

**PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING*
TECHNIQUE(ACBT) DAN *PURSED LIPS BREATHING*
TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK
Di RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU**



SKRIPSI

**OLEH
NURUL MIRDATILLA
2114201003**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
2025**

**PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING*
TECHNIQUE(ACBT) DAN *PURSED LIPS BREATHING*
TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK
Di RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU**

Diajukan sebagai salah syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan
program studi ilmu keperawatn fakultas ilmu kesehatan
Universitas Muhammadiyah Bengkulu

OLEH

NURUL MIRDATILLA

NPM 2114201003

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU**

2025

PERSETUJUAN SKRIPSI

**PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING
TECHNIQUES (ACBT)* DAN *PURSED LIPS BREATHING***

TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK

Di RSUD Dr. M. YUNUS KOTA BENGKULU

OLEH

NURUL MIRDATILLA

NPM 2114201003

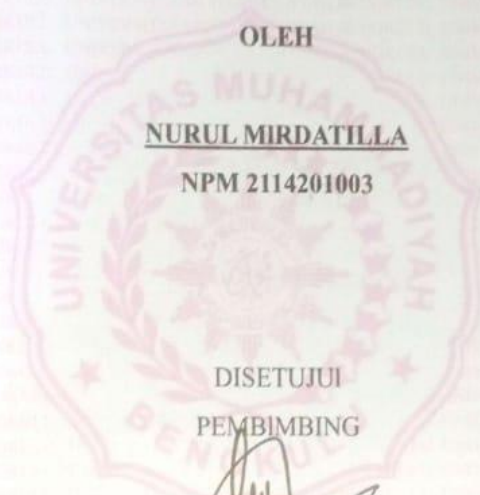
DISETUJUI

PEMBIMBING



Ns. Larra Fredrika S.Kep., M.Kep

NIDN: 0223038601



PENGESAHAN SKRIPSI

PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING* *TECHNIQUES (ACBT)* DAN *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP

POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK

Di RSUD Dr. M. YUNUS KOTA BENGKULU

Dipertahankan di Depan Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Hari : Rabu
Tanggal : 02 Juli 2025
Tempat : Ruangan Tutorial 1

OLEH

NURUL MIRADTILLA
NPM 2114201003

DEWAN PENGUJI

Nama Penguji

1.Ns. Larra Fredrika S.Kep., M.Kep
Ketua

2.Ns. Lussyefrida Yanti S.Kep., M.Kep
Anggota

3.Ns. Weti S.Kep., M.Kep
Anggota

Tanda Tangan

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UMB



Dr. Eva Oktaviani, M.Si
NIP. 19681005 199402 2 002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : NURUL MIRDATILLA
NPM : 2114201003
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING TECHNIQUES (ACBT)* DAN *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK Di RSUD Dr. M. YUNUS KOTA BENGKULU

Adalah benar karya saya sendiri, bebas dari plagiat atau penyotekan. Apabila dikemudian hari terdapat permasalahan berkaitan dengan penyusunan skripsi ini, maka semua akibat dari hal ini merupakan tanggung jawab saya sendiri.

Surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Atas perhatian Bapak dan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, April 2025



NURUL MIRDATILLA

NPM. 2114201003

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Bengkulu , Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : NURUL MIRDATILLA
NPM : 2114202003
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Bengkulu Hak Bebas Royalti *Non-eksklusif (Non-exclusive Royalti-Free Right)* atas karya ilmiah saya yang berjudul :

PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING TECHNIQUES (ACBT)* DAN *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK Di RSUD Dr. M. YUNUS KOTA BENGKULU

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Bengkulu berhak menyimpan, mengalih media/formakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Bengkulu
Pada tanggal :



Nurul Mirdatilla
NPM 2114201003

RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama	: NURUL MIRDATILLA
NPM	: 2114201003
Tempat/ Tanggal lahir	: 05 Desember 2003
Alamat	: Rantau Kadam
Alamat Orang Tua	: Rantau Kadam
Riwayat Pendidikan	
Paud Rantau Kadam	: 2007-2009
SDN 2 Rantau Kadam	: 2009-2015
SMPN Karang Dapo	: 2015-2018
SMAN 6 Karang Dapo	: 2018-2021
Universitas Muhammadiyah	: 2021-2025
Bengkulu Fakultas Ilmu	
Kesehatan Prodi Ilmu	
Keperawatan	

