

LAMPIRAN

 Kemenkes Poltekkes Malang	STANDAR OPERASIONAL PEROSSEDUR TEKNIK <i>PURSED LIPS BREATHING</i>
Pengertian	<i>Pursed Lips Breathing</i> merupakan latihan pernafasan yang dilakukan dengan cara menghirup udara melalui hidung dan mengeluarkan udara dengan posisi bibir saling berdekatan (mengerucut) dan masa ekspirasi yang lebih lama.
Tujuan dan Manfaat	Meningkatkan efisiensi pernapasan, mengurangi sesak napas, dan meningkatkan saturasi oksigen
Indikasi	a. Pasien mengalami napas pendek disertai dengan sakit pada dada dapat menjadi tanda serius terhadap kondisi medis tertentu b. Sesak napas, hipoksia ringan (saturasi oksigen 91-95%) dan peningkatan frekuensi napas (> 22x/menit)
Kontraindikasi	a. Pneumotoraks, b. Hemoptisis/perdarahan, gangguan sistem kardiovaskuler seperti (hipotensi, hipertensi berat, infark miokard akut dan aritmia), c. Edema, d. Efusi Pleura, e. Pembedahan Intrakranial, f. Pasien Merokok, g. Minum Beralkohol, h. Pasien dengan penurunan kesadaran.
Alat dan Bahan	Tidak ada alat khusus yang dibutuhkan
Prosedur	A. Tahap Pra Interaksi 1. Verifikasi data pasien 2. Mempersiapkan alat yang digunakan B. Tahap Orientasi 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan 4. Melakukan kontrak waktu (15 menit) C. Tahap Kerja 1. Mengatur posisi pasien dengan duduk ditempat tidur atau kursi 2. Menginstruksikan pasien untuk rileks dengan melemaskan otot-otot leher dan bahu 3. Meletakkan satu tangan pasien di abdomen (tepat dibawah processus xiphoideus) dan tangan lainnya ditengah dada untuk merasakan gerakan dada dan abdomen saat bernafas

	4. Menarik nafas dalam melalui hidung selama 4 detik sampai dada dan abdomen terasa terangkat maksimal lalu jaga mulut tetap tertutup selama inspirasi dan tahan nafas selama 3 detik 5. Hembuskan nafas melalui bibir yang dirapatkan dan sedikit terbuka sambil mengkontraksikan otot – otot abdomen selama 4 detik 6. Menginstruksikan pasien untuk melakukan <i>Pursed Lips Breathing</i> selama 10 menit, tiap siklus sebanyak 6 kali pernapasan dengan jeda antar siklus 2 detik, kemudian mengevaluasi kondisi responden setelah dilakukan intervensi D. Tahap Terminasi 1. Melakukan evaluasi tindakan 2. Melakukan pencatatan pada dokumentasi tindakan
Referensi	Kartika Dalimunthe, W. (2020). Pengaruh Latihan Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan Respiratory Rate Pasien Pneumonia di RSUD KOTA PADANG SIDIMPUAN Tahun 2020. Kurniawan, D. B., Milawati, S., & Ernawati, N. (2022). Efektifitas penerapan pursed lips breathing exercise terhadap nilai saturasi oksigen pada pasien di Ruang Bedah Rumah Sakit Lavalette Effectiveness of application of pursed lip breathing exercise on oxygen saturation value in patients in Lavalette Hospita. <i>Jurnal Keperawatan Terapan (e-Journal)</i>, 8(01), 2442–6873. Rahmi, U., Susanto, H., Krzyż, E. Z., & Widiyaningsih, W. (2022). Effect of Pursed lip Breathing Exercise to Reduce Dyspnea in Patient with Asthma Bronchial: Case Study. <i>JURNAL PENDIDIKAN KEPERAWATAN INDONESIA</i>, 8(2), 113–118. Roberts, S. E., Schreuder, F. M., Watson, T., & Stern, M. (2017). Do COPD Patients Taught Pursed Lips Breathing (PLB) for Dyspnoea Management Continue to Use the Technique Long-Term? A Mixed Methodological Study. In <i>Physiotherapy</i>. https://doi.org/10.1016/j.physio.2016.05.006 Widya Febyastuti, I., Widyaningtyas, N. H., & Zakaria, E. D. (2024). Studi Kasus: Penerapan Pursed Lip Breathing dan Diaphragmatic Breathing Exercise pada Pasien Congestive Heart Failure dengan Sesak Napas di Instalasi Gawat Darurat. <i>Holistic Nursing and Health Science</i>, 6(2), 87–96. Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2017). <i>Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah</i>. Brunner & Suddarth, edisi 8. EGC.

