



**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

KUESIONER DEMOGRAFI

No responden ;

Kode responden ;

Nomor telepon :

Alamat :

Petunjuk pengisian ;

1. Kuesioner ini hanya terdiri data demografi
2. Mohon kesediannya Bapak/Ibu/Saudara untuk mengisi kuesioner tersebut sesuai dengan kondisi yang sebenarnya, dengan cara memberikan tanda cek list (pada jawaban yang telah disediakan dan isian singkat.
3. Semua pertanyaan/ Pernyataan sedapat mungkin diisi secara jujur dan lengkap
4. Bila ada pertanyaan/ pernyataan yang kurang dipahami, mintalah petunjuk langsung kepada peneliti atau asisten peneliti
5. Atas partisipasi responden kami mengucapkan banyak terima kasih.

KUESIONER

DATA DEMOGRAFI RESPONDEN

1. Umur :tahun
2. Jenis kelamin ; Laki – laki Perempuan
3. Tingkat pendidikan : Tidak sekolah SD SMP
 SMA PT
4. Status Merokok : Merokok Tidak Merokok
5. Pekerjaan : Tidak bekerja
 Bekerja
6. Lama menderita PPOK :tahun.....bulan

LEMBAR OBSERVASI**PEMERIKSAAN FUNGSI FAAL PARU DAN KAPASITAS
FUNGSIONAL**

Nama responden :

No RM :

I. Tingkat kekambuhan

Tingkat kekambuhan	Hari ke 1	Hari ke 14
Frekuensi napas:		
Frekwensi kunjungan		
Skala sesak		

SURAT PERNYATAAN KESEDIAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Pekerjaan :

Setelah mempelajari dan mendapat penjelasan yang sejelas-jelasnya mengenai penelitian dengan judul PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATANLATIHAN *PURSED-LIPS BREATHING* TERHADAP TINGKAT KEKAMBUHAN PASIEN PPOK DI POLIKLINIK PARU RSUD CENGKARENG, dan setelah mengetahui dan menyadari sepenuhnya resiko yang mungkin terjadi, dengan ini saya menyatakan bahwa saya bersedia dengan sukarela menjadi subjek penelitian tersebut dan patuh akan ketentuan – ketentuan yang dibuat peneliti. Jika sewaktu-waktu ingin berhenti, saya berhak untuk tidak melanjutkan mengikuti penelitian ini tanpa ada sanksi apapun.

Yang menyatakan

Peneliti

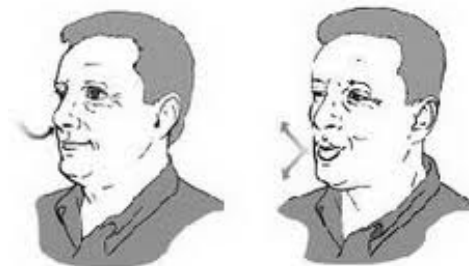
()

(Luli Sutiawati)

TEKNIK LATIHAN NAPAS DALAM

Pursed-lip breathing

1. Penderita duduk dan bernafas dengan cara pasien menghirup napas melalui hidung sambil menghitung sampai 3.
2. Hembuskan dengan lambat dan rata melalui bibir yang dirapatkan sambil mengencangkan otot-otot abdomen merapatkan bibir meningkatkan tekanan intratrakeal, menghembuskan udara melalui mulut memberikan tahanan lebih sedikit pada udara yang dihembuskan.
3. Hitung hingga 7 sambil memperpanjang ekspirasi melalui bibir yang dirapatkan. Duduk dikursi, lipat tangan diatas abdomen, hirup napas melalui hidung sambil menghitung 3, membungkuk kedepan dan hembuskan dengan lambat melalui bibir yang dirapatkan sambil menghitung hingga 7.



Note: •

- Lakukan manuver tersebut di atas tiga kali kemudian beristirahat sejenak.
- Tahan nafas hitung 1001 - 1005. Setelah inspirasi, baru ekspirasi.
- Upayakan waktu mengeluarkan nafas setidaknya dua kali waktu menarik nafas
- Latihan ini dapat dilakukan sesering mungkin dalam sehari.