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SKRIPSI, APRIL 2025**

**NURUL MIRDATILLA
NS. LARRA FREDRIKA S.KEP., M.KEP**

PERBANDINGAN LATIHAN *ACTIVE CYCLE OF BREATHING TECHNIQUES (ACBT)* DAN *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP POLA NAPAS PADA PASIEN PPOK Di RSUD Dr. M. YUNUS KOTA BENGKULU

xx + 105 hlm, tabel, 14 lampiran

ABSTRAK

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan gangguan pernapasan kronis yang ditandai dengan keterbatasan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya reversibel. Terapi non-farmakologis seperti Active Cycle of Breathing Techniques (ACBT) dan Pursed Lips Breathing (PLB) digunakan untuk meningkatkan pola napas penderita. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan pengaruh latihan ACBT dan PLB terhadap pola napas pada pasien PPOK. Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan two groups pre-test and post-test design. Sampel berjumlah 30 orang pasien PPOK di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan SOP intervensi ACBT dan PLB. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa kedua intervensi memiliki pengaruh signifikan terhadap perbaikan pola napas ($p\text{-value} < 0,05$), namun ACBT memberikan hasil yang lebih efektif dibandingkan PLB. Kesimpulan dari penelitian ini adalah latihan ACBT lebih efektif dibandingkan PLB dalam memperbaiki pola napas pada pasien PPOK. Latihan ACBT dapat dijadikan alternatif terapi non-farmakologis untuk penanganan pasien PPOK di fasilitas pelayanan kesehatan. Disarankan kepada perawat dan tenaga kesehatan untuk mempertimbangkan penggunaan ACBT sebagai bagian dari intervensi rutin fisioterapi pernapasan pada pasien PPOK guna meningkatkan kualitas pernapasan dan mengurangi gejala sesak napas.

Kata Kunci: PPOK, Pola Napas, ACBT, Pursed Lips Breathing
Daftar bacaan : 60 (2011-2025)

**UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NURSING STUDY PROGRAM
THESIS, 2025**

**NURUL MIRDATILLA
Ns. LARRA FREDRIKA S.Kep., M.Kep**

**COMPARISON OF ACTIVE CYCLE OF BREATHING
TECHNIQUES (ACBT) AND PURSED LIPS BREATHING
TRAINING ON BREATHING PATTERNS IN COPD PATIENTS AT
Dr. M. YUNUS HOSPITAL, BENGKULU CITY**

Xx + 107 Pages, 16 tables, 14 appendices

ABSTRACT

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a chronic respiratory disorder characterized by progressive and not fully reversible airflow limitation. Non-pharmacological therapies such as Active Cycle of Breathing Techniques (ACBT) and Pursed Lips Breathing (PLB) are used to improve the patient's breathing pattern. This study aims to compare the effect of ACBT and PLB exercises on breathing patterns in COPD patients. This study used a quasi-experimental design with a two-group pre-test and post-test design approach. The sample consisted of 30 COPD patients at Dr. M. Yunus Bengkulu Hospital who were selected using a purposive sampling technique. The instruments used were observation sheets and SOPs for ACBT and PLB interventions. The results of statistical tests showed that both interventions had a significant effect on improving breathing patterns (p-value <0.05), but ACBT provided more effective results than PLB. The conclusion of this study is that ACBT exercises are more effective than PLB in improving breathing patterns in COPD patients. ACBT exercises can be used as an alternative non-pharmacological therapy for treating COPD patients in health care facilities. It is recommended that nurses and healthcare workers consider using ACBT as part of routine respiratory physiotherapy interventions in COPD patients to improve breathing quality and reduce symptoms of shortness of breath.

Keywords: COPD, Breathing Pattern, ACBT, Pursed Lips Breathing
Reading list : 60 (2011-2025)

MOTTO

“ Allah tidak mengatakan hidup ini mudah, Tetapi Allah berjanji bahwa sesungguhnya kesulitan ada kemudahan.”

