi Nusa Tenggara Timur yaitu 10,0%, diikuti Sulawesi Tengah sebesar 8,0% dan untuk Provinsi Lampung yaitu sebesar 1,4% dengan kasus tertinggi terjadi di Kabupaten Mesuji sebesar 2,9% dan untuk Kota Metro sebesar 0,3% (Kemenkes RI, 2018).

Data rekam medis RS Mardi Waluyo Metro mencatat jumlah pasien PPOK yang dirawat sebanyak 178 orang pada tahun 2022, 162 orang pada tahun 2023, 173 orang pada tahun 2024, dan hingga bulan Juni 2025 tercatat sebanyak 79 pasien (RS. Mardi Waluyo, 2025).

Penanganan pasien PPOK dapat dilakukan melalui metode farmakologis maupun non-farmakologis. Pengobatan farmakologis meliputi terapi antibiotik, terapi oksigen, dan penggunaan bronkodilator. Pada pasien dengan PPOK, saturasi oksigen (SpO_2) menurun di bawah 85% akibat berkurangnya asupan oksigen ke paru-paru, yang disebabkan oleh obstruksi saluran napas serta penurunan fungsi paru dalam proses pertukaran oksigen dan karbon dioksida (Rusminah R dkk, 2021).

Pada pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), terjadi penyempitan pada bronkus yang menyebabkan penumpukan karbon dioksida dan menghambat masuknya oksigen ke dalam paru-paru, sehingga saturasi

oksigen menurun. Beberapa teknik non-farmakologis yang dapat membantu, antara lain latihan pernapasan untuk menguatkan otot inspirasi seperti Pursed Lips Breathing (PLB) dan posisi pronasi (Rusminah R dkk, 2021).

Latihan pernapasan Pursed Lips Breathing (PLB) adalah teknik bernapas dengan mulut yang dibentuk seperti mengerucut, diikuti dengan ekspirasi yang diperpanjang. Teknik ini melibatkan pernapasan diafragma dan penggunaan bibir mengecil untuk meningkatkan ventilasi serta menyelaraskan kerja otot perut dan dada (Rusminah R dkk, 2021).

Latihan pernapasan Pursed Lips Breathing (PLB) memiliki berbagai manfaat sebagai salah satu terapi non-farmakologi dalam pengelolaan masalah pernapasan. Teknik PLB cukup mudah dilakukan dan dapat disesuaikan dengan kondisi pasien, misalnya dengan posisi duduk dan dalam keadaan istirahat. Cara melakukannya adalah dengan menghirup udara lewat hidung selama 2-3 detik, lalu menghembuskannya perlahan lewat mulut selama 4-6 detik. Latihan ini dianjurkan dilakukan sebanyak 4 kali sehari, terutama sebelum makan dan tidur selama 30 menit. Jika dilakukan secara rutin, PLB dapat membantu mengurangi sesak napas, meningkatkan saturasi oksigen, meningkatkan kemampuan aktivitas sehari-hari, serta membantu pasien mengoptimalkan kualitas hidupnya (Rusminah R dkk, 2021).

Terapi lain yaitu *posisi pronasi*. *Posisi pronasi* adalah posisi tidur tengkurap dengan kepala menoleh kesamping yang dilaksanakan dalam rangka membenahi fisiologis pernapasan serta kestabilan kardiovaskuler dengan meminimalisir kompresi abdomen (Anggraeni et al., 2019). Pelaksanaan *posisi pronasi* pada pasien mampu menghasilkan tekanan ketika ekspirasi, sehingga terjadi peningkatan tekanan pada rongga perut yang dilanjutkan hingga bronkioli, yang akhirnya membantu membebaskan udara yang bertumpuk di alveoli (Yari et al., 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik dan ingin mengangkat masalah dalam suatu Karya Ilmiah Akhir dengan judul “Case Report : Efektifitas Pursed Lips Breathing dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat penulis angkat dalam karya tulis ilmiah ini adalah “Case Report Implementasi Pursed Lips Breathing dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui Implementasi Pursed Lips Breathing dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada *Pursed Lips Breathing* dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025
- b. Mampu merumuskan diagnosa pada *Pursed Lips Breathing* dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.
- c. Mampu menyusun intervensi keperawatan *Pursed Lips Breathing* dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.
- d. Mampu melakukan implementasi keperawatan *Pursed Lips Breathing* dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.

- e. Mampu melakukan evaluasi *Pursed Lips Breathing* dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.
- f. Mampu melakukan dokumentasi *Pursed Lips Breathing* dan Posisi Pronasi dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025.

D. Manfaat

1. Teoritis

Hasil karya ilmiah akhir ini bisa digunakan sebagai referensi untuk pengembangan ilmu dan pengetahuan dibidang keperawatan khususnya yang berhubungan dengan “Implementasi *Pursed Lips Breathing* dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis di Ruangan Teratai Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2025”.

2. Praktis

a. Bagi Klien dan Keluarga

Melalui kegiatan menyusun karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi pada pasien dan keluarga tentang cara perawatan pada pasien dengan PPOK

b. Bagi Perawat

Sebagai bahan informasi mengenai Asuhan Keperawatan pada klien dengan PPOK sehingga dapat menambah wawasan dan meningkatkan mutu pelayanan perawat yang ada di Rumah Sakit.

c. Manfaat bagi instusi

a. Rumah sakit

Tulisan ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang asuhan keperawatan pada pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), sehingga diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan meningkatkan kualitas pelayanan di rumah sakit.

b. Pendidikan

Tulisan ini dapat berperan sebagai sumber informasi sekaligus memperluas pengetahuan dalam perkembangan ilmu keperawatan terkait pasien dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK).

Karya ilmiah akhir ini mampu menjadi referensi untuk menulis karya ilmiah keperawatan lainnya maupun untuk metode karya ilmiah tentang intervensi *Pursed Lips Breathing* dalam Mengatasi Dispnea Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis.