

**PENGARUH INTERVENSI EDUKASI TENTANG *SELF
MANAGEMENT* LATIHAN *PURSED LIPS BREATHING*
TERHADAP EFIKASI DIRI DAN *PEAK EXPIRATORY
FLOW RATE* PASIEN PPOK**

TESIS



**Oleh:
EMDAT SUPRAYITNO
NIM 20151050007**

**PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2017**

LEMBAR PENGESAHAN

Tesis

PENGARUH INTERVENSI EDUKASI TENTANG *SELF MANAGEMENT* LATIHAN *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP EFIKASI DIRI DAN *PEAK EXPIRATORY FLOW RATE* PASIEN PPOK

Telah disetujui pada tanggal:
April 2017

Oleh :

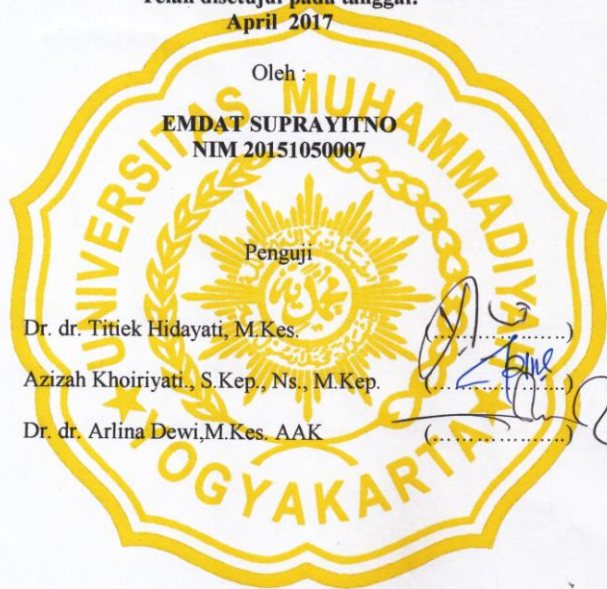
**EMDAT SUPRAYITNO
NIM 20151050007**

Penguji

Dr. dr. Titiék Hidayati, M.Kes.

Azizah Khoiriyati, S.Kep., Ns., M.Kep.

Dr. dr. Arlina Dewi, M.Kes. AAK



**Mengetahui
Ketua Program Magister Keperawatan
Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



(Fitri Arofati, S.Kep., Ns., MAN., Ph.D.)


LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa tesis yang berjudul “Pengaruh Intervensi Edukasi Tentang *Self Management*, Latihan *Pursed Lips Breathing* terhadap Efikasi Diri dan *Peak Expiratory Flow Rate* Pasien PPOK” ini sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Yogyakarta, April 2017
Yang membuat pernyataan




Emdat Suprayitno
NIM 20151050007

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan karuniaNya penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Pengaruh Intervensi Edukasi Tentang *Self Management*, Latihan *Pursed Lips Breathing* Terhadap Efikasi Diri dan *Peak Expiratory Flow Rate* Pasien PPOK”. Penulisan tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Peneliti menyadari bahwa penulisan tesis ini dapat diselesaikan atas bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Achmad Nurmandi, MSc selaku Ketua Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Fitri Arofiati, S.Kep.,Ns.,MAN.,Ph.D. selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Dr. dr. Titiek Hidayati.,M.Kes selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran membimbing, memberikan saran dan solusi dalam penyusunan tesis ini.
4. Azizah Khoiriyati., S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah mengarahkan dan memberikan motivasi serta memberikan banyak masukan dalam penulisan tesis ini.
5. drg. Primada Kusumaninggar, M.Kes selaku Direktur Rumah Sakit Umum Asy-Syaafi Pamekasan yang telah memberikan ijin penelitian.

6. Kedua orang tua, H. Djaniman dan Siti Montama (Alm.) atas dukungan, do'a dan materi selama proses penyusunan tesis ini berlangsung.
7. Saudara-saudara saya yang telah membantu dan memberikan dukungan moral, materi serta Do'a.
8. Istri tercinta, Arista Honaeni Wanda SE. yang telah membantu dan memberikan dukungan moral, materi serta Do'a.
9. Teman-teman Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan VI.
10. Semua pihak yang turut berpartisipasi dalam penyusunan tesis ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga ALLAH SWT melimpahkan rahmat serta hidayahNYA dan menjadikannya sebagai amal jariyah. Harapan penulis semoga laporan tesis ini dapat memberikan manfaat bagi ilmu keperawatan. Penulis menyadari penulisan tesis ini masih belum sempurna, mohon kritik dan saran yang bersifat membangun.

