

**PENGARUH PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIP BREATHING*
(PLB) DAN POSISI SEMI-FOWLER TERHADAP TINGKAT
DYSPNEA PADA PASIEN *PNEUMONIA* DI RSUD SULTAN
IMANUDDIN PANGKALAN BUN**



NADA FATHARANI

221110022

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BORNEO CENDEKIA MEDIKA
PANGKALAN BUN**

2026

**PENGARUH PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIP BREATHING* (PLB)
DAN POSISI SEMI-FOWLER TERHADAP TINGKAT
DYSPNEA PADA PASIEN *PNEUMONIA* DI RSUD SULTAN
IMANUDDIN PANGKALAN BUN**

Skripsi

Diajukan dalam rangka memenuhi persyaratan menyelesaikan studi

Program S1 Keperawatan



**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BORNEO CENDEKIA MEDIKA
PANGKALAN BUN**

2026

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan pada sistem pernapasan termasuk di antara penyebab inti kematian serta kecacatan. Infeksi dalam saluran pernapasan cukup umum terjadi jika disandingkan infeksi dalam sistem organ lainnya. Infeksi ini dapat bervariasi, mulai dari *pneumonia* berat hingga pilek biasa, yang gejalanya relatif ringan dan dampaknya tidak terlalu parah. (Gobel et al., 2021). *Pneumonia* ialah penyakit menular yang merusak jaringan paru-paru (parenkim paru) dan menyebabkan kesulitan bernapas. Faktor risiko pneumonia antara lain bertambahnya usia, merokok, terpapar zat berbahaya, kekurangan gizi, riwayat keluarga yang menderita penyakit ini, asma, penurunan fungsi paru-paru, kebersihan gigi yang buruk, penggunaan obat penekan kekebalan tubuh, atau penggunaan kortikosteroid oral (Kemenkes, 2022).

WHO melaporkan 38.500 kasus pneumonia (5,5% dari total) di Indonesia pada tahun 2023, yang menempatkan negara ini di peringkat keenam. SKI tahun 2023 melaporkan prevalensi pneumonia sebesar 877.531 orang (10,8%). Pada tahun 2018, berdasarkan data statistik terbaru dari Riskesdas, prevalensi pneumonia sebesar 2,5% di kelompok umur 55–64 tahun, 3,0% umur 65–74 tahun, dan 2,9% umur > 75 tahun (Kemenkes, 2021). Di Provinsi Kalimantan Tengah, prevalensi *pneumonia* tercatat sebesar 3,71% (Riskesdas, 2018). Datanya Rekam Medis RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun memperlihatkan jumlahnya pasien *pneumonia* di 2025 banyaknya 492 kejadian.

Pada individu yang menderita *pneumonia*, patogen menyusup ke sistem pernapasan bagian bawah, yang menyebabkan gangguan pernapasan dan munculnya pola pernapasan yang tidak teratur. Hal ini dapat mengakibatkan kongesti paru dan penurunan pertukaran gas. Tubuh mengatasinya dengan meningkatkan frekuensi pernapasan, sehingga menimbulkan *tapkinea* dan *dyspnea* yang terlihat secara klinis. Selain itu, pola pernapasan yang tidak efisien dapat disebabkan oleh peningkatan kadar karbon dioksida dan

penurunan konsentrasi oksigen akibat peradangan alveolar serta berkurangnya ventilasi (Abdul & Suprpto dalam (Gelok & Mukin, 2024). Kekurangan oksigen menyebabkan kerusakan otak dan, jika tidak ditangani, dapat berakibat fatal (Agustina dkk., 2022).

Dyspnea, yang secara klinis dikenal sebagai sesak napas, ditandai oleh gejala-gejala seperti sesak napas atau rasa sesak atau nyeri di dada. Gejala-gejala kondisi ini meliputi pernapasan yang dangkal dan cepat, atau rasa sesak napas secara umum. Meskipun dispnea bukanlah suatu penyakit itu sendiri, kondisi ini dapat menjadi tanda dari berbagai masalah medis yang berbeda, mulai dari yang sedang hingga yang parah. Penyakit paru-paru, seperti pneumonia, termasuk di antara banyak penyebab potensialnya. Penyebab yang mendasari menentukan tingkat keparahan dispnea, yang dapat bersifat akut (timbul tiba-tiba) atau kronis (berlangsung pada waktu lama). Untuk mengatasi sesak napas secara efektif, penting untuk mengidentifikasi penyebab utamanya (Lilis Indri Harta, 2025).

