

# Efektivitas Kombinasi Active Cycle of Breathing Technique (ACBT) dan Progressive Muscle Relaxation (PMR) terhadap Dispnea dan Kecemasan Pasien PPOK di Ruang Rawat Inap Paru = "The Effectiveness of the Combination of Active Cycle of Breathing Technique (ACBT) and Progressive Muscle Relaxation (PMR) on Dyspnea and Anxiety of COPD in Pulmonary Care Unit"

Rahmi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920528185&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Pendahuluan Penyakit paru obstruktif kronik merupakan penyakit pernapasan dengan kontribusi signifikan terhadap morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. PPOK mempengaruhi kapasitas latihan dan status kesehatan pasien dari aspek fisik, sosial, dan psikologis. Kecemasan dan dispnea merupakan dua gejala utama pasien penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) yang berpengaruh pada kualitas hidup. Untuk itu perlu intervensi yang dapat mengurangi kedua gejala ini. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi efektivitas kombinasi ACBT dan PMR terhadap dispnea dan kecemasan pasien PPOK di ruang rawat inap Paru. Metode Penelitian ini menggunakan design penelitian quasi eksperimen dengan pretest posttest tanpa kelompok kontrol. Jumlah sampel sebanyak 44 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil Terdapat perbedaan selisih pretest-posttest skor dispnea dan kecemasan pada kelompok kombinasi dan kelompok ACBT, dibuktikan dengan nilai selisih pretest-posttest untuk dispnea pada kelompok kombinasi 2 dan 1 pada kelompok ACBT ( $p$  value 0,03), sedangkan untuk kecemasan pada kelompok kombinasi 3 dan 2 pada kelompok ACBT ( $p$  value 0,000). Sehingga dapat disimpulkan latihan kombinasi ACBT dan PMR lebih efektif dibanding ACBT dalam menurunkan skor dispnea dan kecemasan pada pasien PPOK ( $p$  value  $< 0,05$ ).

Kesimpulan Terapi kombinasi ACBT dan PMR maupun ACBT saja efektif menurunkan dispnea dan kecemasan pada pasien PPOK. Akan tetapi kombinasi ACBT dan PMR lebih efektif menurunkan dispnea dan kecemasan.

.....Introduction Chronic obstructive pulmonary disease is a disease with a significant contribution to morbidity and mortality worldwide. COPD affects the patient's exercise capacity and health status from physical, social, and psychological aspects. Anxiety and dyspnea are the two main symptoms in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) that affect quality of life. For this reason, interventions are needed that can reduce these two symptoms. This study aims to identify the effectiveness of the combination of ACBT and PMR on dyspnea and anxiety in COPD patients in the pulmonary care unit. Methods This study used a quasi-experimental research design with a pretest posttest without a control group. The number of samples is 44 respondents who meet the inclusion and exclusion criteria. Results There were differences in pretest-posttest differences in dyspnea and anxiety scores in the combination group and the ACBT group, as evidenced by the pretest-posttest difference values for dyspnea in combination groups 2 and 1 in the ACBT group ( $p$  value 0.03), while for anxiety in the combination group 3 and 2 in the ACBT group ( $p$  value 0.000). So it can be concluded that the combination of ACBT and PMR exercises is more effective than ACBT in reducing dyspnea and anxiety scores in COPD patients ( $p$  value  $<0.05$ ).

Conclusion Combination therapy of ACBT and PMR as well as ACBT is effective in reducing dyspnea and anxiety in COPD patients. However, the combination of ACBT and PMR is more effective in reducing dyspnea and anxiety.