

PENERAPAN TERAPI *BALLON BLOWING* UNTUK MENGURANGI SESAK NAPAS PADA PASIEN DENGAN POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF

APPLICATION OF BALLON BLOWING THERAPY TO REDUCE SHORTNESS OF BREATH IN PATIENTS WITH INEFFECTIVE BREATHING PATTERNS

¹Giva Resyinta Putri, ²Linda Andriani*, ³Setia Nisa

^{1,2} STIKes Pila Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512 HP: 082392010684

*Email: lindaandriani1402@gmail.com

Naskah Masuk: 01 Desember 2024

Naskah Diterima: 15 Desember 2024

Naskah Disetujui: 21 Desember 2024

ABSTRACT

Asthma is one of the respiratory diseases that are often found in the community. Asthma symptoms are characterized by coughing, shortness of breath, shortness of breath and wheezing, making it difficult for children to sleep and do activities. The purpose of this study was to develop treatment in nursing children with respiratory system disorders: asthma with balloon blowing therapy. The subjects of the study were asthma patients. The nursing care provided was Balloon Blowing. The results of the nursing evaluation on the diagnosis of ineffective breathing patterns obtained subjective data, namely the client's mother said that her child's shortness of breath had decreased, the cough had decreased, she was sleeping soundly, and the patient said that her phlegmy cough had decreased. Objective: the patient appeared to have less shortness of breath, less phlegmy cough, and was sleeping soundly. Vital signs: blood pressure: 110/85 mmHg, pulse: 96 x / minute, temperature: 36.8 oC, respiratory rate: 24 x / minute, SpO₂: 98%. The results of the nursing evaluation on the diagnosis of ineffective breathing patterns obtained subjective data: the client's mother said that her child's shortness of breath had decreased, the cough had decreased, she was sleeping soundly, and the patient said that her phlegmy cough had decreased. Objective: the patient appeared to have less shortness of breath, less phlegmy cough, and was sleeping soundly. Vital signs: blood pressure: 110/85 mmHg, pulse: 96 x/minute, temperature: 36.8 oC, respiratory rate: 24 x/minute, SpO₂: 98%.

Keywords: Asthma, Balloon Blowing, Breathing Frequency

ABSTRAK

Asma salah satu penyakit saluran pernapasan yang banyak dijumpai di kalangan masyarakat. Gejala asma ditandai dengan batuk, sesak napas, napas pendek dan mengi sehingga membuat anak-anak sulit tidur dan beraktivitas. Tujuan penelitian ini untuk pengembangan pengobatan dalam keperawatan anak yang mengalami gangguan sistem pernapasan: asma dengan terapi *ballon blowing*. Subjek penelitian adalah pasien asma. Asuhan keperawatan yang diberikan yaitu *Ballon Blowing*. Hasil dari evaluasi keperawatan pada diagnosa pola nafas tidak efektif didapatkan data subjektif yaitu ibu klien mengatakan sesak anaknya berkurang, batuk berkurang, tidur sudah nyenyak, dan pasien mengatakan batuk berdahak sudah berkurang, Objektif: pasien tampak sesak berkurang, batuk berdahak berkurang, tidur sudah nyenyak. Tanda-tanda vital: tekanan darah: 110/85 mmHg, nadi: 96 x/menit, suhu: 36,8°C, *respiratory rate*: 24 x/menit, SpO₂: 98%. Hasil dari evaluasi keperawatan pada diagnosa pola nafas tidak efektif didapatkan data subjektif: ibu klien mengatakan sesak anaknya berkurang, batuk berkurang, tidur sudah nyenyak, dan pasien mengatakan batuk berdahak sudah berkurang, Objektif: pasien tampak sesak berkurang, batuk berdahak berkurang, tidur sudah nyenyak. Tanda-tanda vital: tekanan darah: 110/85 mmHg, nadi: 96 x/menit, suhu: 36,8 °C, *respiratory rate*: 24 x/menit, SpO₂:98%.