Pendekatan untuk meredakan sesak napas dapat diklasifikasikan sebagai penanganan menyeluruh terhadap *dyspnea*, yang mencakup menempatkan pasien dalam posisi setengah berbaring atau telentang dengan bantal yang ditinggikan, tergantung pada tingkat keparahan sesak napas tersebut (Arofi et al., 2023). Teknik ini dapat dipadukan dengan praktik perawatan diri lainnya, termasuk PLB, dilaksanakan dengan tenang dan damai guna membantu mengeluarkan udara yang terperangkap pada saluran pernapasan (Bianchi et al., 2007) dalam (Hendrika et al., 2024). PLB adalah teknik pernapasan yang dilaksanakan dengan menarik napas dalam-dalam melewati hidung, lalu menghembuskannya secara perlahan dengan bibir yang dirapatkan.

Selaras dengan studi Dalimunthe (2020) Hal ini membuktikan bahwa metode PLB dapat meningkatkan tekanan saluran napas saat menghembuskan napas, melatih otot-otot ekspirasi, serta membuat rongga dada dan diafragma menjadi lebih fleksibel. Metode ini juga dapat memicu pola pernapasan tertentu, terutama pernapasan yang dangkal dan lambat, serta paling baik dilakukan selama 5 hingga 10 menit segera setelah bangun tidur. Studi sebelumnya oleh Muliasari & Indrawati (2018) Metode ini konon

memanfaatkan teknik PLB, yang meningkatkan tekanan alveolar di kedua lobus paru-paru guna menaikkan aliran udara ketika menghembuskan napas.

Menurut penelitian Dalimunthe (2020), Sebagai teknik pernapasan, PLB dapat membantu meningkatkan kelenturan dada dan diafragma, memperkuat otot-otot yang berkontraksi saat menghembuskan napas, serta meningkatkan tekanan di saluran napas tersebut. Jika dilakukan selama 5 hingga 10 menit segera setelah bangun tidur, latihan ini juga dapat membantu mengembangkan ritme pernapasan yang dangkal dan lebih bertahap. Terdapat studi sebelumnya dilaksanakan oleh Muliasari & Indrawati (2018) Metode PLB diketahui dapat meningkatkan aliran udara saat bernapas dengan cara meningkatkan tekanan alveolar di kedua lobus paru-paru.

Ini adanya kesesuaian dengan sebelumnya dilaksanakan Suhatriidja (2020) berjudul “Pengaruh Posisi Semi-Fowler terhadap Frekuensi Pernapasan untuk Meredakan Sesak Napas pada Pasien Tuberkulosis Paru,” yang mengidentifikasi perubahan signifikan pada fungsi pernapasan pasien sesudah serta sebelum intervensi posisi semi-Fowler.

Berbagai penelitian telah mengevaluasi dampak masing-masing dari Pernapasan Bibir Terkatup (PLB) dan posisi semi-Fowler terhadap dispnea, meskipun belum banyak penelitian yang mengeksplorasi efek sinergis keduanya pada penderita pneumonia. Strategi nonfarmakologis yang efektif sangat penting untuk meredakan *dyspnea* pada individu dengan *pneumonia*; integrasi PLB serta posisi semi-Fowler diharapkan bisa meningkatkannya ekspansi paru dan mengoptimalkan ventilasi (Danik Pri Hetyningsih, 2025). Penelitian ini sangat inovatif karena secara bersamaan menggunakan kedua terapi tersebut untuk menilai terjadinya dispnea. Hal saat ini, belum ada studi mengevaluasi kemanjuran metode PLB serta posisi semi-Fowler pada *dyspnea* pasien *pneumonia* dewasa di wilayah Kalimantan Tengah, khususnya di RSUD Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun.

Berlandaskan temuan studi awal yang dilakukan pada tanggal 26 Februari 2026 di Ruang Sindur, Akasia, dan Beringin di RSUD Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun. Memakai teknik wawancara pada 10 pasien *pneumonia* didapatkan hasil bahwa 6 diantaranya mengalami gejala sesak napas dan

mengatasinya dengan terapi obat yang diberikan sedangkan 2 lainnya dengan mengatur posisi saat duduk. 2 Pasien tidak mengetahui tentang teknik PLB. Oleh karena itu, terdapat ketertarikan guna melaksanakan kajian dengan judulnya “Pengaruh penerapan teknik *Pursed Lip Breathing* (PLB) dan posisi semi-Fowler terhadap tingkat *dyspnea* pada pasien *pneumonia* di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun”.

