

Analisis Asuhan Keperawatan Dasar pada Pasien PPOK Melalui Penerapan Pranayama: Alternate Nostril Breathing untuk Mengatasi Pola Napas Tidak Efektif = Analysis of Basic Nursing Care in COPD Patients Through the Application of Pranayama: Alternate Nostril Breathing to Overcome Ineffective Breathing Patterns

Putri Amelia Sari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920564136&lokasi=lokal>

Abstrak

Pola napas tidak efektif adalah salah satu masalah keperawatan yang umum didapatkan pada pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK). Terhambatnya otot inspirasi akan menurunkan ekspansi dada, menimbulkan gejala dispnea pada pasien. Yoga pranayama melibatkan lubang hidung, saluran pernapasan, diafragma, dan paru paru secara aktif. Pola ritme alternate nostril breathing memberikan dukungan ventilasi kepada pasien dengan memperkuat sistem pernapasan. Analisis dilakukan pada tiga pasien dengan kategori usia dewasa hingga lansia yang mengalami PPOK dengan keluhan utama sesak napas. Intervensi pranayama: alternate nostril breathing dilakukan selama tiga hari dengan frekuensi latihan dua kali per hari. Evaluasi status pernapasan dan instrumen SGRQ dilakukan untuk mengecek efektifitas alternate nostril breathing dalam memberikan dukungan ventilasi terhadap pola napas tidak efektif. Hasil menunjukkan penurunan frekuensi napas yang signifikan dan penurunan skor total SGRQ hingga mencapai 13.54% dari skor awal. Berdasar dari hasil penelitian, alternate nostril breathing berhak dilakukan sebagai modalitas terapi tambahan pada pasien dengan pola napas tidak efektif. Kata kunci : Alternate nostril breathing, PPOK, Pola Napas Tidak Efektif, Pranayama.

.....Ineffective breathing pattern is one of the common cough problems in patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Inhibition of muscle inspiration will reduce chest expansion, causing symptoms of dyspnea in patients. Yoga pranayama actively involves the nostrils, airways, diaphragm, and lungs. The rhythmic pattern of alternating nostril breathing provides ventilation support to patients by strengthening the respiratory system. The analysis was conducted on three patients with the age category of adults to the elderly who had COPD with the main complaint of shortness of breath. Pranayama intervention: alternating nostril breathing was carried out for three days with a frequency of exercise twice a day. Evaluation of respiratory status and SGRQ instruments were carried out to examine the effectiveness of alternate nostril breathing in providing ventilation support for ineffective breathing patterns. The results showed a significant decrease in respiratory frequency and a decrease in the total SGRQ score of up to 13.54% from the initial score. Based on the results of the study, alternate nostril breathing can be carried out as an additional therapeutic modality in patients with ineffective breathing patterns. Keywords: Alternate nostril breathing, COPD, Ineffective Breathing Pattern, Pranayama.