

*Health Polytechnic Ministry of Health Bandung
Nursing Study Program (Bogor Campus)*

*Third Diploma Program
Anisa Maghfira
NIM. P17320321005*

Application of the Slow Deep Breathing Relaxation Technique to Increase Oxygen Saturation in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) at the Rumah Sakit Palang Merah Indonesia Kota Bogor

i-xiii + 74 pages, V BAB, 4 tables, 4 pictures, 9 attachments

ABSTRACT

Background: *Chronic obstructive pulmonary disease or (COPD) is a disease that attacks the respiratory system by blocking the airways (PDPI, 2023). Based on (Decree of the Minister of Health of the Republic of Indonesia, 2019) it is estimated that there are 4.8 million people in Indonesia, with a prevalence of 5.6% suffering from chronic obstructive pulmonary disease (COPD). Slow deep breathing is a non-pharmacological technique that aims to reduce complaints of shortness of breath.*

Objective: *This research is to provide an overview of the application of the slow deep breathing relaxation technique in increasing oxygen saturation in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) at Rumah Sakit PMI Kota Bogor.* **Methods:** *This research uses a case study method with a descriptive type. Sampling used assessment and observation sheets carried out on 3 respondents in accordance with the inclusion criteria. Results:* *The results of this study were that after carrying out the slow deep breathing relaxation technique for 3 days with 2 meetings for 10 minutes, it showed that it could effectively increase oxygen saturation in patients suffering from chronic obstructive pulmonary disease with complaints of shortness of breath.* **Conclusion:** *The application of the slow deep breathing relaxation technique is recommended to increase oxygen saturation in patients with chronic obstructive pulmonary disease who complain of shortness of breath at Rumah Sakit PMI Kota Bogor.*

Keywords : *Slow Deep Breathing, Oxygen Saturation, Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)*

Bibliography : *23 sources (2014-2023)*

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor)
Program Diploma Tiga

Anisa Maghfira
NIM. P17320321005

Penerapan Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* Dalam Meningkatkan Saturasi Oksigen Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) Di Rumah Sakit Palang Merah Indonesia Kota Bogor

i-xiii + 74 halaman, V BAB, 4 tabel, 4 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Penyakit paru obstruktif kronis atau (PPOK) adalah penyakit yang menyerang sistem pernapasan dengan menghambat saluran napas (PDPI, 2023). Berdasarkan (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2019) diperkirakan ada 4,8 juta orang di Indonesia, dengan prevalensi 5,6% penderita penyakit paru obstruktif kronis (PPOK). *Slow deep breathing* merupakan teknik non farmakologi yang bertujuan untuk mengurangi keluhan sesak napas. **Tujuan :** penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* dalam meningkatkan saturasi oksigen pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di Rumah Sakit PMI Kota Bogor. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan jenis deskriptif. Pengambilan sampel menggunakan lembar pengkajian dan observasi yang dilakukan pada 3 orang responden sesuai dengan kriteria inklusi. **Hasil :** Hasil penelitian ini adalah setelah dilakukan teknik relaksasi *slow deep breathing* selama 3 hari dengan 2 kali pertemuan selama 10 menit menunjukkan dapat meningkatkan saturasi oksigen pada pasien yang menderita penyakit paru obstruktif kronis dengan keluhan sesak napas secara efektif. **Kesimpulan :** Penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* ini direkomendasikan untuk meningkatkan saturasi oksigen pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronis yang mengalami keluhan sesak nafas di Rumah Sakit PMI Bogor.

Kata Kunci : *Slow Deep Breathing*, Saturasi Oksigen, Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK)

Daftar Pustaka : 23 sumber (2014-2023)