B. Rumusan Masalah

Apakah penerapan metode PLB serta posisinya semi-Fowler memengaruhi tingkat keparahan *dyspnea* pada pasien *pneumonia* di RSUD Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Guna melihat pengaruh penerapan teknik PLB serta posisinya semi-Fowler terhadap tingkat *dyspnea* pada penderita *pneumonia*.

2. Tujuan Khusus

- a. Guna melihat tingkatan *dyspnea* pada pasien *pneumonia* sebelum diberikan intervensi (teknik PLB serta posisinya semi-Fowler).
- b. Guna melihat tingkatan *dyspnea* pada pasien *pneumonia* sesudah diberikan intervensi (teknik PLB serta posisinya semi-Fowler).
- c. Guna menganalisa pengaruhnya penerapan teknik PLB serta posisinya semi-Fowler pada perubahan tingkat *dyspnea* pada pasien *pneumonia*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Temuan ini bisa memberi bukti empiris mendukung penggunaan teknik PLB serta posisinya semi-Fowler dalam pengelolaan *dyspnea* pada pasien *pneumonia*, yang dapat menjadi referensi bagi praktisi kesehatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pasien

Dengan memahami teknik *Pursed Lip Breathing* (PLB), pasien dapat lebih mandiri dalam mengelola gejala ketika timbul dirumah.

b. Bagi pelayanan kesehatan

Ada harapan pada studi bisa dipakai guna mengembangkan program pelatihan bagi tenaga kesehatan dalam mengajarkan teknik pernafasan yang efektif kepada pasien.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Ada harapan pada studi ini bisa jadi acuan ataupun dasar bagi peneliti lainnya untuk melaksanakan studi lebih lanjut mengenai teknik pernafasan atau intervensi lain dalam pengelolaan *pneumonia*.

d. Bagi institusi Stikes Borneo Cendekia Medika

Temuan ini adanya harapan bisa jadi bahan ajar serta referensinya pada pengembangan intervensi keperawatan berbasis *evidence-based practice*, khususnya dalam manajemen *dyspnea* pada pasien *pneumonia*.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti / Tahun	Judul	Desain Peneliti	Hasil	Perbedaan
1.	“Vera Syahrinisya, Putri Eka Sudiarti, Gusman Virgo, Devi Eka Safitri (2024)	“Penerapan Posisi Semi-Fowler Untuk Mengurangi Sesak Nafas pada Anak Dengan <i>Pneumonia</i> Di Ruang Picu RSUD Arifin Achmad Pekanbaru	“Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik <i>purposive sampling</i> yaitu An. S Dengan <i>Pneumonia</i> Di Ruang Picu Rsud Arifin Achmad. Peneliti melakukan asuhan keperawatan yang terdiri dari Pengkajian,Diagnosa, Intervensi,Implementasi dan evaluasi. peneliti melakukan pengkajian pada tanggal 21 Februari 2023 di ruang PICU RS Arifin Achmad Pekanbaru. Pada intervensi peneliti melakukan Penerapan Posisi Semi-Fowler Untuk Mengurangi Sesak Napas An. S Dengan <i>Pneumonia</i> . Pemberian intervensi dilakukan selama 3 hari.	“Kesimpulan terdapat perubahan SPO2 dan frekuensi pernapasan semakin membaik ketika setelah pemberian terapi posisi semi-Fowler pada anak selama 30 menit sehingga mengurangi sesak napas	“Perbedaan terletak pada variabel independen peneliti mengambil terapi teknik <i>pursed lip breathing</i> dan posisi semi-Fowler. Variabel dependen tingkat <i>dyspnea</i> pada pasien <i>pneumonia</i> . Desain penelitian <i>one group pre test-post test</i> . Menggunakan <i>purposive sampling</i> .