 Kemenkes Poltekkes Malang	STANDAR OPERASIONAL PEROSSEDUR BATUK EFEKTIF
Pengertian	Teknik batuk efektif merupakan metode batuk yang menggunakan energi seefektif mungkin sehingga tidak mudah lelah dalam pengeluaran dahak secara maksimal
Tujuan dan Manfaat	Untuk meningkatkan efektivitas batuk sebagai metode pembersihan jalan napas, yang pada gilirannya dapat membantu meningkatkan kesehatan pernapasan pasien.
Indikasi	a. Adanya sputum atau sekret pada jalan pernapasan b. Pasien paska pembedahan dengan general anestesi c. Klien dengan keterbatasan bergerak (imobilisasi)
Kontraindikasi	a. Gangguan kardiovaskuler (hipertensi, aneurisma, gagal jantung, infark miokard) b. Terdapat gejala Tekanan Tinggi Intrakranial (TIK) c. Gangguan fungsi otak d. Emphysema
Alat dan Bahan	a. Perlak/handuk/alas b. Penampung dahak c. Tissue d. Masker. e. Handscoon f. Air hangat.
Prosedur	A. Tahap Pra Interaksi 1. Verifikasi data pasien 2. Mempersiapkan alat yang digunakan B. Tahap Orientasi 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan 4. Melakukan kontrak waktu (15 menit) C. Tahap Kerja 1. Menganjurkan pasien minum air hangat terlebih dahulu 30 menit sebelum tindakan. 2. Mengatur pasien duduk di kursi atau tempat tidur dengan posisi tegak atau semi fowler. 3. Memasang perlak/pengalas dan bengkak di pangkuan pasien. 4. Meminta pasien meletakkan satu tangan di dada dan satu tangan di abdomen. 5. Melatih pasien menarik nafas dalam menahannya selama 3 detik, kemudian menghembuskan nafas secara perlahan.

	6. Meminta pasien untuk mengulangi kegiatan diatas sebanyak 3 kali. 7. Meminta pasien melakukan batuk dengan kuat langsung setelah tarikan nafas ke 3. 8. Keluarkan sputum dan buang pada tempat yang tersedia 9. Menutup pot penampung sputum 10. Bersihkan mulut dengan tissue. 11. Merapikan pasien E. Tahap Terminasi 1. Membersihkan dan menyimpan kembali peralatan pada tempatnya 2. Melakukan evaluasi tindakan 3. Melakukan pencatatan pada dokumentasi tindakan
Referensi	Fauziyah, I., Fajriyah, N. N., & Faradisi, F. (2021). Literature Review: Pengaruh Batuk Efektif Untuk Pengeluaran Sputum Pada Pasien Tuberculosis. <i>Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, 1</i>, 1516–1523. Nursiswati, N., Nurrofikoh, M., Winastuti, D., Rahmawati, L., & Kurniawan, T. (2023). Edukasi Teknik Pursed Lip Breathing dan Batuk Efektif pada Keluarga Pasien PPOK. <i>Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)</i>, 6(8), 3084–3098. Oktaviani, S. D., Sumarni, T., & Supriyanto, T. (2023). Studi Kasus Implementasi Batuk Efektif pada Pasien dengan Tuberkulosis Paru. <i>Jurnal Penelitian Perawat Profesional</i>, 5(2), 875–880. Hotma, R., & Fathudin, Y. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Tn. U Dengan Gangguan Bersihan Jalan Napas Akibat Bronkopneumonia di Ruang Flamboyan RSUD Kota Bandung, 1-70.



**LEMBAR BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES
KEMENKES MALANG**

Nama Mahasiswa : Dewi Primaningsih

NIM : P17212235094

Nama Pembimbing : Supono, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. KMB

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1	3 November 2024	Konsultasi judul		
2	8 November 2024	Konsultasi judul Menambahkan novelty judul		
3	9 Januari 2025	Konsultasi judul baru dan revisi judul		
4	20 Januari 2025	Konsultasi BAB 1 dan melanjutkan sampai BAB 5		
5	14 Februari 2025	Konsultasi BAB 1 – BAB 5		
6	20 Februari 2025	ACC ujian KIAN Melengkapi abstrak, lembar persetujuan, lampiran		
7	3 Maret 2025	Konsultasi hasil revisi ujian KIAN		
8	4 Maret 2025	ACC KIAN		

Malang, Maret 2025

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners

(Joko Wiyono, S.Kep.,M.Kep.,S.Kom)
NIP. 196905111992031004

Pembimbing KIAN

(Supono, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. KMB)
NIP. 196512101986031004