

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SINGKATAN .....	xi
INTISARI.....	xii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiii
I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Permasalahan .....	3
C. Pertanyaan Penelitian.....	4
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
F. Keaslian Penelitian .....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA .....	11
A. Penyakit Paru Obstruktif Kronik .....	11
B. Ansietas pada PPOK .....	23
C. <i>Pursed-Lips Breathing</i> .....	29
D. <i>Pursed-Lips Breathing</i> dan Perbaikan Ansietas .....	34
E. Ansietas .....	35
F. <i>Beck Anxiety Inventory</i> .....	38
G. Faktor lain yang Mempengaruhi Ansietas .....	41
H. Kerangka Teori .....	44
I. Kerangka Konsep Penelitian .....	45
J. Hipotesis.....	45

III.	METODE PENELITIAN .....	46
	A. Rancangan Penelitian.....	46
	B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
	C. Populasi Penelitian.....	47
	D. Subyek Penelitian .....	47
	E. Besar Sampel .....	48
	F. Variabel Penelitian.....	49
	G. Cara Penelitian.....	50
	H. Analisis Statistik .....	51
	I. Kelaikan Etika .....	52
	J. Alur Penelitian.....	53
	K. Definisi Operasional .....	54
IV.	HASIL DAN PEMBAHASAN .....	59
	A. Hasil.....	59
	B. Pembahasan .....	66
	C. Keterbatasan Penelitian .....	72
V.	KESIMPULAN DAN SARAN .....	73
	A. Kesimpulan.....	73
	B. Saran .....	73
	DAFTAR PUSTAKA .....	74
	Lampiran 1. <i>Informed Consent</i> .....	80
	Lampiran 2. Kuesioner <i>Beck Anxiety Inventory</i> .....	82
	Lampiran 3. Protokol Teknik .....	86
	Lampiran 4. Lembar Catatan Harian.....	87
	Lampiran 5. <i>Ethical Clearance</i> .....	88

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Interaksi Komponen Seluler dan Mediator Inflamasi pada PPOK .....	15
Gambar 2. Bagan sederhana mekanisme PPOK menyebabkan ansietas .....	28
Gambar 3. Kerangka teori .....	44
Gambar 4. Kerangka konsep penelitian .....	45
Gambar 5. Rancangan penelitian .....	46
Gambar 6. Alur penelitian .....	53
Gambar 7. Alur subjek penelitian .....	59

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian sebelumnya tentang rehabilitasi pulmoner terhadap ansietas .....	6
Tabel 2. Indikator variabel untuk mempertimbangkan diagnosis PPOK.....	16
Tabel 3. Klasifikasi derajat keparahan PPOK.....	17
Tabel 4. Tatalaksana farmakologis pasien PPOK .....	20
Tabel 5. Durasi dan Dosis pada Penelitian lain tentang <i>Pursed-lips Breathing</i> .....	33
Tabel 6. Hasil Uji Skala <i>Beck Anxiety Inventory</i> .....	39
Tabel 7. Perbandingan kuesioner kecemasan.....	40
Tabel 8. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	54
Tabel 9. Karakteristik dasar subjek penelitian .....	61
Tabel 10. Perbedaan spirometri dan BAI sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok kontrol dan PLB .....	64
Tabel 11. Perbedaan delta sebelum dan setelah kelompok kontrol dan PLB .....	64
Tabel 12. Analisis kebermaknaan pengaruh PLB terhadap perbaikan FEV1 .....	65
Tabel 13. Analisis kebermaknaan pengaruh PLB terhadap perbaikan skor BAI.....	65

## DAFTAR SINGKATAN

- PPOK : Penyakit Paru Obstruktif Kronik  
WHO : *World Health Organization*  
GOLD : *Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease*  
BAI : *Beck Anxiety Inventory*  
STAI : *State Trait Anxiety Inventory*  
HARS : *Hamilton Anxiety Rating Scale*  
CRP : *C-Reactive Protein*  
TNF- $\alpha$  : *Tumor Necrosis Factor- $\alpha$*   
IL : *Interleukin*  
PLB : *Pursed-Lips Breathing*  
PDPI : *Perhimpunan Dokter Paru Indonesia*  
TGF- $\beta$  : *Transforming Growth Factor- $\beta$*   
CTGF : *Connective Tissue Growth Factor*  
MMP : *Matrix Metalloproteinase*  
SLPI : *Secretory Leukocyte Protease Inhibitor*  
TIMPs : *Tissue Inhibitors of Metalloproteinase*  
EGFR : *Epidermal Growth Factor Receptor*  
ROS : *Reactive oxygen species*  
NF- $\kappa$ B : *Nuclear Factor kappa-B*  
AP-1 : *Activator protein-1*  
LFG : *Laju Filtrasi Glomerulus*  
RBF : *Respiratory Biofeedback Training*  
VBT : *Ventilation Biofeedback Training*  
PMR : *Progressive Muscle Relaxation*  
FVC : *Forced Vital Capacity*  
FEV1 : *Forced expiratory volume in 1 second*  
SABA : *Short Acting Beta Agonist*  
LAMA : *Long Acting Muscarinic Antagonist*  
SAMA : *Short Acting Muscarinic Antagonist*  
LABA : *Long Acting Beta Agonist*  
ICS : *Inhaled Corticosteroid*  
PDE-4 : *Phosphodiesterase-4*  
BDNF : *Brain Derived Neurotrophic Factor*  
NGF : *Nerve Growth Factor*  
MAO : *Mono Amin Oxydase*  
EMT : *Expiratory Muscle Training*  
MMRC : *Modified Medical Research Council*  
SGRQ : *St. George's Respiratory Questionnaire*  
DSM : *Diagnostic and Statistical Manual*