No.	Nama Peneliti /	Judul	Desain Peneliti	Hasil	Perbedaan
	Tahun				
2.	Shelina Puput Gupita Faelani, Yuni Septiana, Ikhlash Alkaustsar Sutanto, Dian Hudiyawati, Fila Diana Nur Hayati (2025)	Pengaruh Pemberian Posisi Semi-Fowler Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien <i>Pneumonia</i> Dengan Ventilator	Studi kasus ini menggunakan pendekatan penerapan <i>Evidence based practice nursing</i> (EBPN) yaitu pemberian posisi semi-Fowler 45 derajat pada pasien pneumonia yang terpasang ventilator untuk meningkatkan saturasi oksigen. Kriteria inklusi pada studi kasus ini yaitu pasien yang mengalami sesak nafas dengan pneumonia yang telah mendapatkan terapi bronkodilator dan tidak mempunyai riwayat penyakit jantung. Studi kasus ini dilakukan tanggal 22 April-18 Mei 2024, pada 10 responden dengan diagnosa medis <i>Pneumonia</i> di Ruang ICU Rumah Sakit Indriati Solo Baru.	Hasil studi kasus didapatkan bahwa posisi semi-Fowler 45 derajat dapat meningkatkan saturasi oksigen pada pasien pneumonia. Metode tersebut dapat mengurangi sekresi pulmonal dan mengurangi resiko penurunan dinding dada. Posisi Semi-Fowler bisa meningkatkan ekspansi paru dan menurunkan frekuensi sesak napas dikarenakan dapat membantu otot pernapasan mengembang maksimal.	Perbedaan terletak pada variabel independen dan dependen. Peneliti mengambil terapi teknik <i>pursed lip breathing</i> dan posisi semi-Fowler untuk melihat pengaruh tingkat <i>dyspnea</i> pada pasien <i>pneumonia</i> . Desain penelitian <i>one group pre test-post test</i> . Menggunakan <i>purposive sampling</i> .

No.	Nama Peneliti / Tahun	Judul	Desain Peneliti	Hasil	Perbedaan
3.	Lilis Pujiati, Suhermi (2023)	Efektifitas PLB Terhadap Pola Nafas Pasien PPOK Di Rumah Sakit Sundari	Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif Quasy Eksperimen yang bertujuan untuk mengidentifikasi Pengaruh Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Nafas Pasien PPOK di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan Pola Nafas Pasien PPOK di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru sebelum diberikan Pursed Lips Breathing mean pretest 7,14. Pola Nafas Pasien PPOK di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru setelah diberikan Pursed Lips Breathing mean posttest 10,55. Ada pengaruh Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Nafas Pasien PPOK di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru, beda rerata pola nafas pretest dengan posttest 3,4 dengan indeks kepercayaan terendah - 5.824 dan tertinggi -4.425.	Hasil uji t-test diperoleh nilai p value = 0,001 < 0,05. Disarankan kepada Rumah Sakit Sansani Pekanbaru, diharapkan agar terus meningkat terapi tentang Pursed Lips Breathing pada pasien PPOK	Perbedaan terletak pada variabel independen peneliti mengambil terapi teknik <i>pursed lip breathing</i> dan posisi semi-Fowler. Variabel dependen tingkat <i>dyspnea</i> pada pasien <i>pneumonia</i> . Desain penelitian <i>one group pre test-post test</i> . Menggunakan <i>purposive sampling</i> .

No.	Nama Peneliti /	Judul	Desain Peneliti	Hasil	Perbedaan
		Tahun			
4.	Sri Andayani, Umi Nurul Badriyah (2024)	<i>Pursed Lips Breathing Therapy for Ineffective Respiratory Patterns in Pneumonia Patients</i>	Dengan pendekatan deskriptif dan proses keperawatan, intervensi berupa latihan PLB selama 10 menit, dua kali sehari, selama 5 hari, dikombinasikan dengan pemberian oksigen, posisi semi-Fowler, dan bronkodilator. Sebelum intervensi, pasien mengalami sesak napas, batuk tidak efektif, laju pernapasan 27 kali per menit, dan saturasi oksigen 93%. Setelah 5 hari intervensi, pasien tidak lagi mengeluhkan sesak napas, batuk berkurang, dan saturasi oksigen meningkat	Studi ini menyimpulkan bahwa terapi PLB efektif dalam meningkatkan status oksigenasi dan mengatasi pola nafas tidak efektif pada pasien pneumonia, meskipun penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar direkomendasikan untuk memperkuat hasil ini.	Perbedaan terletak pada variabel independen peneliti mengambil terapi teknik <i>pursed lip breathing</i> dan posisi semi-Fowler. Variabel dependen tingkat <i>dyspnea</i> pada pasien <i>pneumonia</i> . Desain penelitian <i>one group pre test-post test</i> . Menggunakan <i>purposive sampling</i> .

