

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit paru-paru yang dikenal dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) ini ditandai dengan berbagai keluhan pernafasan, antara lain batuk, produksi dahak, dan sesak napas. Pada saluran pernafasan seperti bronkitis, bronkiolitis, atau emfisema seringkali mengganggu aliran udara dan menimbulkan keluhan ini. (PDPI, 2023). Penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) dapat dicegah dan diobati, yang dapat menyebabkan gejala gangguan pernapasan dan gangguan saluran napas yang disebabkan oleh kelainan pada saluran napas dan alveoli karena paparan gas berat atau partikel berbahaya. (Junaidin et al., 2022).

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya adalah asap rokok. Asma, penyakit TBC, dan paparan senyawa organik adalah faktor penyebab bahaya lainnya. Merokok menyebabkan PPOK, tidak sama dengan PPOK, yang polanya bisa beragam dan berasal dari sumber lain. (Rahayu et al., 2022). Dipsneu dan batuk berdahak adalah gejala pernapasan yang paling umum. karena itu dapat menyebabkan ketidaknyamanan saat beraktivitas. Pasien PPOK mengalami batuk-batuk dan sesak nafas kronis dan menahun (Astriani et al., 2021).

Ada bermacam-macam penyakit yang dapat menyebabkan penyakit pada gangguan pernapasan diantaranya adalah asma, bronkitis, emfisema, dan PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronis) yang dapat menyebabkan saluran pernapasan terganggu. Gejala pernapasan yang sesak secara terus-menerus adalah tanda dari penyakit paru obstruktif kronik, namun kondisi yang menyerang pernapasan ini dapat dicegah dan diobati. Hal ini terjadi ketika aliran udara terhambat oleh bakteri atau partikel material lainnya di alveolus (GOLD 2018).

Diperkirakan ada 4,8 juta orang di Indonesia, dengan prevalensi 5,6% penderita penyakit paru obstruktif kronis (PPOK). Angka ini pasti akan meningkat seiring dengan meningkatnya jumlah perokok di lingkungan masyarakat, karena 90% penderita PPOK adalah perokok atau mantan perokok. Pada tahun 2010, prevalensi penderita PPOK di Bogor, Jawa Barat, mencapai 5,5%, dan pada tahun 2013, prevalensi penderita PPOK di Bogor, Jawa Barat, mencapai 5,5%. Penyakit paru obstruktif kronis tidak hanya diderita oleh orang yang merokok atau perokok sebelumnya, tetapi juga orang yang tidak merokok. Berdasarkan hasil pemeriksaan dan evaluasi spirometri, angka PPOK di Jawa Barat didapatkan sebesar 7,2% di daerah pedesaan dan 5,4% di daerah perkotaan (Kementerian Kesehatan, 2019).

Jika dilihat dari penyebab penderita yang mengalami PPOK, menurut buku (SDKI, 2017) didapatkan diagnosa keperawatan pola napas tidak efektif. Pola napas tidak efektif merupakan inspirasi dan atau ekspirasi yang tidak memberikan ventilasi adekuat. Terapi untuk penderita POK dapat berupa terapi farmakologi atau terapi non farmakologi, juga dikenal sebagai terapi non

farmakologi. Manajemen nonfarmakologi untuk pasien PPOK sangat beragam, termasuk mencegah malnutrisi, rehabilitasi pulmoner, dan berhenti merokok. Rehabilitasi paru-paru, seperti latihan napas, dapat membantu pasien dengan PPOK. Salah satu intervensi non farmakologi adalah teknik pernapasan dalam dan lambat yang lambat atau biasa disebut *slow deep breathing*.

Slow Deep Breathing yaitu, (bernapas dengan frekuensi kurang dari 10 napas per menit) yang berupaya meningkatkan toleransi terhadap aktivitas bernapas guna mengoptimalkan kemampuan fungsi paru-paru (Rahayu et al., 2022). Tindakan sadar untuk mengontrol pernapasan yang lambat dan dalam dikenal sebagai pernapasan yang lambat dan dalam. Untuk mengurangi gejala PPOK, penderita diajarkan teknik pernapasan yang disebut pernapasan lambat dan dalam atau disebut *slow deep breathing*. Dengan menggunakan diafragma, metode ini memungkinkan tulang rusuk mengembang sepenuhnya dan perut mengembang secara bertahap. Penderita dapat mengatur pernapasannya dengan lebih baik untuk meningkatkan ekspansi dan kontraksi paru-paru dengan melakukan latihan pernapasan dalam dan lambat (Black & Hawks, 2014). Pada penderita PPOK yang terjadi adalah hambatan pada aliran nafas sehingga terjadi penurunan transfer gas akibat emfisema yang disebabkan oleh peradangan dan penyempitan saluran napas perifer hal ini mengakibatkan terjadinya penurunan saturasi oksigen pada pasien PPOK hingga nilai terendah yaitu 85% sehingga *slow deep breathing* ini diharapkan dapat meningkatkan kekuatan otot pernapasan sehingga terjadi peningkatan dan dapat membuka hambatan saluran napas serta meningkatkan kualitas hidup dan saturasi oksigen penderita PPOK.

