
Manajemen Tata Laksana Penyakit Paru Obstruktif Kronik: *Literature Review*

Putri Irwanti Sari

Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi;
putriirwantisari@unja.ac.id (koresponden)*

Keshy Maghfirah

Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi;
keshymaghfirah7@gmail.com

ABSTRACT

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a significant global health issue. It is characterized by chronic and progressive narrowing of the airways, resulting in symptoms such as shortness of breath, cough, and excessive mucus production. Major risk factors include smoking, air pollution, hazardous chemicals, and genetic factors. The impact of COPD on the quality of life and healthcare costs is substantial. In 2015, the World Health Organization (WHO) reported that around 65 million individuals suffer from COPD. In Indonesia, the prevalence of COPD is 3.7%, with significant regional variations. This study is a literature review that summarizes and critically analyzes existing literature, theories, research findings, and reference materials from various sources. Various approaches to managing COPD include physical therapy, breathing exercises, pharmacological therapy, and self-care programs. Physical therapy involves chest physiotherapy, which includes postural drainage and breathing exercises. Breathing exercises using the Pursed Lips Breathing (PLB) technique have also been proven effective. Pharmacological therapy includes bronchodilators and corticosteroids, while nebulizer therapy is used in some cases. Nursing interventions for COPD management involve appropriate positioning, effective cough exercises, and patient education. Self-care programs based on home care are recommended to improve patients' quality of life. To manage COPD symptoms, it is recommended to integrate breathing therapy techniques, foster collaborative healthcare teams, provide patient education, and conduct further research.

Keywords : COPD; Management; therapy

ABSTRAK

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan masalah kesehatan global yang signifikan. Hal ini ditandai dengan penyempitan saluran udara yang kronis dan progresif, sehingga menimbulkan gejala seperti sesak napas, batuk, dan produksi lendir yang berlebihan. Faktor risiko utama termasuk merokok, polusi udara, bahan kimia berbahaya, dan faktor genetik. Dampak PPOK terhadap kualitas hidup dan biaya perawatan kesehatan sangat besar. Pada tahun 2015, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa sekitar 65 juta orang menderita PPOK. Di Indonesia, prevalensi PPOK sebesar 3,7% dengan variasi regional yang signifikan. Kajian ini merupakan tinjauan pustaka yang merangkum dan menganalisis secara kritis literatur, teori, temuan penelitian, dan bahan referensi yang ada dari berbagai sumber. Berbagai pendekatan untuk menangani PPOK meliputi terapi fisik, latihan pernapasan, terapi farmakologis, dan program perawatan diri. Terapi fisik melibatkan fisioterapi dada, yang meliputi drainase postural dan latihan pernapasan. Latihan pernapasan dengan teknik Pursed Lips Breathing (PLB) juga terbukti efektif. Terapi farmakologis meliputi bronkodilator dan kortikosteroid, sedangkan terapi nebulizer digunakan dalam beberapa kasus. Intervensi keperawatan untuk penatalaksanaan PPOK melibatkan penempatan posisi yang tepat, latihan batuk yang efektif, dan edukasi pasien. Program perawatan mandiri berdasarkan perawatan di rumah direkomendasikan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien. Untuk mengelola gejala PPOK, disarankan untuk mengintegrasikan teknik terapi pernapasan, membina tim layanan

kesehatan yang kolaboratif, memberikan edukasi kepada pasien, dan melakukan penelitian lebih lanjut.

Kata kunci : PPOK, Penatalaksanaan, Terapi

PENDAHULUAN

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan salah satu masalah kesehatan yang semakin memprihatinkan di seluruh dunia. PPOK adalah kondisi medis yang ditandai oleh penyempitan saluran udara yang bersifat kronis dan sering kali progresif. Ini menyebabkan gejala seperti sesak napas, batuk, dan produksi lendir yang berlebihan. PPOK biasanya disebabkan oleh faktor-faktor risiko, terutama paparan asap rokok, namun juga dapat dipengaruhi oleh polusi udara, paparan bahan kimia berbahaya, serta faktor genetik. PPOK memiliki dampak yang signifikan pada kualitas hidup individu dan biaya pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, penanganan PPOK yang efektif sangat penting.

