

Pengaruh Latihan Nafas Dalam Terhadap Kapasitas Vital Paru Pasien Post Covid 19. = The Effect of Deep Breathing Exercises on The Vital Capacity of The Lung of Post Covid 19 Patients

Vika Endria, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20520386&lokasi=lokal>

Abstrak

Gangguan respirasi yang berkepanjangan menjadi permasalahan baru yang muncul bagi pasien yang telah dinyatakan sembuh dari infeksi Covid 19. Gejala terjadi karena terganggunya compliance paru akibat proses infeksi yang berdampak pada penurunan kapasitas vital paru. Kondisi tersebut dapat dicegah melalui latihan nafas dalam. Latihan nafas dalam bertujuan meningkatkan kemampuan otot-otot pernafasan yang berguna untuk meningkatkan compliance paru, meningkatkan fungsi ventilasi, recovery pasca infeksi, memperbaiki oksigenisasi dan meningkatkan efisiensi batuk. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengidentifikasi pengaruh latihan nafas dalam terhadap kapasitas vital paru pada pasien post Covid 19. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 responden yang dibagi menjadi 20 responden kelompok intervensi dan 20 responden kelompok kontrol. Metode penelitian ini adalah quasi eksperimen pre dan post test nonequivalent control group. Kelompok intervensi diberikan perlakuan latihan nafas dalam dan kelompok kontrol diberikan perlakuan standar dari rumah sakit Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh latihan nafas dalam terhadap kapasitas vital paru ($p = 0.000$) dan terdapat perbedaan yang bermakna nilai kapasitas vital paru antara kelompok intervensi dan kontrol ($p = 0.008$). Kesimpulan penelitian ini bahwa latihan nafas dalam yang dilakukan tiga hari dengan durasi 45 menit selama dua minggu memiliki pengaruh terhadap perbaikan kapasitas vital paru pasien post Covid 19, sehingga intervensi ini dapat menjadi advance nursing intervention dan sebagai rekomendasi self management untuk memperbaiki fungsi paru pasca infeksi dan mengurangi masalah gejala berkepanjangan yang dialami pasien post Covid 19.

.....Prolonged respiratory disorders are a new problem that arises for patients who have been declared cured of Covid 19 infection. Symptoms occur due to disruption of lung compliance due to the infection process which results in a decrease in vital lung capacity. This condition can be prevented through deep breathing exercises. Deep breathing exercises aim to improve the ability of the respiratory muscles to increase lung compliance, improve ventilation function, post-infection recovery, improve oxygenation and increase cough efficiency. The purpose of this study was to identify the effect of deep breathing exercises on vital lung capacity in post-Covid 19 patients. The sample in this study was 40 respondents who were divided into 20 respondents in the intervention group and 20 respondents in the control group. This research method is a quasi-experimental pre and post test non-equivalent control group. The intervention group was treated with deep breathing exercises and the control group was given standard treatment from the hospital. The results showed that there was an effect of deep breathing exercises on vital lung capacity ($p = 0.000$) and there was a significant difference in the value of vital lung capacity between the intervention and control groups ($p = 0.008$). The conclusion of this study is that deep breathing exercises carried out for three days with a duration of 45 minutes for two weeks have an effect on improving the vital lung capacity of post-Covid 19 patients, so this intervention can be an advance nursing intervention and as a recommendation for self-management to improve lung function after infection and reduce the problem of prolonged symptoms by post-Covid 19 patients.