Yogyakarta, April 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR SINGKATAN.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	12
E. Penelitian Terkait	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep teori PPOK	21
1. Definisi PPOK.....	21
2. Penyebab PPOK.....	22
3. Patofisiologi PPOK	23
4. Klasifikasi PPOK	24
5. Manifestasi PPOK.....	25

6. Komplikasi PPOK	25
7. Derajat PPOK.....	26
8. Penatalaksanaan PPOK.....	27
B. Fungsi Paru/Respirasi	
1. Pengertian	35
2. Mekanisme respirasi	36
3. Pemeriksaan fungsi respirasi.....	38
C. <i>Peak expiratory rate</i> / Arus puncak ekspirasi	
1. Pengertian	39
2. Indikasi Pemeriksaan.....	40
3. Faktor-faktor mempengaruhi fungsi paru	41
4. Nilai normal PEF.....	44
5. Perosedur pemeriksaan PEF	45
6. Hubungan PEF dengan PPOK	47
7. Keterkaitan PEF dengan <i>pursed lips breathing</i>	48
D. Konsep Edukasi	
1. Pengertian	51
2. Konsep dasar pendidikan kesehatan.....	52
3. Proses Pendidikan kesehatan	52
4. Prinsip Pendidikan kesehatan	53
5. Metode pendidikan kesehatan.....	54
6. Media pendidikan kesehatan.....	59

E. Konsep Efikasi Diri	
1. Pengertian	61
2. Sumber efikasi diri	62
3. Proses pembentukan efikasi diri.....	64
4. Dimensi efikasi diri	67
5. Manfaat efikasi diri	68
F. Kerangka Teori	69
G. Kerangka Konsep.....	70
H. Hipotesis	70
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	71
B. Populasi dan Sampel Penelitian	72
C. Waktu dan tempat penelitian	75
D. Variabel Penelitian	75
E. Definisi Operasional.....	76
F. Instrumen Penelitian.....	78
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	79
H. Cara Pengumpulan Data	82
I. Alur Penelitian	87
J. Analisis Data.....	88
K. Etika Penelitian	88

BAB IV HASIL dan PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian	91
1. Gambaran umum pelaksanaan penelitian.....	91
2. Analisis univariat	93
3. Analisis Bivariat	95
4. Pembahasan	102

BAB V Kesimpulan dan saran

A. Kesimpulan	148
B. Saran	149
DAFTAR PUSTAKA	151

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Design Penelitian <i>True Experiment</i>	71
Tabel 3.2 Definisi Operasional	76
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dan Homogenitas Responden Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi Pasien PPOK pada pasien PPOK di RSUD Syaafi Pamekasan (September-November 2016, n=30)	93
Tabel 4.2 Perbedaan rata-rata skor efikasi diri dan nilai PEF sebelum dilakukan edukasi tentang <i>self management</i> dan latihan <i>pursed lips breathing</i> pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi	95
Tabel 4.3 Perbedaan rata-rata skor efikasi diri sebelum dan setelah dilakukan dilakukan edukasi tentang <i>self management</i> dan latihan <i>pursed lips breathing</i> pada kelompok intervensi dan kontrol	96
Tabel 4.4 Perbedaan rata-rata skor PEF sebelum dan setelah dilakukan edukasi <i>self management</i> dan latihan <i>pursed lips breathing</i> pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi	98
Tabel 4.5 Perbedaan skor rata-rata nilai efikasi diri dan rata-rata nilai PEF setelah dilakukan edukasi tentang <i>self management</i> dan latihan <i>pursed lips breathing</i> pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi	99
Tabel 4.6 Perbedaan selisih (delta) skor rata-rata nilai efikasi diri dan rata-rata nilai PEF sebelum dan setelah dilakukan edukasi tentang <i>self management</i> dan latihan <i>pursed lips breathing</i> pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi	100

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Latihan <i>pursed lips breathing</i>	34
Gambar 2.2 Kerangka Teori	69
Gambar 2.3 Kerangka Konseptual Penelitian	70
Gambar 3.1 Alur Penelitian <i>pursed lips breathing</i>	74

DAFTAR SINGKATAN

APE	Arus Puncak Ekspirasi
GOLD	<i>Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease</i>
FEV	<i>Forced Expiratory Volume</i>
PDPI	Persatuan Dokter Paru Indonesia
PLB	<i>Pursed Lips Breathing</i>
PPOK	Penyakit Paru Obstruksi Kronik
WHO	<i>World Health Organization</i>
PEF	<i>Peak expiratory flow rate</i>
Depkes	Departemen Kesehatan
RI	Republik Indonesia
IB	Indeks Brinkman
IMT	Indeks massa tubuh

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Penjelasan Dan Informasi (*Informed Consent*)
- Lampiran 2 Pernyataan Bersedia Menjadi Responden
- Lampiran 3 Kuesioner data umum
- Lampiran 4 Kuesioner efikasi diri
- Lampiran 5 Lembar Observasi *peak expiratory flow rate*
- Lampiran 6 Lembar observasi pemahan responden
- Lampiran 7 Modul Edukasi *Self Management*
- Lampiran 8 Modul Latihan *pursed lips breathing*
- Lampiran 10 Surat Etik
- Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 12 Hasil analisis data dengan SPSS