

## INTISARI

Yeny Nur Arifah  
NIM E2016045  
Program Studi Diploma IV Fisioterapi

Rini Widarti, S.St.FT , M.Or  
Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M

### MENGURANGI SESAK NAPAS PADA PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK (PPOK) DENGAN *PURSED LIP BREATHING EXERCISE*

#### INTISARI

**Latar Belakang :** Indonesia merupakan negara dengan jumlah perokok yang tinggi dari berbagai kalangan usia. Prevalensi merokok yang tinggi menimbulkan kenaikan terjadinya Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). Pasien PPOK memiliki gangguan penyumbatan pada saluran pernapasan yang diakibatkan oleh partikel-partikel berbahaya yang terkandung dalam rokok sehingga menyebabkan terjadinya sesak napas. Fisioterapi sangat berperan dalam membantu mengurangi sesak napas pada PPOK dalam melatih dan memperbaiki pernapasan, mengeluarkan *mucus*, dan membersihkan jalan napas dengan *Pursed Lip Breathing Exercise*. **Tujuan :** Mengetahui dan membuat media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) mengenai *Pursed Lip Breathing Exercise* sebagai media promotif Fisioterapi dalam upaya menumbuhkan motivasi pasien untuk mengurangi sesak napas pada PPOK. **Metode :** Metode yang digunakan menggunakan media KIE yaitu poster sebagai media promotif Fisioterapi dalam upaya menumbuhkan motivasi pasien untuk mengurangi sesak napas pada PPOK. **Hasil :** Media KIE poster yang dihasilkan akan ditempelkan di *lobby* rumah sakit, mading rumah sakit dan ruang tunggu. Poster yang dihasilkan juga akan dipublikasikan melalui blog penulis yaitu [katanyamulaikatakita.blogspot.com](http://katanyamulaikatakita.blogspot.com) yang mudah di akses oleh pasien maupun non pasien PPOK. **Kesimpulan :** Sebagai media edukasi dan informasi kepada pasien dalam menangani sesak napas pada kasus PPOK.

**Kata kunci :** *Sesak Napas, PPOK, Pursed Lip Breathing Exercise, Poster*

