**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **TRIPOD POSITION** | |
| **STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR** | LAMA INTERVENSI | SASARAN |
| 2 x 10 Menit | Penderita PPOK |
| Pengertian | Suatu pengaturan posisi sebagai terapi non farmakologis dalam membantu peningkatanmekanisme bernapas pada pasien PPOK. | |
| Tujuan | Untuk mencapai ventilasi paru yang lebih terkontrol dan efisien serta mengurangi efek kelelahan karena proses bernafas yang meningkat | |
| Kontraindikasi | Pasien PPOK disertai dengan gagal jantung, kompikasi paru dan penyulit lain. | |
| Alat | Kursi, bantal dan pulse oxymetri | |
| Prosedur: | 1. Persiapan klien 2. Berikan informasi kepada klien tentang posisi tripod 3. Kontrak waktu dengan klien dan kesediaan untuk dilakukan tindakan 4. Persiapan alat 5. Siapkan alat dan bahan yang dibutuhkan 6. Dekatkan alat dengan klien 7. Fase orientasi 8. Cuci tangan sebelum ke klien 9. Perkenalkan diri 10. Validasi identitas klien 11. Berikan keamanan privasi 12. Fase kerja 13. Kaji tanda tanda vital dan saturasi oksigen klien 14. Posisikan klien pada posisi tripod sesuai dengan kemampuan klien, duduk, tiduran, atau berdiri. 15. Bantu klien untuk memposisikan tripod 16. Tahan posisi tripod selama 10 menit, lihat respon klien 17. Anjurkan klien untuk bernafas secara perlahan-lahan 18. Berikan waktu istirahat selam 5 menit 19. Ulangi posisi tripod sekali lagi selama 10 menit 20. Kaji ulang tanda-tanda vital dan saturasi oksigen klien 21. Berikan klien dengan posisi yang nyaman 22. Fase terminasi 23. Kaji respon klien setelah diberikan tindakan 24. Motivasi klien untuk melakukan secara mandiri 25. Berikan jadwal untuk melakukan tripod position 26. Kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya | |
| Dokumentasi | Memantau tanda-tanda vital klien dan saturasi oksigen | |
| Referensi | Kim et al*.*(2012). *Effects Of Breathing Menuever And Sitting Posture On Muscle Activity In Inspiratoryaccessory Muscle In Patients With Chronic Obstructive Pulmonary Disease,* *Multidisciplinary Respiratory Medicine*.  Emily, Krelle, (2012). *Pulmonary rehabilitation physioteraphy for COPD*. NHS Journal of Royal United hospital bath. | |

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **PURSED LIPS BREATHING EXERCISE** | |
| **STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR** | LAMA INTERVENSI | SASARAN |
| 2 x 10 Menit | Penderita PPOK |
| Pengertian | *Pursed lips breathing* (PLB) merupakan latihan pernapasan yang terdiridari dua mekanisme, yaitu menarik napas (inspirasi) dengan mulut tertutup beberapa detik melalui hidung serta mengeluarkan napas (ekspirasi) perlahan-lahan melalui mulut dengan pola mengerucutkan bibir seperti posisi bersiul | |
| Tujuan | Peningkatan tekanan pada rongga mulut, kemudian tekanan ini akan diteruskan melalui cabang-cabang *bronkus* sehingga dapat mencegah *air trapping* dan *kolaps* pada saluran napas kecil waktu *ekspirasi* | |
| Kontraindikasi | Pasien PPOK disertai dengan gagal jantung, kompikasi paru dan penyulit lain. | |
| Alat | pulse oxymetri | |
| Prosedur: | 1. Persiapan klien 2. Berikan informasi kepada klien tentang pursed lips breathing 3. Kontrak waktu dengan klien dan kesediaan untuk dilakukan tindakan 4. Persiapan alat 5. Siapkan alat yang dibutuhkan 6. Dekatkan alat dengan klien 7. Fase orientasi 8. Cuci tangan sebelum ke klien 9. Perkenalkan diri 10. Validasi identitas klien 11. Berikan keamanan privasi 12. Fase kerja 13. Kaji tanda tanda vital dan saturasi oksigen klien 14. Posisikan klien pada posisi fowler atau semi fowler, anjurkan klien untuk rileks. 15. Ajarkan pursed lips breathing pada klien dengan mencontohkan saat klien mengambil nafas melalui hidung selama 2 detik kemudian dikeluarkan melalui mulut dengan hitungan 4 detik dengan bentuk bibir menguncup. 16. Lakukan pursed lips breathing secara berulang selama 10 menit, lihat respon klien 17. Anjurkan klien untuk bernafas secara perlahan-lahan 18. Memberikan waktu istirahat selama 5 menit 19. Ulangi latihan pursed lips breathing sekali lagi selama 10 menit 20. Kaji ulang tanda-tanda vital dan saturasi oksigen klien 21. Berikan klien dengan posisi yang nyaman 22. Fase terminasi 23. Kaji respon klien setelah diberikan tindakan 24. Motivasi klien untuk melakukan secara mandiri 25. Berikan jadwal untuk melakukan latihan pursed lips breating setiap hari 26. Kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya | |
| Dokumentasi | Memantau tanda-tanda vital klien dan saturasi oksigen | |
| Referensi | Hudak, Carolyn M, dan Gallo Barbara M. (2011). *Keperawatan Kritis Pedekatan Asuhan Holistik Volume 2*. Jakarta: EGC. | |