No.	Nama Peneliti /	Judul	Desain Peneliti	Hasil	Perbedaan
Tahun					
5.	Rima Mustika, Riani, Putri Eka Sudiarti (2025)”	Penerapan Latihan <i>Pursed Lips Breathing</i> Terhadap Perubahan <i>Respiratory Rate</i> Pasien Pneumonia Di RSUD Arifin Achmad”	Metode penelitian yang digunakan adalah metode observasi langsung dalam mengkaji, menganalisa data, dan mendiagnosa pasien penderita <i>pneumonia</i> yang dilakukan di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Penelitian dilakukan dari tanggal 06-08 Maret 2024”.	Hasil asuhan keperawatan ini didapatkan pernafasan mulai normal kembali. Hal ini menunjukkan bahwa latihan <i>pursed lips</i> <i>breathing</i> mampu memberikan perubahan terhadap pernafasan pada pasien Pneumonia. Diharapkan pasien dapat mengaplikasikan latihan <i>pursed lips breathing</i> secara rutin dengan harapan pernafasan pada pasien normal kembali”.	Perbedaan terletak pada variabel independen peneliti mengambil terapi teknik <i>pursed lip breathing</i> dan posisi semi-Fowler. Variabel dependen tingkat <i>dyspnea</i> pada pasien <i>pneumonia</i> . Desain penelitian <i>one group pre</i> <i>test-post test</i> . Menggunakan <i>purposive</i> <i>sampling</i> ”.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Temuan dari sebuah penelitian berjudul “Penerapan Teknik *Pursed Lip Breathing* (PLB) dan Posisi Semi-Fowler terhadap Tingkat *dyspnea* pada Pasien *Pneumonia* di Rumah Sakit Umum Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun” mengarah pada kesimpulan-kesimpulan berikut

1. Sebelum penerapan teknik PLB serta posisi semi-Fowler pada RSUD Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun, hampir keseluruhan pasien mengalami *dyspnea* sedang.
2. Setelah penerapan teknik PLB serta posisi semi-Fowler di RSUD Sultan Imanuddin pada Pangkalan Bun, sebagian besar pasien memperlihatkan penurunan tingkat sesak napas menjadi ringan.
3. Penerapan Teknik PLB serta posisi semi-Fowler memengaruhi tingkat *dyspnea* pada pengidap *pneumonia* di RSUD Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun.

B. Saran

1. Bagi institusi Stikes Borneo Cendekia Medika Pangkalan Bun

Adanya harapan pada studi ini dapat jadi sumber informasinya untuk mahasiswa/i keperawatan mengenai penerapan teknik PLB serta posisi semi-Fowler terhadap tingkat *dyspnea* pada penderita *pneumonia*.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan kepada mahasiswa keperawatan mengenai penerapan teknik PLB serta posisi semi-Fowler terkait tingkat keparahan *dyspnea* pada pasien *pneumonia*.

2. Bagi pengembangan ilmu pengetahuan

Penelitian lanjutan dapat berfokus pada eksplorasi berbagai metrik klinis yang lebih luas, termasuk variasi saturasi oksigen, frekuensi pernapasan, atau laju ventilasi, guna menghasilkan temuan yang lebih komprehensif yang dapat mendukung peningkatan intervensi keperawatan berdasarkan praktik klinis. Penggunaan

beberapa parameter klinis secara bersamaan dapat memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai perubahan kondisi respiratori pasien selama proses pengamatan. Variasi saturasi oksigen dapat memberikan informasi mengenai kecukupan oksigenasi, sedangkan frekuensi pernapasan dan laju ventilasi dapat memperlihatkan perubahan pola kerja sistem respirasi. Pengamatan terhadap parameter tersebut secara berkala juga dapat membantu mengidentifikasi kecenderungan perubahan kondisi pasien yang mungkin tidak terlihat apabila hanya mengandalkan satu indikator klinis.