(QS. AL Insyirah: 5-6)

“ Orang tua dirumah menanti kepulanganmu dengan hasil yang membanggakan, jangan membuat mereka kecewa, simpan kekecewaanmu, sebab letihmu tak sebanding dengan perjuangan mereka menghidupimu. Setetes keringat orang tuaku yang keluar, ada seribu langkahku untuk maju”

(Nurul Mirdatilla)

“ Hanya dirimu sendiri yang bisa mengubah hidupmu, tidak orang lain yang bisa melakukannya untuk mu”

”Orang lain gak akan bisa paham struggle dan masa sulitnya kamu, yang mereka ingin orang tahu hanya bagian sukses storiesnya. Berjuanglah untuk dirimu sendiri walaupun gak ada yang tepuk tangan, kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini.”

“Apapun yang terjadi, pulanglah sebagai sarjana”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhammdulilahirabbil’alamin. Dengan segala rasa syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan banyak nikmat sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir saya dengan baik.

1. Dua orang yang paling berjasa dalam hidup saya, Ibunda Martani Fidia dan Ayahanda Ardoni Yansa. Terima kasih atas kepercayaan yang telah diberikan atas izin merantau dari kalian. Serta pengorbanan cinta, materi, motivasi, semangat dan nasehat serta *“ Your smile was a colour for my life*

dad, mom”. Dan dukungan setiap keputusan dan pilihan dalam hidup saya, kalian sangat berarti. Panjang umur sehat selalu Ayah Bunda. Semoga Allah SWT selalu menjaga kalian dalam kebaikan dan kemudahan. Amin.

2. Terimakasih juga untuk diri sendiri, “ *proud of me* ” untuk setiap masalah yang telah lalui, untuk setiap badai dikepala yang merasa bahwa tidak mampu untuk melewatinya tapi kenyataan mampu. Hidup adalah sebuah pilihan, mau senang atau susah kita yang buat tapi cara kita kuat di hal rumit itu bukan pilihan tapi keadaan yang membuat kita dewasa sebelum waktunya.
3. Kepada saudara kandungku tercinta, Agustini Minallah dan Muhammad Abdul Tahal. Terima kasih atas segala doa serta semangat serta motivasi dan dukungan sehingga ayuk de ini bisa menyelesaikan tugas akhir ini. Panjang umur, sehat selalu dan sukses selalu adek-adek ayuk.
4. Ibu Ns. Larra Predrika S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing, terimakasih atas bimbingan kritik dan saran, selalu meluangkan waktunya di sela kesibukan. Menjadi anak salah satu bimbingan ibu merupakan nikmat yang sampai saat ini selalu saya syukurkan. Terimakasih ibu, semoga ibu selalu diberikan kesehatan Amin.
5. Ibu Ns. Lussyefrida Yanti S.Kep., M.Kep dan Ibu Ns. Weti S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji satu dan dua, terimakasih kepada ibu yang telah banyak memberikan saran dan masukkkannya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Terima kasih untuk sahabatku Stefany Dwi Surya yang selalu sejalan searah 4 tahun bukan waktu yang singkat untuk menggambarkan apa yang telah bersamai. Yang telah memberikan semangat sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan proposal skripsi dengan judul **“Perbandingan Latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques* (ACBT) dan *Pursed Lips Breathing* Terhadap Pola Napas Pada Pasien PPOK di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu”**

Dalam penyusunan proposal ini banyak hambatan serta rintangan yang penulis hadapi namun pada akhirnya dapat melaluinya berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spiritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Eva Oktavidiati, M.Si. Selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Terima kasih atas segala dukungan yang diberikan selama ini
2. Ibu Ns. Lussyefrida Yanti, S.Kep., M.Kep. selaku Prodi Ilmu Keperawatan serta Dosen Penguji 1 yang telah memberikan dukungan pengarahan selama masa penyusunan skripsi.
3. Ibu Ns. Larra Fredrika, S.Kep., M.Kep. selaku ketua Prodi Ners Ilmu Keperawatan dan Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu dalam bimbingan, memberikan arahan serta masukan dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.

