

SKRIPSI

**PENGARUH *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP SATURASI
OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF
KRONIK (PPOK) DI RSUD Dr. SOEHADI
PRIJONEGORO SRAGEN**

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan



Oleh :

SRI SULASTRI

NIM : 2024121067

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI, DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2025**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sri Sulastri
Nim : 2024121067
Program Studi : Keperawatan
Fakultas : Sains, Teknologi, Dan Kesehatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul “**PENGARUH PURSED LIPS BREATHING TERHADAP SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI RSUD Dr. SOEHAJI PRIJONEGORO SRAGEN**” adalah benar-benar karya yang saya susun sendiri. Apabila terbukti saya melakukan tindakan menyalin dan atau meniru tulisan karya orang lain, seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, 06 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



Sri Sulastri

NIM : 2024121067

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sri Sulastri

Nim : 2024121067

Program Studi : Keperawatan

Fakultas : Sains, Teknologi, Dan Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non

Eksklusive Royalti Free Right) atas skripsi saya yang berjudul “ PENGARUH PURSED LIPS BREATHING TERHADAP SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI RSUD Dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN”.

Beserta desain atau perangkat (jika ada). Berhak menyimpan, mengalihkan bentuk, mengalih mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (autor) dan pembimbing sebagai co autor atau pencipta dan juga pemilih hak cipta.

Demikian pernyataan yang saya buat dengan sesungguhnya secara sehat sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 06 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



Sri Sulastri

NIM : 2024121067

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PENGARUH *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP SATURASI
OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK
(PPOK) DI RSUD Dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN**

Disusun Oleh :
SRI SULASTRI
NIM. 2024121067

Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Diujikan
Pada Tanggal : 04 Agustus 2025

Pembimbing I

Atik Aryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIDN : 0613018701

Pembimbing II

Anik Suwarni, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIDN : 0607077901

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan

Widiyono, S.Kep., Ns., M. Kep
NIDN: 0602048902

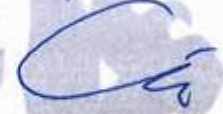
**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**


**PENGARUH *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP SATURASI
OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF
KRONIK (PPOK) DI RSUD Dr. SOEHADI
PRIJONEGORO SRAGEN**

Oleh:
SRI SULASTRI
NIM. 2024121067

Skripsi Ini Telah Diterima dan Disahkan Oleh Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
Pada Tanggal 06 Agustus 2025
Dewan Penguji :


Penguji I Atik Aryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep. : 
NIDN : 0613018701

Penguji II Anik Suwarni, S.Kep.,Ns.,M.Kes : 
NIDN : 0607077901

Penguji III Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep : 
NIDN : 0602048902

Mengetahui,

Ketua
Program Studi Keperawatan


Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN : 0602048902

Dekan Fakultas Sains, Teknologi dan
Kesehatan


Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc.
NIDN. 0614068201

MOTTO

"Pengetahuan adalah kunci kesuksesan yang tak ternilai."

Albert Einstein



PERSEMBAHAN



Buah fikir ini saya persembahkan teruntuk :

1. Bapak dan Ibuku tercinta yang selalu mendoakanku.
2. Suami tercinta yang selalu memberi support dan kasih sayangnya.
3. Anak-anaku tercinta untuk dukungan dan cintanya.
4. Serta teman-teman semua yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT Sang Maha Segalanya, atas seluruh curahan rahmat dan hidayat Nya sehingga penulis mampu menyusun penelitian yang berjudul “Pengaruh *Pursed Lips Breathing* Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen ” ini tepat pada waktunya. Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan. Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu. Dr.Sri Huning Anwariningsih, ST. M.Kom selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan menuntut ilmu di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu. Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos., M.I.Kom selaku Wakil Rektor Bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni, dan Kerjasama (AKAK) Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan belajar di Universitas Sahid Surakarta
3. Ibu Destina Paningrum, SE., MM selaku Wakil Rektor Bidang Sumberdaya, Keuangan, dan Pengembangan (SKP) Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan belajar di Universitas Sahid Surakarta.
4. Bapak Apt. Ahwan, S.Farm.,M.Sc selaku Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan menuntut ilmu di Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
5. Bapak Widiyono, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta dan selaku Penguji Tamu yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan arahan untuk perbaikan skripsi ini.
6. Ibu. Atik Aryani, S.Kep.,Ns.,M.Kep Selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan selama penyusunan penelitian ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

7. Ibu. Anik Suwarni, S.Kep.,Ns.,M.Kes Selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan selama penyusunan penelitian ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
8. Ibu dosen selaku dosen pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan selama menempuh studi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
9. Bapak Ibu dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
10. Teman-teman satu angkatan yang sudah mensuport secara moril sehingga dapat menyelesaikan studi di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
11. Suami tercinta yang telah mensuport baik moril maupun materiil sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan lancar dan mudah-mudahan barokah.
12. Anak-anak tercinta yang telah memberikan suport yang luar biasa sehingga dapat menyelesaikan studi dengan lancar.
13. Teman-teman Ruang sakura yang selalu bahagia.

