

PENERAPAN *PURSED LIPS BREATHING* TERHADAP KETIDAKEFEKTIFAN
POLA NAPAS PADA PASIEN ANAK DENGAN ASMA *BRONCHIALE*
DI DESA BUMIMAS LAMPUNG TIMUR

Linawati Novikasari¹, Dewi Kusumaningsih^{2*}, Rafika Anjarsari³

¹⁻³Universitas Malahayati

Email Korespondensi: dewikusumaningsih@gmail.com

Disubmit: 26 Juli 2022

Diterima: 28 Juli 2021

Diterbitkan: 03 Mei 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i5.4719>

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) Asma merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di masyarakat dan memiliki angka kesakitan dan kematian yang tinggi. Asma tidak hanya menyerang anak-anak melainkan seluruh kelompok usia. Saat ini diperkirakan sebanyak 235 juta orang menderita asma di dunia. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 Prevalensi penderita asma di Indonesia menginjak angka 2,4%. Prevalensi asma tertinggi terdapat di provinsi Yogyakarta 4,5%, provinsi Kalimantan timur menjadi provinsi tertinggi kedua 4,1%, dan Bali menjadi provinsi tertinggi ketiga 4,0%, diikuti oleh provinsi Kalimantan tengah dan Kalimantan utara, prevalensi terendah adalah provinsi Sumatera utara (1,0%). Salah satu cara mengontrol gejala yang timbul pada penderita asma serta mengurangi keparahan gejala asma adalah dengan memberikan latihan pernapasan. Salah satu latihan pernapasan yang dapat digunakan pada anak dengan asma adalah *Pursed Lip Breathing (PLB)*. *Pursed Lips Breathing* adalah latihan pernapasan dengan tujuan untuk mempermudah proses pengeluaran udara di dalam paru-paru yang terjebak, dengan cara membantu melakukan penekanan pada proses ekspirasi. Rancangan studi kasus dilakukan kepada dua subjek di desa Bumimas Lampung Timur. Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif dan asuhan keperawatan. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan *pursed lips breathing* terjadi peningkatan status oksigenasi pada kedua subjek. Subjek dapat mengerti dan memberikan terapi saat anak mengalami kekambuhan asma bronkial di rumah.

Kata Kunci: Ketidakefektifan, *Pursed Lips Breathing*, Asma Bronkial

ABSTRACT

World Health Organization (WHO) Asthma is a health problem that is often found in the community and has a high morbidity and mortality rate. Asthma attacks not only children but all age groups. It is currently estimated that as many as 235 million people suffer from asthma in the world. Based on Riskesdas data in 2018, the prevalence of asthma sufferers in Indonesia reached 2.4%. The highest prevalence of asthma is in the province of Yogyakarta 4.5%, East Kalimantan province being the second highest province 4.1%, and Bali being the third highest province 4.0%, followed by Central Kalimantan and North Kalimantan, the lowest prevalence is North Sumatra province (1.0%). One of the "how to control the symptoms in patients with asthma as well as reducing the severity of asthma

symptoms is to give breathing exercises. One of the breathing exercises that can be used for children with asthma is Pursed Lip Breathing (PLB). Pursed Lips Breathing is a breathing exercise with the aim of facilitating the process of expelling the trapped air in the lungs, by helping to suppress the expiration process. The case study design was conducted on two subjects in Bumimas village, East Lampung. Data analysis was carried out using descriptive analysis and nursing care. The results of the case study showed that after the application of pursed lips breathing there was an increase in oxygenation status in both subjects. Subjects can understand and provide therapy when children experience a recurrence of bronchial asthma at home.

Keywords: *Ineffectiveness, Pursed Lips Breathing, Bronchial Asthma*

1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) Asma merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di masyarakat dan memiliki angka kesakitan dan kematian yang tinggi. Asma tidak hanya menyerang anak-anak melainkan seluruh kelompok usia. Saat ini diperkirakan sebanyak 235 juta orang menderita asma di dunia (WHO 2017).

Penyakit asma, masih termasuk dalam sepuluh besar penyakit penyebab kesakitan dan kematian di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 Prevalensi penderita asma di Indonesia menginjak angka 2,4%. Prevalensi asma tertinggi terdapat di provinsi Yogyakarta 4,5%, provinsi Kalimantan timur menjadi provinsi tertinggi ke dua 4,1%, dan Bali menjadi provinsi tertinggi ke tiga 4,0%, diikuti oleh provinsi Kalimantan tengah dan Kalimantan utara, prevalensi terendah adalah provinsi Sumatra utara (1,0%) (Riskesdas, 2018).