4. Ibu Ns. Weti, S.Kep., M.Kep. Selaku Dosen Penguji 2 yang telah bersedia meluangkan waktu dalam bimbingan, memberikan arahan serta masukan dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Terima kasih kepada teman-teman angkatan 2021 dari prodi ilmu keperawatan serta pihak yang terlibat tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang sama-sama berjuang dalam pendidikan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa isi dan cara penyajian skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, segala kritik dan saran sangat diharapkan guna meningkatkan mutu dari penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi bahan informasi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengembangkan kembali.

Bengkulu, Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

PERSETUJUAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
G. Keaslian Penelitian	5
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK)	8
1. Definisi	8
2. Etiologi	9
3. Anatomi Fisiologi Saluran Pernafasan berkaitan dengan PPOK.....	10
4. Manifestasi Klinis PPOK (Tanda & Gejala).....	12
5. Patologi dan patofisiologi	13
a. Patologi	13
6. Penatalaksanaan	14

7. Komplikasi.....	17
B. Konsep <i>Active Cycle Of Breathing (ACBT)</i>	17
1. Definisi ACBT	17
2. Tujuan <i>Active Cycle Breathing Technique (ACBT)</i>	18
3. <i>Evidence Based Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)</i>	18
4. Proses <i>Active Cycle Of Breathing Technique (ACBT)</i>	19
5. Konsep <i>Pursed Lips Breathing</i>	20
Teknik pursed lips breathing diantaranya sebagai berikut:	21
6. Kerangka Teori	21
7. Kerangka Konsep.....	23
Variabel Independen Variabel Dependen.....	23
8. Hipotesis	23
BAB III	24
METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian	24
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel	25
C. Definisi Operasional	27
D. Instrumen Penelitian	29
E. Teknik Pengumpulan Data.....	29
1. Data Primer	29
2. Data sekunder	30
F. Teknik Pengelolaan Data	30
1. Pengecekan (<i>Editing</i>)	30
2. Pemberian Kode (<i>Coding</i>)	30
3. Memasukan Data (<i>Data Entry</i>).....	30
4. Pembersihan Data (<i>Cleaning</i>)	30
5. Memproses (<i>Processing</i>)	31
G. Teknik Analisa Data.....	31

BAB IV	32
HASIL PENELITIAN.....	32
A. Gambar Lokasi Penelitian.....	32
1. Sejarah RSUD M. Yunus Bengkulu.....	32
2. Visi dan Misi RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu	34
3. Jalannya Penelitian	35
4. Hasil Analisis Univariat	36
5. Hasil Analisa Bivariat	40
BAB V	43
PEMBAHASAN	43
A. Analisis Univariat	43
B. Analisis Bivariat	45
C. Pengaruh Pursed Lips Breathing	46
D. Perbandingan ACBT dan PLB.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	52

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Keaslian Penelitian	5
Tabel 3. 2 Definisi Operasional	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Informed Consent
- Lampiran 3. SOP Tentang Latihan *Active Cycle Of Breathing Technique (ACBT)*
- Lampiran 4. Lembar SOP Tentang *Pursed Lips Breathing*
- Lampiran 5. Observasi Penilaian Pola Napas
- Lampiran 6. Input Data SPSS
- Lampiran 7. Semua Data SPSS
- Lampiran 8. Surat Keputusan Pembimbing Skripsi
- Lampiran 9. Surat Pra Penelitian
- Lampiran 10. Surat Keputusan Seminar Proposal
- Lampiran 11. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 12. Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 13. Surat Keputusan Seminar Proposal
- Lampiran 14. Dokumentasi Foto Kegiatan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah suatu penyakit pada paru-paru dalam kondisi kronis ditandai dengan hambatan udara pada saluran pernafasan yang bersifat progresif dan berhubungan dengan respon inflamasi kronis pada saluran pernafasan dan paru-paru. Kondisi ini dapat disebabkan oleh partikel atau gas tertentu (Faidah, 2021).

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan salah satu penyakit kronis yang menyebabkan penyempitan saluran pernapasan dan berakibat pada kesulitan bernapas. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), PPOK adalah penyebab utama kematian ketiga di dunia, dan diperkirakan sekitar 3,23 juta orang meninggal akibat PPOK pada tahun 2019 (*World Health Organization*, 2020).