3. Bagi RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun

Tujuannya studi ini yakni menyediakan metodologi berbasis bukti yang baru untuk nakes RSUD Sultan Imanuddin di Pangkalan Bun dalam penyediaan layanan kesehatan holistik. Metodologi tersebut diharapkan dapat menjadi landasan yang lebih sistematis bagi tenaga kesehatan dalam mengintegrasikan hasil penelitian dengan pelaksanaan pelayanan kepada pasien. Pendekatan berbasis bukti memungkinkan setiap tindakan pelayanan dipertimbangkan berdasarkan informasi empiris yang relevan, sehingga keputusan klinis tidak hanya bertumpu pada kebiasaan praktik semata.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Adanya harapan pada studi ini bisa dikembangkan melalui penerapan metodologi baru yang melibatkan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, sehingga memungkinkan perbandingan yang jelas mengenai efek intervensi serta meningkatkan keandalan dan ketepatan temuan. Penerapan kedua kelompok tersebut dapat memberikan kerangka pembanding yang lebih terstruktur dalam menilai perubahan yang muncul setelah intervensi diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. (2023). Pengaruh Pemberian Posisi Semi-Fowler 30o Dan 45o Pada Pasien Tuberkulosis Paru Melalui Dengan Teori Virginia Henderson Di Ruang Raflesia RSUD Kepahiang. *Jurnal Ilmiah Amanah Akademika (JIHAD)*.
- Amelia, A. T. (2024). Terapi Pemberian Batuk Efektif Dan Pursed Lips Breathing Pada Pasien Pneumonia di RSUD Padang Pariaman. 3(1), 134–141.
- Ardita Yulia Pramesti, S. L. (2024). Pursed lips breathing (meniup balon) efektif meningkatkan oksigenasi pada pasien anak dengan bronkopneumonia di rs hermina bekasi . *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik (JIKA)* , Vol.7 No.2. E-ISSN : 2623-0283.
- Arofi, T. M. (2023). Pendampingan Dan Pelatihan Sesak Napas Anak Pada Kader Posyandu Melalui Upaya Manajemen Respirasi. *Adimas : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 51–58. <https://doi.org/10.24269/adi.v7i1.5634>.
- Asman, A. A. (2022). *Asuhan Keperawatan Sistem Pernapasan Berbasis SDKI, SIKI dan SLKI (1st ed.)*. Media Sains Indonesia.
- Bare, S. &. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Suddarth Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Charles LoddeWyk Souisa, S. O. (2025). Penerapan teknik relaksasi napas dalam pada pasien dengan pneumonia . *Jurnal Ilmiah Keperawawatan* .
- Danik Pri Hetyningsih, D. P. (2025). Gambaran kombinasi posisi semi-Fowler dan pursed lip breathing pada bp. S dengan diagnosa dyspnea di instalasi gawat darurat rs swasta di semarang: case report. *Assyfa Jurnal Ilmu Kesehatan*, <http://assyifa.forindpress.com/index.php/assyifa/index>.
- Devia, R. I. (2022). Penerapan Pemberian Posisi Tripod Dan Pursed Lips Breathing Exercise Terhadap Frekuensi Pernapasan Dan Saturasi Oksigen Pasien Ppok Di Ruang Paru Rsud Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 535-544. <https://doi.org/10.50233/jcm.v3i4.5.02>.

- Dewi, M. G. (2023). Penerapan Terapi Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan RR (Respiratory Rate) Pasien Pneumonia Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia.*, Vol. 2 No. 8 Agustus 2023. <https://Journal-Mandiracendikia.Com/Jikmc>.
- Euis Juariah, B. B. (2025). Penerapan Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan Frekuensi Nafas Pada Ny. M Dengan Pneumonia Di Ruang Aster RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Student Health Journal*, Volume 2 No.2 Hal 370-378. DOI: 10.35568/senal.v2i2.7318.
- Fauzi, A. N. (2022). *Metodologi penelitian*. CV Pena Persada.
- Fika Yuliana Sari, M. Y. (2020). Pengaruh posisi semi-Fowler untuk mengurangi sesak nafas pada anggota keluarga dengan asma. *Jurnal Kesehatan*, Volume 9, nomor 2.
- Gelok, M. H. (2024). Penerapan Purse Lips Breathing Exercise Untuk Mengatasi Pola Nafas Tidak Efektif Pada Pasien Dengan Pneumonia Di Ruang Mawar RSUD dr.T.C Hillers Maumere. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1223–1229.
- Ghamal Arif Hanafiah, A. P. (2020). Pengaruh latihan ekstremitas bawah terhadap skala borg pada penyakit paru obstruktif kronik. *Jurnal Respirologi Indonesia*, VOLUME 40, NOMOR 4.
- Gobel, B. G. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Ispa Pada Balita Di Desa Ratatotok Timur. *Jurnal KESMAS*, 10(5), 62–67.
- Hikmawati, F. (2020). *Metodologi penelitian*. Rajawali Pers.
- Hairil Akbar, H. B. (2021). Hubungan Lingkungan Fisik Rumah dengan Kejadian Pneumonia pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Plumbon. *Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ)*, Vol. 5 No. 2 .
- Ifadah, E. W. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Dasar (1st ed.)*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Indriyani. (2020). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Bronchitis Chronic Di BBKPM Surakarta. *Research of Service Administration Health and Sains Healthys* , Vol. 1, No. 1.
- Isbaniah, F. (2020). Pneumonia Corona Virus Infection Disease-19 (COVID- 19). *Journal Of The Indonesia Medical Association*.