Dalam pelaksanaan teknik relaksasi *slow deep breathing* pada klien, sebelumnya dilakukan pengkajian pola napas klien sebelum dilakukan teknik relaksasi *slow deep breathing*, kemudian klien akan diatur posisinya dengan duduk atau berbaring, membantu klien meletakkan kedua tangan pasien diletakkan diatas perut, mengajarkan dan menganjurkan melakukan napas secara perlahan dan dalam melalui hidung dan tarik napas serta menahan napas selama tiga detik, dan keluarkan melalui mulut dan hembuskan napas secara perlahan selama enam detik.

Menurut data hasil penelitian oleh (Yunica Astriani et al., 2021) mengenai *pengaruh pemberian deep breathing exercise terhadap saturasi oksigen pada pasien PPOK* didapatkan hasil yang menyatakan saturasi oksigen pada pasien PPOK, rata-rata frekuensi pernafasan pasien adalah 28 kali per menit. Hasil saturasi oksigen sebelum diberikan teknik relaksasi *slow deep breathing* didapatkan hasil terendah saturasi adalah 86%. Sedangkan, setelah diberikan penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* didapatkan hasil saturasi pada klien adalah 97%.

Penelitian lain, yang dilakukan oleh (Mustofa et al., 2022) dengan “*efektifitas slow deep breathing dan deep breathing exercise terhadap saturasi oksigen pada pasien asma*” didapatkan hasil yang menyatakan saturasi oksigen dengan latihan napas tersebut terdapat peningkatan pada responden yang sebelumnya didapatkan hasil saturasi oksigen 95% mengalami peningkatan menjadi 98%.

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Palang Merah Indonesia Kota Bogor dikarenakan jumlah kasus PPOK di rumah sakit ini meningkat yaitu sekitar

sebanyak 24 pasien dirawat dalam 6 bulan terakhir yang menderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* Dalam Meningkatkan Saturasi Oksigen Pada Pasien Dengan PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronis)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk merumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut “ *Bagaimana Penerapan Pemberian Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing Dalam Meningkatkan Saturasi Oksigen (SpO2) Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) ?*”.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Utama

Mahasiswa mampu mengetahui “Penerapan Pemberian Teknik Relaksasi *Slow Deep Breathing* dalam meningkatkan Saturasi Oksigen pada pasien PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronis)”. Berdasarkan, teori dan konsep yang telah dipelajari dengan menyesuaikan pada Standar Operasional Prosedur Keperawatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik pada pasien PPOK yaitu, (Jenis kelamin, kebiasaan merokok, dan lingkungan.)

- b. Diketahui hasil saturasi oksigen sebelum dilakukan teknik relaksasi *slow deep breathing* pada pasien PPOK di Rumah Sakit.
- c. Diketahui hasil saturasi oksigen setelah dilakukan teknik relaksasi *slow deep breathing* pada pasien PPOK di Rumah Sakit.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

Kegiatan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi institusi sebagai bahan masukan, acuan dan rujukan dalam pengembangan ilmu keperawatan, serta berguna untuk bahan tambahan materi yang dapat dimasukkan dalam kurikulum keperawatan medikal bedah.

2. Institusi Pelayanan Kesehatan/Tempat Penelitian.

Kegiatan penelitian ini diharapkan dapat dilakukan oleh perawat atau tenaga kesehatan lainnya di Rumah Sakit. Sehingga, dapat menerapkan pemberian teknik relaksasi *slow deep breathing* pada pasien dengan PPOK (Penyakit Paru Obstruktif Kronis) lainnya dalam mengurangi tanda dan gejala yang terjadi akibat PPOK.

3. Profesi Keperawatan

Kegiatan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai informasi, rujukan, dan menerapkan tentang penerapan teknik relaksasi *slow deep breathing* pada pasien dengan PPOK dalam membantu mengurangi pola napas tidak efektif, dan dapat dijadikan rujukan kepada peneliti selanjutnya yang dapat dilakukan oleh pihak institusi khususnya dalam bidang Keperawatan Medikal Bedah.