Salah satu latihan pernapasan yang dapat digunakan pada anak dengan asma adalah *Pursed Lip Breathing* (PLB). *Pursed Lips Breathing* ialah latihan pernapasan dengan tujuan untuk mempermudah proses pengeluaran udara di dalam paru-paru yang terjebak, dengan cara membantu melakukan penekanan pada proses ekspirasi (Oktaviani, dkk, 2021). Teknik ini merupakan salah satu upaya mengurangi sesak napas, mengurangi kekambuhan, dan untuk meningkatkan fungsi kapasitas paru (Oktaviani, dkk, 2021).. Latihan *pursed lips* ini dapat dimodifikasi dengan mengintegrasikan aktivitas bermain dengan cara meniup balon pada anak. Kombinasi dengan teknik bermain saat menerapkan intervensi PLB merupakan pilihan yang tepat dan juga menyenangkan karena anak-anak pada dasarnya masih sangat senang dengan permainan. Hal ini membuat anak akan semakin rileks dan melakukan teknik ini tanpa ada paksaan juga dengan perasaan gembira (Oktaviani, dkk, 2021).

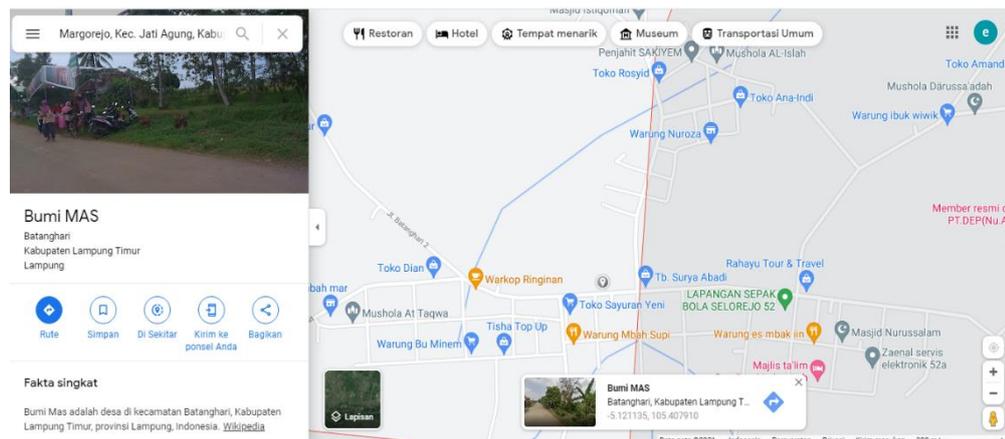
Penelitian yang dilakukan Sulistyawati dan Cahyati (2019) dengan judul perbedaan frekuensi nafas sebelum dan sesudah latihan *pursed lips breathing* pada pasien dengan serangan asma yang mengatakan bahwa adanya pengaruh *pursed lips breathing* terhadap pola pernapasan pasien dengan asma. Jurnal tentang *pursed lips breathing* yang ditulis oleh Rosyadi, dkk (2019) dengan judul pengaruh pemberian *pursed lips breathing*, *diaphragmatic breathing*, dan *upper limb stretching* terhadap skala *dyspnea* pada pasien PPOK menyatakan bahwa *pursed lips breathing* mampu mengoptimalkan pernapasan pasien dan membantu meningkatkan kemampuan pasien dalam beraktivitas sehari-hari . *Pursed lips breathing*

juga dilakukan dalam penelitian Oktaviani, dkk (2021) dengan judul pengaruh terapi *pursed lips breathing* meniup balon terhadap status oksigenasi anak dengan asma yang menyatakan bahwa *pursed lips breathing* mampu meningkatkan keefektifan status oksigenasi anak dengan asma, penerapan *pursed lips breathing* pada anak diberikan selama 15 menit.

Berdasarkan beberapa penelitian terkait dan juga jumlah pasien anak dengan asma bronkhial, maka penulis tertarik dan ingin menerapkan *pursed lips breathing* terhadap pasien anak asma bronkhiale di wilayah desa Bumimas dengan mengambil *student oral case analysis* (SOCA) tentang “Penerapan *Pursed Lips Breathing* Terhadap Ketidakefektifan Pola Napas Pada Pasien Anak dengan Asma Bronkhiale di Desa Bumimas Lampung Timur”.

2. MASALAH

Alasan penulis memilih tempat kegiatan di Desa Margorejo Lampung selatan karena daerah yang termasuk zona hijau saat masa pandemi *Covid-19* serta dengan riwayat asma dan kebanyakan pada anak-anak. Selain itu fasilitas kesehatan terdekat seperti puskesmas membutuhkan waktu 10-15 menit sehingga jika terjadi kekambuhan asma pada anak akan sulit dipertahankan jika tidak diberikan penanganan pertama terlebih dahulu.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE

a. Tujuan Persiapan

Tahapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planing, persiapan penyajian leaflet, lembar observasi, kontrak waktu dengan subjek.

b. Tahapan Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan mendatangi subjek yang telah kontrak waktu dengan peneliti, dan dilanjutkan dengan penyuluhan terkait apa yang dimaksud dengan asma bronkhial, cara latihan pernafasan, pelaksanaan, tanya jawab dengan subjek serta kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya terkait asma bronkhial.

c. Evaluasi

i. Struktur

Subjek pertama dan kedua didatangi oleh peneliti kerumah masing-masing perlengkapan seperti leaflet dan lembar observasi tersedia

dan digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang komunikatif dalam penyampaian, subjek dapat memahami penyuluhan yang disampaikan oleh peneliti dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti serta dapat mempraktekkan jika anak mengalami kekambuhan asma dirumah.