- Iqbal, M. (2021). Penerapan Latihan Pursed Lips Breathing Terhadap Respiratory Rate Pada Pasien PPOK Dengan Dyspnea. *urnal Ners Widya Husada*, 8(3). <https://doi.org/10.33666/jnwh.v8i3.472>.
- Kemenkes RI. (2020). *Indonesia Tegaskan Komitmen Pencegahan Pneumonia di Forum Internasional*.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman dan standar etik penelitian dan pengembangan kesehatan nasional*. Badan penelitian dan pengembangan kesehatan.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Pneumonia*. Kementerian Kesehatan RI, 1–85.
- Lilik Indri Harta, A. N. (2025). Ada apa dengan sesak napas. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, Hal 537-548. Doi: 10.31316/ijst.v4i1.8312.
- Lilis Pujiati, S. (2023). Efektifitas PLB Terhadap Pola Nafas Pasien PPOK Di Rumah Sakit Sundari. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan (J-BIKES)*, Halaman. 26-30. .
- Mursabatiyas Galuh Candra Dewi, H. S. (2023). Penerapan Terapi Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan Rr (Respiratory Rate) Pasien Pneumonia Di Rsud Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia (JIK-MC)*, Vol. 2 No. 8. <https://journal-mandiracendekia.com/jikmc>.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Salemba Medika.
- Nurwahdini Hutasuhut, M. A. (2025). Instrumen Penelitian Pendidikan . *BLAZE: Jurnal Bahasa dan Sastra dalam Pendidikan Linguistik dan Pengembangan*, e-ISSN: 3025-2423; p-ISSN: 3025-2415, Hal 177-190.
- Oktaviani, E. D. (2021). Pengaruh Terapi Pursed Lip Breathing Meniup Balon Terhadap Status Oksigenasi Anak Dengan Asma. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(1), 21. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i01.p04> .
- Oktaviyanti, R. P. (2023). Hubungan Kebiasaan Merokok Bagi Kesehatan Dan Daya Tahan Tubuh. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2).
- Pangandaheng, T. S. (2023). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah (Sistem Respirasi dan Sistem Kardiovaskular) (1st ed.)*. Sonpedia Publishing Indonesia.

- Paramita Mukaram, N. H. (2020). Pengaruh Teknik Pursed Lip Breathing Terhadap Pola Nafas Pada Pasien Gangguan Pernafasan Di Ruang Rawat Inap Rs Bhayangkara Tk.Iii Kota Manado. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 6(2). <https://doi.org/10.57214/jka.v6i2.160> .
- Putri, N. P. (2021). Penerapan Purshed Lips Breathing Terhadap Penurunan Frekuensi Pernafasan Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2).
- Rahmi, R. I. (2023). Teknik Pernapasan terhadap Dispnea pada Pasien PPOK. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 708–719. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.5501>.
- Rakhmad Rosadi, R. H. (2025). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Pembersihan Jalan Napas Terhadap Pasien Dengan Kasus Pneumonia Di Instalasi Rawat Inap Rs Paru Jember: Studi Kasus. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi Muhammadiyah*, E-ISSN : 2829-0968.
- Ramadhani, S. P. (2022). Penerapan Pursed Lip Breathing Terhadap Penurunan Sesak Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruksi Kronik (Ppok) Di Ruang Paru Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(2).
- Rima Mustika, R. P. (2025). Penerapan Latihan Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan Respiratory Rate Pasien Pneumonia Di RSUD Arifin Achmad. *Jurnal Excellent*, Halaman 701-706.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Kemenkes RI Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Roselyn, N. A. (2023). Hubungan Derajat Sesak Dan Obstruksi Saluran Napas Dengan Kualitas Hidup Pasien Ppok. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 11(2), 63–71. <https://doi.org/10.37304/jkupr.v11i2.9850>.
- Sa'diyah, H. e. (2022). Fasilitasi Deteksi Dini Pneumonia Pada Balita Dengan Menggunakan Media Aplikasi Sebar Pesona. *Jurnal pengabdian masyarakat indonesia maju*.
- Samkhah, M. N. (2023). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Pembersihan Jalan Napas Terhadap Pasien dengan Pneumonia: A Case Report. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 3(2), 97–109. <https://doi.org/10.53770/amhj.v3i2.19>.