Sebagai manusia biasa Penulis menyadari penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan kemampuan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh Penulis. Oleh karenanya atas kesalahan dan kekurangan dalam penulisan skripsi ini, Penulis memohon maaf dan bersedia menerima kritikan yang membangun. Terakhir, harapan Penulis, semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Sragen, Agustus 2025

Sri Sulastri

DAFTAR ISI

ORISINALITAS KARYA ILMIAH	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan	5
E. Keaslian Penelitian	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Teori.....	10
B. Kerangka Teori.....	38
C. Kerangka Konsep	39
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Desain Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi, Sampel dan Tehnik Sampling.....	40
D. Variabel Penelitian	42

E.	Definisi Operasional	43
F.	Instrumen Penelitian	43
G.	Uji Validitas dan Reliabilitas	44
H.	Metode Pengumpulan Data	44
I.	Metode Pengolahan dan Analisa Data	45
J.	Jalannya Penelitian	45
K.	Etika Penelitian.....	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		53
A.	Gambaran Umum Tempat Penelitian	53
B.	Hasil Penelitian.....	54
C.	Pembahasan.....	61
D.	Keterbatasan Penelitian.....	67
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		66
A.	Simpulan	66
B.	Saran	66
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian penelitian	7
Tabel 3.1	Definisi Operasional	36
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	53
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Saturasi Oksigen Responden Sebelum dan sesudah dibeikan Perlakuan PLB	54
Tabel 4.3	Tabel uji Normalitas.....	55
Tabel 4.7	Tabel Analisa Bivariat <i>Test</i>	56



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Cara Melakukan PLB	36
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	37
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	38
Gambar 3.1 Desain Penelitian	38