Berdasarkan laporan dari WHO pada tahun 2015, sekitar 65 juta individu diketahui menderita PPOK. Pada tahun 2002, PPOK telah mencapai peringkat kelima sebagai penyebab kematian utama di seluruh dunia. Selain itu, diperkirakan bahwa jumlah kematian yang disebabkan oleh PPOK akan mengalami peningkatan lebih dari 30% dalam dekade yang akan datang. Di Indonesia, sebuah negara di mana mayoritas penduduknya merokok, terjadi peningkatan signifikan dalam prevalensi orang yang menderita PPOK. Hal ini telah mengakibatkan PPOK menduduki peringkat kedua setelah asma dalam hal jumlah kasus yang tercatat.

Menurut data di Indonesia, prevalensi PPOK diperkirakan mencapai sekitar 3,7%. Namun, terdapat variasi yang signifikan dalam tingkat prevalensi di berbagai wilayah di Indonesia. Prevalensi PPOK tertinggi tercatat di Nusa Tenggara Timur, mencapai 10,0%, diikuti oleh Sulawesi Tengah dengan tingkat 8,0%. Selain itu, Sulawesi Barat dan Sulawesi Selatan masing-masing memiliki tingkat prevalensi sebesar 6,7%.

Di Pulau Kalimantan, ditemukan variasi dalam kasus PPOK. Prevalensi tertinggi terdapat di Kalimantan Selatan, sekitar 5,0%, diikuti oleh Kalimantan Tengah dengan tingkat 4,3%. Kalimantan Barat memiliki prevalensi sekitar 3,5%, dan Kalimantan Timur memiliki tingkat 2,8% (Najihah, Theovena Estvnia P., Ose Maria I., 2023). PPOK dapat dipicu oleh berbagai faktor risiko, termasuk merokok, eksposur terhadap zat kimia dan debu, paparan polusi udara, infeksi, faktor genetik, usia, jenis kelamin, perkembangan paru-paru, serta kondisi sosial ekonomi (Lewis, Dirksen, Heitkemper, & Bucher, 2014; dalam najihah).

Literature review ini bertujuan untuk menyelidiki dan menganalisis tata laksana PPOK berdasarkan temuan-temuan terkini dalam literatur ilmiah. Dengan memahami perkembangan terbaru dalam diagnosis, pengobatan, dan manajemen PPOK, kita dapat meningkatkan perawatan pasien yang menderita kondisi ini dan mengurangi dampak negatifnya pada masyarakat.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *literature review*. *Literature review* adalah sebuah eksposisi yang menggambarkan teori, hasil penelitian, serta materi referensi lainnya yang diambil dari berbagai sumber acuan. Tujuannya adalah untuk membentuk landasan penelitian dan membangun kerangka pemikiran yang kokoh untuk merumuskan masalah penelitian yang akan diinvestigasi. Penulis melakukan rangkuman, analisis, serta sintesis yang kritis dan mendalam terhadap literatur-literatur sebelumnya.

Literature review yang efektif adalah yang mampu mengevaluasi mutu serta temuan baru yang terdapat dalam publikasi ilmiah tertentu. Peneliti melakukan analisis dari beberapa sumber literatur/Jurnal dan kemudian menyusun mengenai hasil penelitian mengenai Tata Laksana PPOK.

Setelah melakukan analisis, peneliti menjalankan eksplorasi lebih dalam terhadap temuan-temuan tersebut, sehingga dapat menghasilkan rangkuman yang akan dituangkan ke dalam bab berikutnya. Dengan demikian, peneliti dapat menyajikan temuan dari literatur dengan cara yang sistematis dan informatif dalam kerangka penelitian yang lebih luas.

Sampel dalam literatur review ini berasal dari jurnal nasional yang berkaitan dengan tata laksana PPOK. Data dikumpulkan dengan cara melakukan pencarian melalui situs web portal-jurnal yang dapat dijangkau melalui *Google Scholar*. Kemudian, dari sumber-sumber tersebut, dilakukan proses skrining yang berarti penyaringan atau pemilihan data yang bertujuan untuk menemukan informasi yang relevan dengan topik penelitian, yakni tata laksana PPOK.

HASIL

Sampel dalam *literatur review* ini menggunakan 7 jurnal nasional yang berkaitan dengan tata laksana PPOK. Data dikumpulkan dengan cara melakukan pencarian melalui situs web portal-jurnal yang dapat dijangkau melalui *Google Scholar* menggunakan kata kunci PPOK, tata laksana PPOK, manajemen terapi PPOK, terapi farmakologi dan non farmakologi PPOK. Kemudian, dari sumber-sumber tersebut, dilakukan proses skrining yang berarti penyaringan atau pemilihan data yang bertujuan untuk menemukan informasi yang relevan dengan topik penelitian, yakni tata laksana PPOK.

