

**PENGARUH PURSED LIPS BREATHING TERHADAP PENINGKATAN  
SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF  
KRONIS: LITERATURE REVIEW**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**DISUSUN OLEH**

**AMELIA SASMITHA., S. Kep  
1911102412052**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2020**

**Pengaruh *Pursed Lips Breathing* terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen  
pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik: *Literature Review***

**Karya Ilmiah Akhir Ners**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners Keperawatan



**Disusun Oleh**

**Amelia Sasmitha., S. Kep  
1911102412052**

**Program Studi Profesi Ners  
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur  
2020**

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Kami yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Amelia Sasmitha

NIM : 1911102412052

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIA-N : “Pengaruh *Pursed Lips Breathing* Terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis *Literature Review*”.

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir-Ners (KIA-N) yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Samarinda, 4 Agustus 2020.



Amelia Sasmitha, S.Kep.  
NIM. 1911102412052

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH *PURSED LIPS BREATHING*  
TERHADAP PENINGKATAN SATURASI OKSIGEN  
PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTUKTIF KRONIS  
*LITERATURE REVIEW***

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**DI SUSUN OLEH :**

**Amelia Sasmitha, S.Kep**

**1911102412052**

**Disetujui untuk diujikan**

**Pada tanggal, 5 Agustus 2020**

**Pembimbing,**



**Ns. Thomas Ari Wibowo, M.Kep**

**NIDN: 1104098701**

**Mengetahui,**

**Koordinator Mata Kuliah Elektif**



**Ns. Siti Khoiroh Mufflihatin, M.Kep**

**NIDN: 1115017703**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENGARUH *PURSED LIPS BREATHING*  
TERHADAP PENINGKATAN SATURASI OKSIGEN  
PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTUKTIF KRONIS  
*LITERATURE REVIEW***

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**DI SUSUN OLEH :**

**Amelia Sasmitha, S.Kep**

**1911102412052**

**Diseminarkan dan Diujikan  
Pada tanggal, 5 Agustus 2020**

**Penguji 1**

**Ns. Refliani A., S.Kep**

**NIP : 198604222010012013**

**Penguji 2**

**Dr. Hj. Nunung H., SKP, M.Pd**

**NIDN : 8830940017**

**Penguji 3**

**Ns. Thomas Ari W., M.Kep**

**NIDN: 1104098701**

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi Profesi Ners**



**Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep  
NIDN. 1119097601**

## MOTTO

***“verily, with every difficulty there is relief“ (Q.S. Al-***

***Insyirah: 5-6)***

***“There are no wrong people, only the wrong expression  
and the wrong perception..”***

***“When you are able to love yourself deeply, you can be  
kind to others..”***

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Alhamdulillah, Puji Syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, kekuatan kepada penulis dan atas berkat rahmat, karunia serta ridho-Nyalah penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir-Ners ini. Sholawat serta salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya sampai akhir zaman.

Karya Ilmiah Akhir-Ners ini berjudul “Pengaruh *Pursed Lips Breathing* Terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis *Literature Review*” disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Profesi Ners Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur tahun 2020.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir-Ners ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan, dukungan, bantuan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis dalam kesempatan ini ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus dan ikhlas serta yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali MH, M.Kes, Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