- Satrian Adriadi, I. P. (2025). Pengaruh Terapi Pursed Lips Breathing Terhadap Perubahan Respiratory Rate Pada Anak Dengan Pneumonia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, e-ISSN 2715-6885; p-ISSN 2714-9757 <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Satriani. (2023). *Manajemen Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Pneumonia*. Makassar: Universitas Muslim Indonesia.
- Setyowinarni, R. (2023). The Effect of Pianika Blow Therapy on the Respiratory Rate Values of Child Patients with Pneumonia at Prikasih Hospital. *Journal of Complementary Nursing*, 2(3), 187-192.
- Shelina Puput Gupita Faelani1, Y. S. (2025). Pengaruh pemberian posisi semi-Fowler terhadap saturasi oksigen pada pasien pneumonia dengan ventilator. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, e-ISSN 2549-8134; p-ISSN 2089-0834 <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>.
- Siti Zulva, F. G. (2025). Penerapan terapi pursed lips breathing pada an.s usia sekolah 12 tahun yang mengalami gangguan frekuensi nafas akibat asma di ruang melati rumah sakit tk.ii dustira cimahi. *Jurnal Kesehatan An-Nuur*, Volume 2. Nomor 1, ISSN : 3047-6844.
- Siti Zuraidda Muhsinin, D. K. (2019). Pengaruh penerapan pemberian posisi semi-Fowler terhadap perubahan respiratory rate pada pasien dengan pneumonia . *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*.
- Situmorang, S. H. (2023). Pengaruh Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Nafas Pasien Pneumonia Di Rumah Sakit Sansani Pekanbaru. *JONS: Journal of Nursing*, 1(01), 20–25. <https://journal.medicpondasi.com/index.php/nursing/article/view/5>.
- Sobhan, N. (2024). An Overview of The Anatomy and Physiology of Respiration. *Eurasian Journal of Chemical, Medicinal and Petroleum Research*, 3(2), 499-514.
- Sri Andayani, U. N. (2024). Pursed Lips Breathing Therapy for Ineffective Respiratory Patterns in Pneumonia Patients. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, P-ISSN : 2527-5798, E-ISSN : 2580-7633.
- Tukang, F. M. (2023). Penerapan Intervensi Berdasarkan Evidence Based Nursing: Breathing Exercise (PLB, Deep Breathing, Diaphragm Breathing) terhadap

- Sesak pada Pasien Pneumonia. *Jurnal Keperawatan Sumba (JKS)*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.31965/jks.v2i1.1286>.
- Turafik, D. N. (2020). Penerapan Posisi Semifowler Terhadap Penurunan Respiratory Rate Dengan Dyspnea .
- Umi Romayati Keswara, D. D. (2025). Penerapan terapi pernapasan bibir mengerucut (pursed lips breathing) menggunakan metode tiup balon terhadap kadar saturasi oksigen pada pasien asma . *Holistik Jurnal Kesehatan*, Volume 19, No.7. 2092-2098.
- Vera Syahrinisya, P. E. (2024). Penerapan Posisi Semi-Fowler Untuk Mengurangi Sesak Nafas pada Anak Dengan Pneumonia Di Ruang Picu RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. *Jurnal pahlawan kesehatan*, Halaman 48-55.
- Winda Amiar, E. S. (2020). Efektivitas pemberian teknik pernafasan pursed lips breathing dan posisi semi-Fowler terhadap peningkatan saturasi oksigen pada pasien tb paru. *Indonesian Journal of Nursing Science and Practice*, Volume: 3, No. 1. e-ISSN: 2622 - 0997.
- World Health Organization, (2022). Pneumonia in children. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/pneumonia>.
- Yustina Yantiana Guru, M. N. (2025). Teknik pursed lips breathing terhadap pola napas pasien community acquire pneumonia (cap). *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>.
- Zulkifli, Z. M. (2022). Pengaruh Pursed Lip Breathing Exercise terhadap Saturasi Oksigen, Denyut Nadi dan Frekuensi Pernapasan pada Pasien Asma Bronkial. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 203. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.203-210>.