ii. Proses

Pelaksanaan kegiatan pada 01 Juli 2021 sampai 07 Juli 2021 dengan penjelasan masing-masing subjek sama yaitu penyuluhan terkait asma bronkhial dengan waktu 15-30 menit.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 01 Juli 2021 di rumah subjek peneliti Desa Bumimas Lampung Timur. Pelaksanaan kegiatan ditujukan pada subjek yang memiliki anak dengan riwayat penyakit asma bronkhial yang kurang pengetahuan tentang asma bronkhial. Media dan alat yang disediakan berupa leaflet dan lembar observasi. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab atau evaluasi dengan mempraktikkan cara mengatasi anak yang mengalami kekambuhan asma bronkhial dirumah. Hasil dari kegiatan ini yaitu dengan perbandingan 2 pasien dengan An.B beumur 5 tahun dan An.S berumur 4 tahun dengan penerapan yang dilakukan yaitu pengetahuan terkait asma bronkhial dan pursed lips breathing, manajemen jalan nafas, monitor vital sign, melatih batuk efektif, memberikan posisi nyaman semi fowler, melatih pursed lips breathing, selama 1 minggu dengan durasi selama 15 menit menunjukkan hasil bahwa kedua pasien mengalami perubahan tetapi tidak signifikan sehingga pada penerapan ini masalah yang dialami pasien teratasi sebagian. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Gambar 2. Kegiatan PKM Hari Pertama pada An. S



Gambar 3. Kegiatan PKM Hari Pertama pada An. B



Gambar 4. Kegiatan PKM Hari Ketujuh pada An.S



Gambar 5. Kegiatan PKM Hari Ketujuh pada An.B

5. KESIMPULAN

Asma merupakan penyakit heterogen, yang di tandai oleh adanya inflamasi kronis pada saluran pernapasan. Hal ini diperkuat oleh adanya riwayat gejala gangguan pernapasan seperti mengi, napas terengah-engah, dada terasa berat/ terasa tertekan, dan batuk. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik pasien anak dengan asma *bronchiale*, mengidentifikasi status oksigenasi pasien sebelum dan sesudah dilakukan

penerapan *pursed lips breathing* di desa Bumimas Lampung Timur. Hasil dari kegiatan ini yaitu dengan perbandingan 2 pasien dengan An.B beumur 5 tahun dan An.S berumur 4 tahun dengan penerapan yang dilakukan yaitu pengetahuan terkait asma bronkhial dan *pursed lips breathing*, manajemen jalan nafas, monitor vital sign, melatih batuk efektif, memberikan posisi nyaman semi fowler, melatih *pursed lips breathing*, selama 1 minggu dengan durasi selama 15 menit menunjukkan hasil bahwa kedua pasien mengalami perubahan tetapi tidak signifikan sehingga pada penerapan ini masalah yang dialami pasien teratasi sebagian. Kegiatan yang dilaksanakan ini merupakan hal positif agar dapat menerapkan dirumah oleh subjek yang memiliki anak dengan riwayat asma bronkhial.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2012). *Kebutuhan Dasar Manusia (Oksigenasi) Konsep, Proses dan Praktik Keperawatan*. Tangerang: Graha Ilmu
- Hidayat, A. (2008). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah..* Jakarta: Salemba Medika.
- Imaniar, E. (2015). *Asma Bronkhial pada Anak*. *Jurnal Agromedicine*, 2(4), 360-364.
<https://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/1252/pdf>
- Ikawati, Z. (2016). *Penatalaksanaan Terapi Penyakit Sistem Pernafasan*. Yogyakarta : Bursa Ilmu
- NIPA, N. (2017). *Pengaruh Latihan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Perubahan Skor Kecemasan Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis Di Rumah Sakit Pendidikan Universitas Hasanuddin*. 86 *Kepustakaan* (2000).
http://digilib.unhas.ac.id/uploaded_files/temporary/DigitalCollection/Nml1OTFjNmM4MWEzMzU2NzBmMzg1NWxMzMzM2M2YzIzNTY2OWNmNQ==.p
- Rahayu, A., Wahyuni, D., & Rahmawati, F. (2021). *Pengaruh Breathing Relaxation dengan Teknik Baloon Blowing Terhadap Perubahan Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronis*. (Doctoral dissertation, Sriwijaya University). <https://repository.unsri.ac.id/39841/>
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar tahun 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Rosyadi, I., Djafri, D., & Rahman, D. (2019). *Pengaruh Pemberian Pursed Lip-Breathing, Diaphragmatic Breathing, dan Upper Limb Stretching Terhadap Skala Dispnea pada Pasien PPOK*. *NERS Jurnal Keperawatan*, 15(2), 103-109.
<http://ners.fkep.unand.ac.id/index.php/ners/article/view/287/204>
- Sulistiyawati, A., & Cahyati, Y. (2019). *Perbedaan Frekuensi Nafas Sebelum dan Sesudah Latihan Pursed Lip Breathing pada Pasien dengan Serangan Asma*. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1), 121-128.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/253>
- WHO. (2013). *World Health Statistic 2017*. https://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2017/EN_WHS2017_TOC.pdf.