Di Indonesia, PPOK juga menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi PPOK pada penduduk berusia 30 tahun ke atas di Indonesia adalah sekitar 3,7%. Angka ini dipengaruhi oleh tingginya jumlah perokok dan paparan polusi udara dalam ruangan akibat penggunaan bahan bakar biomassa seperti kayu bakar untuk memasak di beberapa wilayah pedesaan. Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi perokok tertinggi

di dunia, dan hal ini berdampak langsung pada tingginya angka PPOK di negara ini (*World Bank*, 2020).

Di Indonesia, prevalensi PPOK berkisar 4,5-6,3%, dengan perbedaan antara daerah perkotaan dan pedesaan (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Menurut data dari BPS provinsi Bengkulu (2020) mengenai prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) di Bengkulu menunjukkan bahwa kasus PPOK terus meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, pada tahun 2019 prevalensi PPOK di Bengkulu mencapai 2,5%, mengalami peningkatan dibandingkan dengan data tahun 2012 yang tercatat sebesar 2,0%. Di wilayah Kota Bengkulu sendiri, kasus PPOK cukup tinggi dengan prevalensi mencapai 8,43%, dan disusul oleh Kabupaten Kepahiang yang mencatat angka prevalensi sebesar 6,82%.

Berdasarkan prevalensi data penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) pasien di RSUD M. Yunus Bengkulu, Data pada tahun 2024 menunjukkan bahwa pasien yang terdiagnosis PPOK, diruangan rawat inap dengan jumlah keseluruhan mencapai 242 pasien dari bulan januari – november 2024.

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan penyempitan saluran udara yang dapat mengakibatkan kesulitan bernapas, yang biasanya memburuk secara progresif. Salah satu dampak signifikan dari PPOK adalah gangguan pola pernapasan, yang memengaruhi kapasitas fungsional paru-paru dan kualitas hidup pasien. Penatalaksanaan PPOK tidak hanya berfokus pada pengobatan farmakologis

tetapi juga terapi non-farmakologis, termasuk latihan pernapasan dan teknik pembuangan lendir (Sutrisno dan Handayani, 2020).

Dua metode yang sering digunakan dalam pengelolaan pasien PPOK adalah *Active Cycle of Breathing Techniques* (ACBT) dan *Pursed Lips Breathing*. *Active Cycle of Breathing Technique* merupakan teknik membersihkan jalan napas tanpa memerlukan peralatan khusus, hal tersebut menjadikan ACBT merupakan teknik yang disukai oleh kebanyakan pasien. Penelitian terdahulu telah dilakukan untuk menguji efektivitas dan keamanan ACBT. Selain itu, ACBT juga terbukti efektif dalam pengeluaran sputum pada pasien dengan bronkiektasis, cystic fibrosis dan pada pasien setelah dilakukan reseksi paru. Pada pasien dengan PPOK, ACBT lebih efektif dalam meningkatkan peak expiratory flow dan mengurangi dyspnea dibanding dengan teknik lainnya (Apriani et al., 2023).

Pursed Lips Breathing adalah teknik yang memungkinkan pengelolaan oksegenasi dan ventilasi. Teknik ini mengharuskan seseorang menarik napas melalui mulut dengan aliran yang lambat dan terkendali (Dhumal, Londhe, Pawadshetty, & Gaysamudre, 2023).

Di RSUD Dr. M. Yunus, perbandingan antara *Active Cycle of Breathing Techniques* (ACBT) dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola pernapasan pada pasien PPOK dapat menjadi relevan karena kedua teknik ini dapat membantu dalam menilai metode mana yang lebih efektif dalam mengurangi sesak napas dan meningkatkan pengeluaran lendir pada pasien. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbandingan kedua metode ini dan penting untuk meningkatkan standar perawatan pada pasien PPOK dan

memberikan rekomendasi yang berbasis bukti bagi para profesional kesehatan di Bengkulu.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah peneliti mengidentifikasi masalah yang akan dijadikan penelitian yaitu tentang perbandingan Latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* dalam meningkatkan pola napas pasien PPOK

C. Batasan Masalah

Penelitian ini berfokus pada perbandingan latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien PPOK.