Tabel 1. Kajian studi literatur tentang Tata Laksana Penyakit Paru Obstruktif Kronik

No	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Responden	Hasil
1.	Frisky Lutfia Windradini, Ameilia Inantia Mubarakah, Julistya Widya Maharani, dan Ratna Lusiawati (2020)	Fisioterapi Dada Pada Penderita Ppok	-	-	Tata laksana pada jurnal tersebut membahas tentang penggunaan fisioterapi dada sebagai salah satu metode non-medikamentosa dalam penatalaksanaan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). Fisioterapi dada dapat membantu meningkatkan proses penyembuhan secara efektif dan efisien pada pasien PPOK. Metode ini melibatkan beberapa teknik, seperti <i>postural drainage, clapping/percussion, dan breathing exercises</i> . Postural drainage dilakukan dengan mengatur posisi tubuh pasien untuk memfasilitasi pengeluaran sekret dari saluran pernapasan.
2.	Rusminah, Siswanto dan Susi Amalia (2021)	Teknik Pursed Lips Breathing (Plb) Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok)	Pendekatan eksploratif menggunakan metode dan desain literature review	-	Teknik yang digunakan dalam menangani PPOK adalah latihan pernapasan dengan <i>Teknik Pursed Lips Breathing (PLB)</i> . Selain latihan pernapasan PLB, terapi farmakologi seperti pemberian bronkodilator juga dapat digunakan untuk mengurangi obstruksi jalan napas pada penderita PPOK. Serta Pendekatan non-farmakologi lainnya, seperti memberikan hidrasi yang memadai untuk mengencerkan sekret bronkus,
3.	Putu Rika Veryanti ¹ , dan Dewa Gede Wisesa Budiman (2021)	Efek Terapi Bronkodilator Dan Kortikosteroid Terhadap Perubahan Nilai Arus Puncak Ekspirasi (Ape) Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok)	Penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional.	Sampel 99 pasien	Pasien yang didiagnosis PPOK ditangani dengan pemberian terapi bronkodilator dan kortikosteroid. Dalam hasil penelitian ini memberikan efek yang signifikan terhadap perubahan nilai APE pasien

No	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Responden	Hasil
4.	Ida Nur Imamah1, Dyah Rahmawatie dan Ratna Budi Utami (2022)	Perbedaan Pengaruh Kombinasi Terapi Nebuliser Dengan Batuk Efektif dan Pursed Lip Terhadap Sesak Nafas Pasien PPOK	Penelitian pre eksperimen (quasi eksperimen)	Sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 22 responden	Dalam tata laksana PPOK beberapa perawatan konvensional yang dapat diberikan untuk mengatasi <i>dyspnea</i> pada PPOK antara lain terapi bronkodilator, latihan olahraga, terapi oksigen, latihan kontrol nafas, dan terapi relaksasi.
5.	Ratna Dewi, Sarmaida Siregar, Mukhtar Effendi Harahap, dan Christine Handayani Siburian (2022)	Pengaruh Terapi Nebulizer terhadap Frekuensi Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Di Rsu Imelda Pekerja Indonesia (Rsu Ipi)	Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen pre dan post test one sample test	Sampel dalam penelitian ini berjumlah 49 pasien PPOK yang rawat inap di RSU IPI	Tata laksana untuk mengatasi kesulitan bernapas (<i>dyspnea</i>) pada PPOK melibatkan penggunaan terapi nebulizer. Temuan ini menunjukkan bahwa setelah pemberian intervensi terapi nebulizer, lebih dari 25% dari pasien mengalami penurunan frekuensi pernapasan atau kembali ke tingkat pernapasan normal.
6.	Dimas Eko Saputro & Anissa Cindy Nurul A (2023)	Penerapan Teknik Terapi Nafas Dalam Terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Di Ruang Isntalasi Gawat Darurat RS UNS	-	Penelitian ini menggunakan 1 pasien dengan diagnosis PPOK yang mengalami penurunan saturasi oksigen	Dalam mengatasi keluhan sesak nafas yang diderita, pasien harus melakukan terapi latihan yang <i>berbasis home programme</i> yang dilakukan secara mandiri. Terapi pelatihan ini meliputi: 1). Pursed Lip Breathing 2). Mobilisasi Sangkar Thorax, dan 3). Batuk Efektif.
7.	Natasya Anjani, Kristiyono Putro, dan Nungki Marlian Yuliadarwati (2023)	Edukasi Dan Pemberian Terapi Latihan pada Pasien PPOK Untuk Mengurangi Sesak Napas Di RSUD Dungus	Metode berupa penyuluhan promosi kesehatan	Terapi latihan kepada 20 orang pasien	Menekankan bahwa dalam mengatasi keluhan sesak nafas yang diderita, pasien harus melakukan terapi latihan yang <i>berbasis home programme</i> yang dilakukan secara mandiri. Terapi pelatihan ini meliputi: 1). Pursed Lip Breathing 2). Mobilisasi Sangkar Thorax, dan 3). Batuk Efektif.