3. Ibu Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep selaku Koordinator Mata Kuliah Elektif yang telah banyak membantu dalam proses pembuatan Karya Ilmiah Akhir-Ners ini.
5. Bapak Ns. Thomas Ari Wibowo, M.Kep selaku Dosen Pembimbing sekaligus menjadi Penguji III yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, masukan dan motivasi kepada penulis hingga Karya Ilmiah Akhir-Ners ini dapat selesai.
6. Ns. Refliani A.,S.Kep selaku Penguji I yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan arahan serta saran dalam proses perbaikan Karya Ilmiah Akhir-Ners ini.
7. Dr. Hj. Nunung H.,SKP,M.Pd selaku Penguji II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji dan memberikan arahan serta saran dalam proses perbaikan Karya Ilmiah Akhir-Ners ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen dan seluruh Staf Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
9. Ayahanda Abdillah dan Ibunda Rasmiyani serta adik-adik ku tercinta Adelia Puspitha, Bintang Rahmat Ihsandi dan Nabila Yasmin Airani serta nenekku Ibunda Hj. Norhayanah dan seluruh keluarga saya yang terkasih yang selalu memberikan semangat, motivasi, dukungan serta do'a kepada saya dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir-Ners ini.
10. Teman-teman Kelompok 2 Ners; Lili, Atun, Ajeng, Naomi, Risda, Ipeh, Indri, Ka Puput, Ka Adit, Ka Andin, Ka Edy, Dayat, Ikmal, Wahyu yang setiap hari



nya selalu membuat hari-hari saya lebih berwarna karena canda tawanya dan kekonyolan serta kekompakannya dan saling *support* satu sama lain.

11. Serta teman-teman Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Angkatan 2020, anda semua adalah teman terhebat dan luar biasa yang pernah saya kenal.

Semoga segala kebaikan yang telah diberikan, mendapatkan balasan pahala dari *Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Aamiin.*

Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir-Ners ini masih terdapat kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan sehingga Karya Ilmiah Akhir-Ners ini dapat bermanfaat untuk semua pihak dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Akhirnya, penulis berharap semoga Karya Ilmiah Akhir-Ners ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan juga bagi kita semua. *Aamiin ya rabbal'alammin. Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.*

Samarinda, 4 Agustus 2020.

Penulis,

## **Pengaruh *Pursed Lips Breathing* terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik: *Literature Review***

Amelia Sasmitha<sup>1</sup>, Thomas Ari Wibowo<sup>2</sup>

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

E-mail : [asasmi5tha@gmail.com](mailto:asasmi5tha@gmail.com)

### **INTISARI**

Penyakit Paru Obstruktif Kronik atau PPOK merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi permasalahan dunia. Penyakit paru obstruktif kronis adalah kondisi ireversibel dimana penyempitan jalan nafas yang terjadi dapat meningkatkan obstruksi aliran udara dan hilangnya elastisitas paru. Pada pasien-pasien dengan PPOK sering di jumpai keluhan batuk-batuk, sesak nafas secara kronis sampai dengan penurunan saturasi oksigen. Keluhan ini bukan hanya disebabkan oleh obstruksi jalan nafas karena tumpukan mukus yang kental, tetapi juga karena adanya hiperinflasi. Keluhan ini dapat diatasi dengan latihan pernafasan yang dirancang untuk mempertahankan ventilasi dengan optimal dan pertukaran gas yang memadai. Karya Ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Pursed lips breathing* terhadap peningkatan saturasi oksigen pada pasien PPOK. Penelitian ini menggunakan metode studi *literature review* dengan databased melalui *google scholar*, *research gate* dan *Pubmed* dengan intervensi yang digunakan adalah *pursed lips breathing* terhadap peningkatan saturasi oksigen pasien PPOK. Berdasarkan hasil analisis *literature review* dari 10 jurnal terkait didapatkan hasil bahwa *pursed lips breathing* dapat membantu meningkatkan saturasi oksigen pada pasien PPOK.