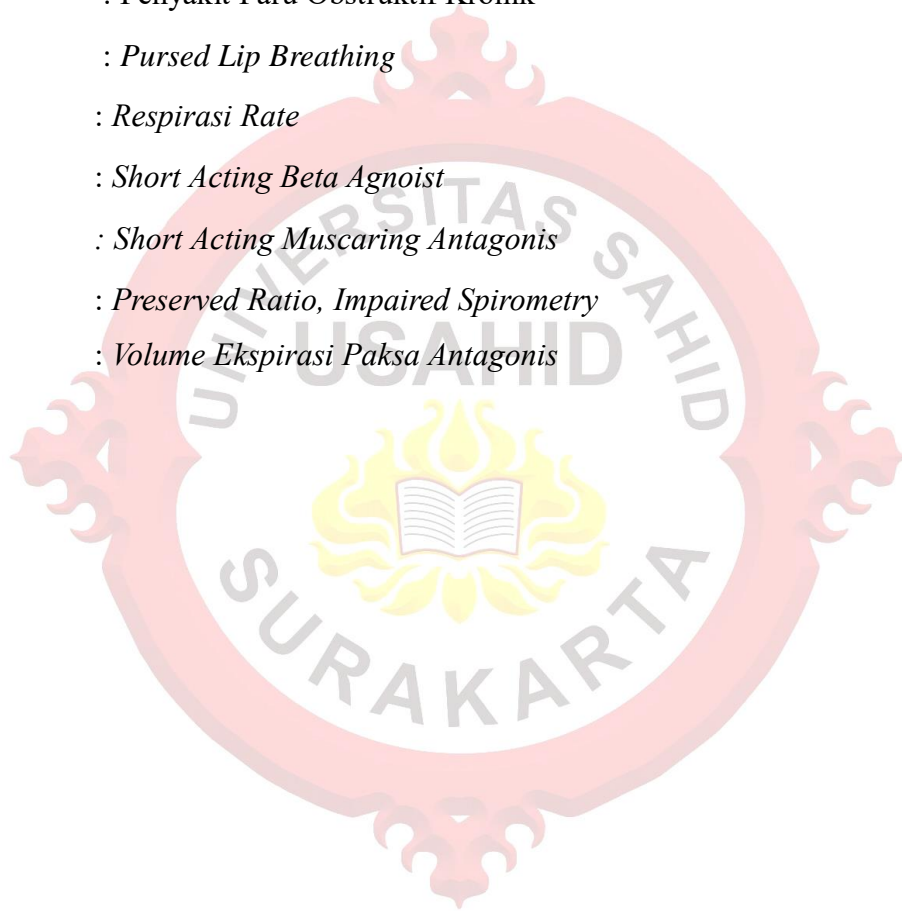


DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian.
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.
- Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur (SOP) *Terapi Pursed Lips Breathing*.
- Lampiran 4 Pengukuran Saturasi Oksigen pada Pasien PPOK.
- Lampiran 5 Lembar Karakteristik Demografi Responden.
- Lampiran 6 Lembar Penilaian Saturasi Oksigen Pasien PPOK.
- Lampiran 7 Rekapitulasi Data Penilaian Saturasi Oksigen Pasien PPOK.
- Lampiran 8 Out Put SPSS Uji Normalitas
- Lampiran 9 Out Put SPSS Analisa Bivariat.
- Lampiran 10 Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian.
- Lampiran 11 Surat Pengantar Ijin Studi Pendahuluan.
- Lampiran 12 Surat Ijin Studi Pendahuluan.
- Lampiran 13 Surat Pengantar Penelitian.
- Lampiran 14 Surat Ijin Penelitian.
- Lampiran 15 Surat Pengantar *Etical Clearance* (EC).
- Lampiran 16 Sertifikat Kelayakan Etik.
- Lampiran 17 Bukti Uji Kalibrasi Alat
- Lampiran 18. Ceklist Pengawas Penelitian di Lahan
- Lampiran 19. Lembar Konsultasi

DAFTAR SINGKATAN

ICS	: <i>Cortikosteroid Inhalasi</i>
GOLD	: <i>Global Initiatives for Chronic Obstructive Lung Disease</i>
LABA	: <i>Long Acting Beta – 2 Agonist</i>
PPOK	: Penyakit Paru Obstruktif Kronik
PLB	: <i>Pursed Lip Breathing</i>
RR	: <i>Respirasi Rate</i>
SABA	: <i>Short Acting Beta Agnoist</i>
SAMA	: <i>Short Acting Muscaring Antagonis</i>
PRISm	: <i>Preserved Ratio, Impaired Spirometry</i>
VEP	: <i>Volume Ekspirasi Paksa Antagonis</i>



INTISARI

PENGARUH *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DI RSUD Dr. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

Sri Sulastri¹, Atik Aryani², Anik Suwarni³
Email : Sulastri.sakura@gmail.com

Latar Belakang : Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah kondisi paru *heterogen* yang ditandai dengan gejala pernapasan kronis (*dispnea*, batuk, produksi sputum, *eksaserbasi*) akibat kelainan saluran napas (*bronkitis*, *bronkiolitis*) atau *emfisema* yang menyebabkan obstruksi aliran udara yang persisten dan sering. PPOK menyebabkan Kematian sebanyak 3,23 Juta Jiwa. Tahun 2024 pasien dengan kasus PPOK di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen sebanyak 135 pasien. Salah satu penatalaksanaan PPOK yaitu dengan cara latihan dan rehabilitasi paru berupa latihan *pursed lip breathing* (PLB). PLB adalah latihan pernapasan yang bertujuan untuk mengatur pola napas, membuatnya lebih efisien, dan mengurangi sesak napas.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh (PLB) Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien PPOK di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah Pre Eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pre test-post test design*. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling* dengan jumlah sampel 35 responden. Analisa data menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil: Hasil Penelitian sebelum diberikan perlakuan responden memiliki saturasi oksigen dalam kategori tidak normal, setelah diberikan perlakuan sebanyak 31 (88,57 %) dalam kategori normal, hanya 4 (11,43%) responden dalam kategori tidak normal. Hasil uji bivariat dapatkan nilai p Value 0,001 (< 0,05) maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh *Pursed Lips Breathing* Terhadap Saturasi Oksigen

Kesimpulan: Terdapat Pengaruh *Pursed Lips Breathing* Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Kata Kunci: Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), *pursed lip breathing* (PLB), Saturasi Oksigen

-
1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
 2. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
 3. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE EFFECT OF PURSED LIPS BREATHING ON OXYGEN SATURATION IN CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE (COPD) PATIENTS AT RSUD DR. SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN

Sri Sulastris¹, Atik Aryani², Anik Suwarni³
Email : Sulastrisakura@gmail.com

Background: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a heterogeneous lung condition characterized by chronic respiratory symptoms (dyspnea, cough, sputum production, exacerbations) due to airway abnormalities (bronchitis, bronchiolitis) or emphysema that cause persistent and frequent airflow obstruction. COPD causes 3.23 million deaths. In 2024, there were 135 patients with COPD at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. One method of managing COPD is through pulmonary exercise and rehabilitation, specifically pursed lip breathing (PLB). PLB is a breathing exercise that aims to regulate breathing patterns, make them more efficient, and reduce shortness of breath.

Objective: This study aims to analyze the effect of PLB on oxygen saturation in COPD patients at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Method: This study was a pre-experimental study. The research design used a one-group pre-test-post-test design. The sampling technique used purposive sampling with a sample size of 35 respondents. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results: Before treatment, respondents had abnormal oxygen saturation. After treatment, 31 (88.57%) respondents were in the normal category, and only 4 (11.43%) respondents were in the abnormal category. The bivariate test results obtained a p-value of 0.001 (<0.05), thus concluding that pursed-lip breathing affects oxygen saturation.

Conclusion: Pursed-lip breathing has an effect on oxygen saturation in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) at RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.

Keywords: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD), Pursed-Lip Breathing (PLB), Oxygen Saturation

-
1. Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
 2. Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
 3. Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University

