

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Skripsi, Juni 2024

Eliza Putri
20301116

Pengaruh *Breathing Exercise* Pranayama Terhadap *Dispnea* Dan Saturasi Oksigen
Pada Pasien PPOK Di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau

Xiv + 67 Halaman + 2 Skema + 11 Tabel + 8 Gambar + 15 Lampiran

ABSTRAK

Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia. Pasien PPOK umumnya mengalami *dispnea* yang akan menyebabkan penurunan nilai saturasi oksigen. *Breathing exercise* pranayama adalah salah satu terapi non-farmakologis yang dapat diberikan pada pasien PPOK yang mengalami *dispnea* dan penurunan saturasi oksigen. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *breathing exercise* pranayama terhadap *dispnea* dan saturasi oksigen pada pasien PPOK di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Desain penelitian ini menggunakan *quasy experiment* dengan pendekatan *pre-test* dan *post-test control group design*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 19 responden pada masing-masing kelompok. Instrumen yang digunakan berupa Skala BORG dan *Pulse Oximetry*. Pada kelompok intervensi diberikan *breathing exercise* pranayama 5 menit setiap hari selama 5 hari. Sedangkan pada kelompok kontrol diberikan latihan tarik napas dalam 5 menit setiap hari selama 5 hari. Hasil penelitian menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan nilai rata-rata *dispnea* pada kelompok intervensi mengalami penurunan sebesar 10,00, sedangkan pada kelompok kontrol mengalami penurunan sebesar 6,00, artinya terjadi penurunan yang signifikan pada nilai rata-rata *dispnea* kelompok intervensi. Selain itu, didapatkan hasil nilai rata-rata saturasi oksigen pada kelompok intervensi mengalami kenaikan sebesar 10,00, sedangkan pada kelompok kontrol mengalami kenaikan sebesar 6,50, artinya terjadi kenaikan yang signifikan pada nilai rata-rata saturasi oksigen kelompok intervensi. Untuk uji *mann whitney*, hasil *post-test dispnea* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan hasil *p value* 0,000 (<0,05). Sedangkan *post-test* saturasi oksigen didapatkan hasil *p value* 0,000 (<0,05) yang berarti H_0 ditolak, artinya ada pengaruh yang signifikan pada *breathing exercise* pranayama terhadap *dispnea* dan saturasi oksigen pada pasien PPOK.

Kata Kunci : PPOK, *Dispnea*, Saturasi Oksigen, *Breathing Exercise* Pranayama
Daftar Pustaka: 59 (2019-2024)

**NURSING PROGRAM STUDY
FACULTY OF NURSE
INSTITUT OF HEALTH SCIENCES PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Research, June 2024

Eliza Putri
20301116

“The Effect of Pranayama Breathing Exercise on Dyspnea and Oxygen Saturation in COPD Patients at Arifin Achmad Hospital, Riau Province”

Xiv + 67 Pages+ 2 Schemes + 11 Tables + 8 Figure + 15 Attachments

ABSTRACT

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a major health problem worldwide. COPD patients generally experience dyspnea, leading to a decrease in oxygen saturation levels. Pranayama breathing exercises are one of the non-pharmacological therapies that can be given to COPD patients experiencing dyspnea and decreased oxygen saturation. The purpose of this study is to determine the effect of pranayama breathing exercises on dyspnea and oxygen saturation in COPD patients at Arifin Achmad General Hospital, Riau Province. This study uses a quasi-experimental design with a pre-test and post-test control group design. The sample size used was 19 respondents in each group. The instruments used were the BORG Scale and Pulse Oximetry. In the intervention group, pranayama breathing exercises were given for 5 minutes each day for 5 days. In the control group, deep breathing exercises were given for 5 minutes each day for 5 days. The results of the study using the Wilcoxon test showed that the average dyspnea in the intervention group decreased by 10.00, while in the control group it decreased by 6.00, indicating a significant decrease in the average dyspnea value in the intervention group. Additionally, the average oxygen saturation in the intervention group increased by 10.00, while in the control group it increased by 6.50, indicating a significant increase in the average oxygen saturation value in the intervention group. For the Mann-Whitney test, the post-test results for dyspnea in the intervention and control groups showed a p-value of 0.000 (<0.05). The post-test results for oxygen saturation also showed a p-value of 0.000 (<0.05), indicating that H_0 is rejected, meaning there is a significant effect of pranayama breathing exercises on dyspnea and oxygen saturation in COPD patients.

Keywords: COPD, Dyspnea, Oxygen Saturation, Pranayama Breathing Exercise
References: 59 (2019-2024)