**Kata Kunci :** *Pursed Lips Breathing*, Saturasi oksigen, PPOK.

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Dosen Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

***Effect of Pursed Lips Breathing on Increased Oxygen Saturation  
In Patients with Chronic Obstructive Lung Disease Literature Review***

Amelia Sasmitha<sup>3</sup>, Thomas Ari Wibowo<sup>4</sup>

*Faculty of Health Sciences and Pharmacy, Muhammadiyah University of East Borneo*

E-mail : [asami5tha@gmail.com](mailto:asami5tha@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Chronic Obstructive Pulmonary Disease or COPD is one of the non-communicable diseases which is a global problem. Chronic obstructive pulmonary disease is an irreversible condition in which airway narrowing that occurs can increase obstruction of air flow and loss of lung elasticity. In patients with COPD, they often encounter coughing, chronic shortness of breath up to a decrease in oxygen saturation. This complaint is not only caused by airway obstruction due to thick mucus piles, but also because of hyperinflation. These complaints can be overcome by breathing exercises designed to maintain optimal ventilation and adequate gas exchange. This scientific work aims to determine the effect of Pursed lips breathing on increasing oxygen saturation in COPD patients. This research uses literature review study method with databased through google scholar, research gate and Pubmed with the intervention used is pursed lips breathing to increase oxygen saturation in COPD patients. Based on the analysis of literature reviews from 10 related journals, it was found that pursed lips breathing can help increase oxygen saturation in COPD patients.*

**Keywords :** *Pursed Lips Breathing, Increase Oxygen Saturation, COPD.*

---

<sup>3</sup> *Student Nursing Profession at Muhammadiyah University of East Borneo*

<sup>4</sup> *Lecture Nursing Profession at Muhammadiyah University of East Borneo*

## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
<b>Halaman Judul</b> .....	<b>i</b>
<b>Surat Pernyataan Keaslian Penelitian</b> .....	<b>ii</b>
<b>Lembar Persetujuan</b> .....	<b>iii</b>
<b>Lembar Pengesahan</b> .....	<b>iv</b>
<b>Motto</b> .....	<b>v</b>
<b>Kata Pengantar</b> .....	<b>vi</b>
<b>Intisari</b> .....	<b>ix</b>
<b>Abstrak</b> .....	<b>x</b>
<b>Daftar isi</b> .....	<b>xi</b>
<b>Daftar Tabel</b> .....	<b>xiii</b>
<b>Daftar Bagan</b> .....	<b>xiv</b>
<b>Daftar Lampiran</b> .....	<b>xv</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	<b>2</b>
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>3</b>
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>3</b>
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
<b>A. Konsep Penyakit Paru Obstruktif Kronis</b> .....	<b>5</b>
1. Definisi .....	<b>5</b>
2. Etiologi .....	<b>6</b>
3. Tanda dan Gejala .....	<b>7</b>
4. Patofisiologi .....	<b>8</b>

5. Klasifikasi .....	9
6. Komplikasi .....	12
7. Pemeriksaan Penunjang .....	13
8. Penatalaksanaan .....	13
<b>B. Konsep <i>Pursed Lips Breathing</i> .....</b>	<b>16</b>
1. Definisi <i>Pursed Lips Breathing</i> .....	16
2. Tujuan <i>Pursed Lips Breathing</i> .....	16
3. Manfaat <i>Pursed Lips Breathing</i> .....	16
4. Langkah-langkah <i>Pursed Lips Breathing</i> .....	17
<b>BAB III METODE</b>	
<b>A. Pencarian Literatur .....</b>	<b>18</b>
<b>B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....</b>	<b>20</b>
<b>C. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas .....</b>	<b>20</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
<b>A. Hasil dan Analisis .....</b>	<b>26</b>
<b>B. Pembahasan .....</b>	<b>30</b>
<b>BAB V PENUTUP</b>	
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>21</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>25</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>28</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi <i>Pursed Lips Breathing</i> menurut GOLD .....	10
Tabel 2.2 Klasifikasi <i>Pursed Lips Breathing</i> menurut Kemenkes.....	11
Tabel 2.3 Edukasi PPOK berdasarkan tingkat keparahan .....	14
Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi .....	20
Tabel 4.1 Hasil Analisis Jurnal .....	22

## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Flow Gram .....	20
---------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 SOP *Pursed Lips Breathing*

Lampiran 3 Surat Pernyataan *Literature Review*

Lampiran 4 Lembar Konsultasi