

ABSTRAK

**PENGARUH KOMBINASI *HOME BASED WALKING EXERCISE* DAN
PURSED LIPS BREATHING TERHADAP *FORCED EXPIRATORY
VOLUME IN 1 SECOND (FEV₁)* DAN
DYSPNEA PASIEN PPOK**

Oleh: Arum Dwi Ningsih

Latar belakang: Penurunan FEV₁ dan keluhan *dyspnea* merupakan tanda dan gejala yang khas pada PPOK. Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan pengaruh kombinasi *home based walking exercise* dan *pursed lips breathing* terhadap *forced Expiratory Volume In One Second (FEV₁)* dan *dyspnea* pasien PPOK. **Metode:** Penelitian ini menggunakan *Quasy Experiment* dengan pendekatan *Pre-Post test control grup design*. Populasi penelitian adalah pasien PPOK di RSUD Jombang dan RSUD Bangil. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *consecutive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dengan total 40 pasien. Intervensi kombinasi *home based walking exercise* dan *pursed lips breathing* dilakukan 3 kali perminggu, selama 4 minggu. Sehingga total latihan dilakukan sebanyak 12 kali. Alat ukur FEV₁ menggunakan *Spirometry* dan *dyspnea* menggunakan kuisioner *COPD Assesment Test (CAT)*. Analisa data menggunakan *Paired t-test*, *Wilcoxon test*, *uji Multivariat Manova*. **Hasil dan Analisis :** Hasil uji *Multivariat Manova* didapatkan nilai Signifikansi 0,000 (α 0,05). Hal ini berarti latihan kombinasi *home based walking exercise* dan *pursed lips breathing* efektif dalam meningkatkan nilai FEV₁ dan menurunkan *dyspnea* pada pasien PPOK. **Kesimpulan dan Pembahasan:** Latihan kombinasi *home based walking exercise* dan *pursed lips breathing* dapat meningkatkan nilai *Forced Expiratory Volume In One Second (FEV₁)* dan menurunkan *dyspnea* pasien PPOK, jika dilakukan secara teratur dan berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa peran perawat sebagai *Nursing Agency* sangat dibutuhkan untuk melakukan *supportive educative* pada pasien PPOK.

Kata kunci : *Kombinasi home based walking exercise, pursed lips breathing, Forced Expiratory Volume In One Second (FEV₁), Dyspnea, dan COPD*