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa ada beberapa penatalaksanaan terapi non farmakologi yang dilakukan pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronik. Penatalaksanaan berfokus untuk mengatasi keluhan sesak napas yang diderita oleh pasien. Terapi yang dilakukan antara lain latihan pernapasan dengan *Teknik Pursed Lips*, terapi napas dalam, edukasi berbasis *home programme* dan fisioterapi dada. Terapi farmakologi yang dapat diberikan adalah terapi bronkolodilator dan kortikosteroid.

DISCUSSION / PEMBAHASAN

Penelitian (Windradini *et al.*, 2021), Tata laksana pada jurnal tersebut membahas tentang penggunaan fisioterapi dada sebagai salah satu metode non-medikamentosa dalam penatalaksanaan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). Fisioterapi dada dapat membantu meningkatkan proses penyembuhan secara efektif dan efisien pada pasien PPOK.

Metode ini melibatkan beberapa teknik, seperti postural drainage, clapping/percussion, dan breathing exercises. Postural drainage dilakukan dengan mengatur posisi tubuh pasien untuk memfasilitasi pengeluaran sekret dari saluran pernapasan. *Clapping/percussion* adalah teknik penepukan ringan pada dinding dada untuk membersihkan jalan napas secara mekanik. *Breathing exercises* melibatkan latihan pernapasan untuk meningkatkan fungsi pernapasan dan mencegah kolaps paru-paru. Selain itu, penatalaksanaan PPOK juga melibatkan penggunaan obat bronkodilator secara medikamentosa.

Dalam Penelitian (Rusminah, Siswanto and Amalia, 2021), menjelaskan bahwa teknik yang digunakan dalam menangani PPOK adalah latihan pernapasan dengan Teknik Pursed Lips Breathing (PLB). Teknik PLB melibatkan pernapasan melalui hidung selama 2-3 detik dan ekspirasi perlahan-lahan melalui bibir yang dirapatkan selama 4-6 detik. Latihan ini dapat membantu mengurangi sesak napas, meningkatkan saturasi oksigen, dan memperbaiki pertukaran gas dalam paru-paru.

Latihan PLB dapat dilakukan dalam posisi duduk atau berbaring. latihan pernapasan PLB dapat dilakukan secara teratur, sebanyak 4 kali dalam sehari sebelum makan dan sebelum tidur, selama 30 menit. Latihan ini dapat membantu meningkatkan kapasitas pernapasan, mengoptimalkan kemampuan pasien, dan meningkatkan kualitas hidup. Selain latihan pernapasan PLB, terapi farmakologi seperti pemberian bronkodilator juga dapat digunakan untuk mengurangi obstruksi jalan napas pada penderita PPOK. Terapi ini bertujuan untuk mengurangi gejala sesak napas dan memperlambat progresi penyakit.

Serta Pendekatan non-farmakologi lainnya, seperti memberikan hidrasi yang memadai untuk mengencerkan sekret bronkus, mengatur pola tidur yang baik, dan memberikan edukasi kepada pasien tentang pentingnya menjaga gaya hidup sehat, termasuk menghindari faktor risiko seperti merokok dan polusi udara.

Hal ini berbeda dengan Penelitian yang dilakukan (Rika Veryanti and Gede Wisesa Budiman, 2021), pasien yang didiagnosis PPOK ditangani dengan pemberian terapi bronkodilator dan kortikosteroid. Dalam hasil penelitian ini memberikan efek yang signifikan terhadap perubahan nilai APE pasien. Penelitian yang dilakukan oleh (Imamah, 2022), berbeda dengan penelitian sebelumnya menyatakan bahwa dalam tata laksana PPOK beberapa perawatan konvensional yang dapat diberikan untuk mengatasi dyspnea pada PPOK antara lain terapi bronkodilator, latihan olahraga, terapi oksigen, latihan kontrol napas, dan terapi relaksasi.

