

**PENERAPAN POSISI TRIPOD DAN *PURSED LIPS BREATHING*  
*EXERCISE* TERHADAP FREKUENSI PERNAPASAN DAN  
SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN PPOK di RUANG  
KENANGA RSUD dr. HARYOTO LUMAJANG**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



**Oleh :  
Riska Amalia  
NIM. 24101018**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENERAPAN POSISI TRIPOD DAN *PURSED LIPS BREATHING EXERCISE*  
TERHADAP FREKUENSI PERNAPASAN DAN SATURASI OKSIGEN  
PADA PASIEN PPOK DI RUANG KENANGA  
RSUD dr. HARYOTO LUMAJANG**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Disusun Oleh:  
Riska Amalia, S.Kep  
24101018**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 10 Bulan April Tahun 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

**DEWAN PENGUJI**

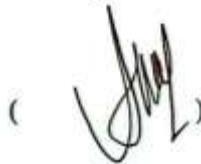
Penguji 1 : (Andi Eka Pranata, S,ST, S.Kep., Ns., M.Kes)  
NIDN. 0722098602

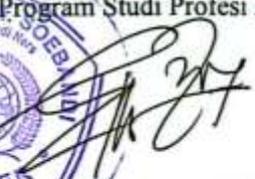
(  )

Penguji 2 : (Ns. Yuni Puspita Dewi, S.Kep.)  
NIK. 19810612 200604 2 023

(  )

Penguji 3 : (Anita Fatarona, S.Kep., Ns., M.Kep)  
NIDN. 0716088702

(  )

Ketua Program Studi Profesi Ners,  
  
  
**Emi-Eliva Astatik, S. Kep., Ns., M. Kep**  
NIDN. 0720028703

## ABSTRAK

### PENERAPAN POSISI TRIPOD DAN *PURSED LIPS BREATHING EXERCISE* TERHADAP FREKUENSI PERNAPASAN DAN SATURASI OKSIGEN PADA PASIEN PPOK di RUANG KENANGA RSUD dr. HARYOTO LUMAJANG

Riska Amalia\*, Anita Fatarona\*\*

Program Studi Profesi Ners, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, email: [info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)

\*Korespondensi Penulis : [riskamalia.el@gmail.com](mailto:riskamalia.el@gmail.com)

\*\*Korespondensi Penulis: [nsanita21@uds.ac.id](mailto:nsanita21@uds.ac.id)

Received:

Accepted:

Published:

---

#### Abstrak:

**Latar Belakang:** Pasien dengan penyakit PPOK sering kali ditandai dengan obstruksi atau sumbatan akibat adanya peradangan paru yang berkembang dalam waktu yang panjang, hal ini mengakibatkan hilangnya kelenturan paru, saluran pernapasan juga akan menjadi bengkak dan sempit ditambah dengan terhalangnya aliran udara di paru oleh lendir, sehingga mengakibatkan pasien sulit bernafas. Penatalaksanaan penderita PPOK bermanfaat dalam meminimalkan sesak nafas, menunda terbentuknya eksaserbasi yang berulang-ulang, menghindari penyusutan fungsi paru-paru. Salah satu bentuk intervensi mandiri keperawatan yang dapat diberikan pada pasien PPOK dengan cara melakukan latihan pernafasan *pursed lips breathing exercise* dan posisi tripod.

**Tujuan:** Untuk menganalisis implementasi terapi posisi tripod dan *pursed lips breathing exercise* untuk mengatasi frekuensi pernapasan dan saturasi oksigen abnormal pada pasien PPOK. **Metode:** Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif dengan metode studi kasus, dengan cara melakukan observasi pada pasien dengan sesak nafas yang diberikan intervensi *pursed lips breathing exercise* dan posisi tripod selama 3 kali pertemuan. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan terapi *pursed lips breathing exercise* dan posisi tripod saturasi oksigen dan pernafasan pasien menunjukkan perubahan pernafasan pasien membaik. **Diskusi :** Latihan pernafasan dan pemberian posisi yang efektif dalam membantu mengatasi sesak nafas adalah *pursed lips breathing* (PLB) dan posisi tripod. *Pursed lips breathing* latihan pernapasan yang menekankan pada proses ekspirasi yang dilakukan secara tenang dan rileks dengan tujuan untuk mempermudah proses pengeluaran udara yang terjebak oleh saluran napas. Posisi tripod atau posisi condong ke depan akan meningkatkan otot diafragma dan otot interkosta eksternal pada posisi kurang lebih 45 derajat sehingga akan mempermudah keluar masuknya udara.

**Kata Kunci :** PPOK; *Pursed Lips Breathing*; Posisi Tripod

\*Peneliti

\*\*Pembimbing