

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik pernapasan PLB berpengaruh positif terhadap peningkatan saturasi oksigen pada pasien dengan PPOK di IGD RSUD Umar Wirahadikusumah Sumedang. Setelah intervensi PLB selama 5–10 menit dengan posisi semi-Fowler, keempat pasien mengalami peningkatan saturasi oksigen, menunjukkan efektivitas teknik ini dalam membantu pernapasan pasien PPOK.

Sebelum intervensi, dua pasien menunjukkan nilai saturasi oksigen <90%, yang menandakan kondisi hipoksemia sedang hingga berat. Setelah intervensi, nilai saturasi oksigen meningkat secara signifikan mendekati atau mencapai nilai normal ($\geq 95\%$). Teknik PLB terbukti efektif dalam memperbaiki ventilasi alveolar, meningkatkan efisiensi pernapasan, dan mempertahankan tekanan positif di jalan napas kecil, sehingga mencegah kolaps alveoli dan mengurangi udara terperangkap dalam paru-paru.

Selain hasil kuantitatif, proses pelaksanaan intervensi ini dilakukan dengan pendekatan edukatif dan praktik langsung, di mana pasien diberikan instruksi dan pendampingan oleh perawat. Hal ini mendukung prinsip *Evidence-Based Nursing Practice*, karena intervensi yang diberikan telah memiliki dasar teori dan bukti ilmiah dari penelitian sebelumnya. Teknik ini tidak hanya menunjukkan hasil yang bermakna secara klinis, tetapi juga mudah diaplikasikan, tidak memerlukan alat tambahan, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dengan pendampingan edukasi.

Dengan demikian, teknik *Pursed Lip Breathing* dapat disimpulkan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif, sederhana, dan efisien untuk mengatasi gangguan pertukaran gas serta meningkatkan saturasi oksigen pada pasien PPOK di IGD. Keberhasilan intervensi ini menunjukkan urgensi untuk mengintegrasikan PLB dalam praktik keperawatan gawat darurat dan sebagai bagian dari Standar Operasional Prosedur (SOP) penanganan PPOK.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Disarankan untuk memasukkan teknik *Pursed Lip Breathing* ke dalam materi ajar praktik klinik dan laboratorium keterampilan sebagai bagian dari penanganan nonfarmakologis gangguan pernapasan, guna memperkaya kompetensi calon perawat dalam penanganan pasien PPOK.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat melakukan penelitian lanjutan dengan desain kuasi-eksperimen atau RCT, sampel yang lebih besar, serta frekuensi intervensi yang lebih banyak dan berkelanjutan untuk mengevaluasi efektivitas jangka panjang dari PLB, termasuk pengaruhnya terhadap kualitas hidup, frekuensi napas, dan tingkat sesak pasien.

5.2.3 Bagi Rumah Sakit dan Unit IGD

Disarankan untuk menyusun dan mengimplementasikan SOP yang mencantumkan PLB sebagai intervensi standar pada pasien PPOK yang datang ke IGD dengan saturasi oksigen rendah. Rumah sakit juga diharapkan memberikan pelatihan rutin kepada tenaga keperawatan mengenai teknik ini.

5.2.4 Bagi Tenaga Perawat

Perawat diharapkan aktif menggunakan PLB sebagai intervensi awal pada pasien PPOK dengan gangguan pernapasan. Teknik ini dapat menjadi solusi cepat, aman, dan efektif dalam menangani sesak napas serta mencegah deteriorasi kondisi pasien di IGD.

5.2.5 Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien PPOK dan keluarganya disarankan untuk menerapkan PLB secara mandiri di rumah, minimal tiga kali sehari, sebagai bagian dari perawatan berkelanjutan. Edukasi dan pelatihan singkat dari tenaga kesehatan sangat penting agar teknik ini dilakukan secara benar dan memberikan hasil optimal.