Selain itu, pada dijelaskan bahwa intervensi keperawatan yang seharusnya dilakukan pada pasien dengan PPOK antara lain adalah pemberian posisi, batuk efektif, *postural drainage*, dan *pursed lip breathing*.

Selanjutnya hasil penelitian juga berbeda dengan penelitian sebelumnya. Pada Penelitian yang dilakukan oleh (Dewi *et al.*, 2022), tata laksana untuk mengatasi kesulitan bernapas (dyspnea) pada PPOK melibatkan penggunaan terapi nebulizer. Temuan ini menunjukkan bahwa setelah pemberian intervensi terapi nebulizer, lebih dari 25% dari pasien mengalami penurunan frekuensi pernapasan atau kembali ke tingkat pernapasan normal.

Dalam penelitian (hidayat fahrul, 2023), untuk mengatasi masalah PPOL salah satunya dengan teknik relaksasi nafas dalam. Teknik ini merupakan suatu bentuk asuhan keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan ventilasi alveoli dan memelihara pertukaran gas. Tujuan dari kasus ini yaitu untuk mengetahui implementasi penerapan teknik terapi nafas dalam terhadap peningkatan saturasi oksigen.

Penelitian, (Anjani, Putro and Yuliadarwati, 2023), Menekankan bahwa dalam mengatasi keluhan sesak nafas yang diderita, pasien harus melakukan terapi latihan yang berbasis home programme yang dilakukan secara mandiri. Terapi pelatihan ini meliputi: 1). *Pursed Lip Breathing* 2). Mobilisasi Sangkar Thorax, dan 3). Batuk Efektif.

KESIMPULAN

Penatalaksanaan penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) bertujuan meningkatkan status fungsional dan kualitas hidup pasien dengan mempertahankan fungsi paru yang optimal, memperbaiki gejala, dan mencegah rekurensi eksaserbasi. Diharapkan adanya literature review ini dapat meningkatkan pengetahuan terkait perkembangan manajemen perawatan PPOK bagi pasien serta dapat menjadi pilihan dalam meningkatkan status Kesehatan pasien.

ACKNOWLEDGEMT / PENGAKUAN

Terima kasih kepada Ketua Jurusan Keperawatan dan Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian.

REFERENCE / REFERENSI

- Anjani, N., Putro, K. and Yuliadarwati, N.M. (2023) 'Edukasi Dan Pemberian Terapi Latihan Pada Pasien Ppok Untuk Mengurangi Sesak Napas Di Rsud Dungus', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 6(2), pp. 191–197. Available at: <https://doi.org/10.36341/jpm.v6i2.2986>.
- Dewi, R. et al. (2022) 'Pengaruh Terapi Nebulizer Terhadap Frekuensi Napas Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok)', *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(1), pp. 1–4. Available at: <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i1.682>.
- hidayat fahrul, D. (2023) 'No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title', pp. 31–41.
- Imamah, I. (2022) 'Perbedaan Pengaruh Kombinasi Terapi Nebuliser Dengan Batuk Efektif dan Pursed Lip Terhadap Sesak Nafas Pasien PPOK', *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 20(1), pp. 1–16.
- Najihah, Theovena Estvnia P., Ose Maria I., W.D.T. (2023) 'Prevalensi Penyakit Paru Obstruksi Kronik (Ppok) Berdasarkan Karakteristik Demografi Dan Derajat Keparahan', *Journal of Borneo Holistic Health*, 6(1), pp. 109–115.
- Rika Veryanti, P. and Gede Wisesa Budiman, I.D. (2021) 'Efek Terapi Bronkodilator Dan Kortikosteroid Terhadap Perubahan Nilai Arus Puncak Ekspirasi (Ape) Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok)', *Forte Journal*, 1(2), pp. 69–76. Available at: <https://doi.org/10.51771/fj.v1i2.81>.
- Rusminah, R., Siswanto, S. and Amalia, S. (2021) 'Literature Review : Teknik Pursed Lips Breathing (PLB) Terhadap Saturasi Oksigen pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)', *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 7(1), pp. 83–98. Available at: <https://doi.org/10.56186/jkbb.89>.
- Windradini, F.L. et al. (2021) 'Fisioterapi Dada Pada Penderita PPOK', *Publikasi Ilmiah*, pp. 831–844.