

LAMPIRAN



Lampiran 1 Lembar Observasi

**Penerapan Teknik *Tripod Position* Dan Teknik Pernafasan *Pursed Lips Breathing*
Pada Pasien Pnemonia**

Hari	Sebelum	Sesudah	kenaikan
Hari ke-1	90%	93%	3%
Hari ke-2	93%	95%	2%
Hari ke-3	95%	97%	2%
		Rata-rata kenaikan	2,3%



Lampiran 2 SOP Teknik *tripod position*

	<p>PROGRAM STUDI PROFESI NERS AKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP</p>
<p>STANDARD OPERATING PROCEDURE (SOP) Teknik <i>tripod position</i></p>	
Pengertian	Teknik <i>tripod position</i> mempengaruhi efektivitas otot inspirasi dan mengurangi sesak napas. Kondisi pernapasan yang sulit pada pasien dapat diamati dari tingkat keparahannya. Posisi tripod dapat meningkatkan kerja otot diafragma dan otot interkosta eksternal pada sudut kurang lebih 45 derajat, sehingga gaya gravitasi bumi dapat bekerja secara efektif. Gaya gravitasi ini memfasilitasi kontraksi otot ke bawah, memperluas volume rongga toraks, dan memaksa paru-paru untuk mengembang. Proses ini menunjukkan bahwa menggunakan posisi tripod atau miring ke depan dapat membantu pasien yang kesulitan bernapas dengan efisien tanpa banyak penggunaan energi. Melakukan inspirasi dengan penggunaan energi yang minim dapat mengurangi kelelahan pasien selama bernapas dan mengurangi kebutuhan oksigen
Tujuan	meningkatkan kerja otot diafragma dan otot interkosta eksternal pada sudut kurang lebih 45 derajat, sehingga gaya gravitasi bumi dapat bekerja secara efektif. Gaya gravitasi ini memfasilitasi kontraksi otot ke bawah, memperluas volume rongga toraks, dan memaksa paru-paru untuk mengembang. Proses ini menunjukkan bahwa menggunakan posisi tripod atau miring ke depan dapat membantu pasien yang kesulitan bernapas dengan efisien tanpa banyak penggunaan energi.

Alat	Oxymetri
Prosedur	<p>Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berikan salam, peneliti memperkenalkan diri 2. Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan intervensi kepada responden 3. Kontrak waktu 4. Menanyakan persetujuan responden <p>Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuci tangan dan observasi tindakan prosedur pengendalian infeksi lainnya yang sesuai, berikan privasi. 2. Berikan suasana lingkungan yang tenang Mengkaji secara mandiri tanda-tanda vital dan saturasi oksigen 3. Memposisikan badan pada posisi secara nyaman sesuai dengan kemampuan (duduk, tiduran, atau berdiri) 4. Posisikan tubuh dalam bentuk tripod 5. Tahan posisi tripod selama 10 menit, 6. Lakukan bernafas secara perlahan-lahan 7. Berikan waktu istirahat selama 5 menit 8. Ulangi posisi tripod sekali lagi selama 10 menit 9. Kaji ulang tanda-tanda vital dan saturasi oksigen klien 10. Tetap pada posisi yang nyaman <p>Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Motivasi pasien untuk mempraktikkan kembali teknik <i>tripod position</i> 2. Melakukan pengukuran tingkat nyeri setelah intervensi 3. Lakukan dokumentasi



Lampiran 3 Sop Pursed Lips Breathing

	<p>PROGRAM STUDI PROFESI NERS AKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP</p>
<p>Pengertian</p>	<p>Teknik pernafasan <i>Pursed Lips Breathing</i> yaitu latihan pernafasan yang bertujuan untuk memperlambat</p>

	ekspirasi, mencegah kolaps paru, mengendalikan pernafasan menjadi pernafasan dan meningkatkan oksigen dalam hemoglobin.
Tujuan	Bertujuan untuk memperlambat ekspirasi, mencegah kolaps paru, mengendalikan pernafasan menjadi pernafasan dan meningkatkan oksigen dalam hemoglobin.
Alat	Oxymetri
Prosedur	<p>Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Berikan salam, peneliti memperkenalkan diri 2. Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan intervensi kepada responden 3. Kontrak waktu 4. Menanyakan persetujuan responden <p>Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuci tangan dan observasi tindakan prosedur pengendalian infeksi lainnya yang sesuai, berikan privasi. 2. Berikan suasana lingkungan yang tenang 3. Bantu responden pada posisi yang nyaman atau posisi bersandar dan minta pasien untuk bersikap tenang a. Atur posisi tubuh dalam posisi semi fowler 4. Mengambil napas dalam, kemudian mengeluarkannya secara perlahan-lahan melalui bibir yang membentuk seperti huruf O atau seperti meniup lilin 5. Mengontrol fase ekhalasi lebih lama dari fase inhalasi 6. Menarik napas dalam melalui hidung selama 4 detik sampai dada dan abdomen terasa terangkat, lalu jaga mulut agar tidak tertutup selama inspirasi dan tahan

	<p>napas selama 2 detik.</p> <p>7. Hembuskan napas melalui bibir yang dirapatkan danm sedikit terbuka sambil mengkontrasikan otot-otot abdomen selama 4 detik. Lakukan inspirasi dan ekspirasi selama 2 sampai 3 kali Latihan</p> <p>Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Motivasi pasien untuk mempraktikkan kembali Teknik pernafasan <i>Pursed Lips</i>2. Melakukan pengukuran tingkat nyeri setelah intervensi3. Lakukan dokumentasi
--	---