D. Rumusan masalah

1. Bagaimana perbandingan latihan *Active Cycle of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing*
2. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan dalam hasil pola napas antara pasien yang menjalani latihan *Active Cycle of Breathing Techniques ACBT* dan *Pursed Lips Breathing*

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan Latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques ((ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien PPOK.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui pengaruh pola napas sebelum dan setelah diberikan latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques ACBT*
- b. Mengetahui pengaruh pola napas sebelum dan setelah diberikan *Pursed Lips Breathing*
- c. Menganalisa perbandingan antara Latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien PPOK.

F. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan ilmiah bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan Latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien PPOK.

2. Manfaat Praktis

Dapat memberikan tambahan pengetahuan serta penerapan Latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien PPOK.

G. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang serupa dengan penelitian yang berkaitan dengan latihan *Active Cycle Of Breathing Techniques (ACBT)* dan *Pursed Lips Breathing* terhadap pola napas pada pasien PPOK, dan terdapat perbedaan dan persamaan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 2. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul	Persamaan dan perbedaan	Hasil Penelitian
1.	(Trust et al., 2021)	Pengaruh Terapi <i>Active Cycle of Breathing Techniques (ACBT)</i> terhadap Frekuensi Pernafasan (Respiratory Rate) pada Penderita Tuberkulosis	• persamaan pada metode penelitian ini menggunakan metode Quasi Eksperiment dengan pendekatan pre test dan post test one group. • Perbedaan waktu tempat populasi dan sampel. Skala yang digunakan pengukuran Borg scale yang digunakan untuk kapasitas fungsional pernafasan.	Hasil penelitian ada pengaruh pola nafas sebelum pemberian terapi <i>active cycle of breathing technique (ACBT)</i> terhadap perbaikan frekuensi pernafasan pada penderita tuberkulosis paru dengan nilai $M \pm SD = 17.1081 \pm 2.94188$. Ada pengaruh pola nafas sebelum pemberian <i>active cycle of breathing technique (ACBT)</i> terhadap frekuensi pernafasan pasien tuberkulosis paru dengan nilai $M \pm SD = 27.0400 \pm 2.82076$. Ada perbedaan pengaruh pola nafas sebelum dan sesudah pemberian terapi <i>active cycle of breathing technique (ACBT)</i> terhadap perbaikan frekuensi pernafasan pasien tuberkulosis paru dengan nilai signifikan $0,000 < 0,005$.
2.	(Leli & Wahyuni, 2022)	Pengaruh Pursed Lips Breathing Terhadap Pola Napas Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik	• persamaan pada metode penelitian ini menggunakan metode Quasi Eksperiment dengan rancangan one group pretest-posttest design. • Perbedaan waktu tempat populasi dan skala yang digunakan teknik sampling menggunakan consecutive sampling.	Hasil setelah dilakukan uji statistik dengan bantuan SPSS diperoleh nilai $p \text{ value} = 0.00$. uji statistik dikatakan bermakna jika nilai $p \text{ value}$ dibawah $0,05 <$ pada tingkat kepercayaan 90% penelitian ini dianalisis menggunakan uji paired t test dengan menggunakan derajat kemaknaan $\alpha = 0.05$. setelah dilakukan uji statistik dengan bantuan SPSS diperoleh nilai $p \text{ value} = 0.00$. yang

				berarti $p \text{ value} < \alpha$ ($0.000 < 0.05$), artinya H_1 diterima maka dapat diartikan ada pengaruh yang berarti antara latihan Pursed Lips Breathing dengan pola napas pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik.
3.	(Adiana & Maha Putra, 2023)	Hubungan antara tingkat pendidikan dan komorbiditas dengan perilaku perawatan diri pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)	• Persamaan pada metode penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. • Perbedaan waktu tempat populasi dan sampel, skala yang digunakan	Hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ($p=0.001$) dengan perilaku perawatan diri pasien PPOK dengan $\alpha=0,05$. Variabel komorbiditas tidak ada hubungan yang signifikan dengan perilaku perawatan diri pasien PPOK ($p=0.469$). Tingkat pendidikan responden mempengaruhi perilaku perawatan diri pasien PPOK terkait akses sumber informasi dan informasi spesifik tentang perawatan diri yang mereka peroleh dari pemberi pelayanan kesehatan.