

**EFEKTIFITAS NAFAS DALAM UNTUK MENINGKATKAN ARUS
PUNCAK EKSPIRASI (APE) PADA PASIEN PENYAKIT PARU
OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK)**

TESIS

Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat Magister Keperawatan Universitas
Muhammadiyah Yogyakarta



Oleh :

Endrian Mulyady Justitia Waluyo

20131050002

**PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN
PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2015

ABSTRAK

Latar belakang: *Global Initiative for chronic obstructive Lung Disease (GOLD)* memperkirakan PPOK sebagai penyebab kematian ke-6 pada tahun 1990 dan akan meningkat menjadi penyebab ke-3 pada tahun 2020 di seluruh dunia. PPOK mengakibatkan penderita mendapatkan gangguan sistem pernafasan ini dapat dibuktikan dengan penurunan arus puncak ekspirasi (APE), dan menyebabkan gangguan fungsi pernafasan jadi latihan nafas dalam akan sangat membantu untuk meningkatkan arus puncak ekspirasi.

Tujuan penelitian: Penelitian mencari tahu efektifitas latihan nafas dalam untuk meningkatkan APE pada pasien PPOK.

Metode: penelitian menggunakan *quasi experiment* dengan dua grup *pre* dan *post*. Responden Penelitian ini pasien PPOK sebanyak 50 orang di poli klinik RSUD Kabupaten Ciamis dari April sampai dengan Mei 2015 dan diacak secara sederhana. Peneliti menggunakan data utama dari pengukuran *peaks flow meter* untuk mengukur APE. Uji statistik menggunakan *paired T test* dan *independent T test*.

Hasil: *Paired T test* dengan α 95% menjelaskan nafas dalam efektif dalam meningkatkan arus puncak ekspirasi (APE) pada kelompok intervensi *p value* $0,000 < 0,05$. *Independent sample T test* dengan α 95% menjelaskan tidak ada perbedaan yang signifikan perubahan APE pada klien PPOK setelah dilakukan terapi modalitas latihan nafas pada kelompok kontrol dengan kelompok perlakuan *p value* $0,371 > 0,05$.

Kesimpulan: pada penelitian ini latihan nafas dalam penting dalam rehabilitasi pasien dengan PPOK untuk meningkatkan APE tetapi nafas dalam pada perlakuan tidak lebih baik dengan kontrol.

Kata Kunci: PPOK, APE, Nafas Dalam