Kata Kunci : Asma, *Ballon Blowing*, Frekuensi Napas

PENDAHULUAN

Anak merupakan anugerah yang diberikan Allah SWT. Anak merupakan makhluk hidup yang unik dan memerlukan perhatian yang lebih khusus pada masalah kesehatan dan tumbuh kembangnya. Berbagai penyakit yang dialami anak dapat memperlambat tumbuh kembang anak dan dapat juga menghambat aktivitas pada anak. Proses pertumbuhan dan perkembangan anak perlu diarahkan pada fisik, kognitif, emosional, bahasa dan kreativitas (Depkes RI, 2019).

Masalah kesehatan anak merupakan salah satu masalah utama dalam bidang kesehatan yang saat ini terjadi di Indonesia. Derajat kesehatan anak mencerminkan derajat kesehatan bangsa, karena anak sebagai generasi penerus bangsa memiliki kemampuan yang dapat dikembangkan dalam meneruskan pembangunan bangsa. Menjaga kesehatan anak menjadi perhatian khusus saat pergantian musim yang umumnya disertai dengan berkembangnya berbagai penyakit. Pada usia anak-anak sistem kekebalan tubuhnya belum terbentuk secara sempurna dan mulai banyak aktivitas sehingga lebih rentan terkena penyakit (Cahyaningrum, 2018).

Asma salah satu penyakit saluran pernapasan yang banyak dijumpai di kalangan masyarakat. Asma merupakan salah satu penyakit pada jalan napas yang disebabkan oleh stimulus tertentu yang menyerang dari semua golongan usia dari usia anak-anak hingga dewasa, yang paling umum terjadi pada anak-anak. Faktor yang menyebabkan terjadinya asma bronkial meliputi faktor alergi, faktor non alergi, faktor genetik atau keturunan dan faktor lingkungan. Ketidakefektifan pola napas ditandai

dengan adanya suara mengi, sesak napas, penggunaan otot bantu napas (Bintari Retna, 2018).

Asma pada anak termasuk masalah bagi pasien dan keluarga, karena asma pada anak berpengaruh terhadap berbagai aspek khusus yang berkaitan dengan kualitas hidup termasuk proses tumbuh kembang baik pada masa bayi, balita maupun remaja. Asma adalah penyakit paru dengan ciri khas yaitu saluran pernapasan yang sangat mudah bereaksi terhadap berbagai rangsangan atau pencetus dengan manifestasi berupa serangan asma (Sidhartini, 2018).

Berdasarkan data kementerian kesehatan tahun 2020, asma merupakan salah satu jenis penyakit yang paling banyak diidap oleh masyarakat Indonesia, hingga akhir tahun 2020 jumlah penderita asma di Indonesia sebanyak 4,5 persen dari total jumlah penduduk Indonesia atau sebanyak 12 juta lebih. Di Indonesia kasus asma pada anak lebih tinggi sedikit dibandingkan orang dewasa, namun sampai saat ini penyebab asma belum diketahui. Meskipun demikian yang jelas saluran pernapasan penderita asma memiliki sifat yang khas yaitu sangat peka terhadap berbagai rangsangan seperti asap rokok, dan alergi (Kowalski, 2018).

Global Initiative For Asma (GINA) tahun 2021, menyebutkan bahwa sekitar 300 juta orang di dunia menderita asma dan diperkirakan akan terus bertambah mencapai 400 juta pada tahun 2025. *World Health Organization (WHO)* juga menyebutkan sejumlah 250 ribu diantara penderita asma meninggal dunia termasuk anak-anak.

Ballons blowing merupakan suatu teknik relaksasi pernapasan dengan prinsip inspirasi yang dalam dan ekspirasi

memanjang serta mulut dimonyongkan dengan tujuan untuk membantu pasien meningkatkan transportasi oksigen, mengontrol pola napas, menurunkan sesak, meningkatkan kekuatan otot pernapasan, mengurangi udara yang terperangkap diparu-paru dan memperbaiki kelenturan rongga dada sehingga fungsi paru menjadi meningkat (Sumartini, 2020).

Teknik relaksasi pernapasan *ballon blowing* ini diajarkan untuk mengatur napas bila pasien sedang mengalami asma atau bisa bersifat latihan, teknik relaksasi pernapasan ini bertujuan untuk mengurangi gejala asma dan memperbaiki kualitas hidup. Terapi pada anak asma dapat dilakukan dengan teknik permainan *ballon blowing* yaitu permainan meniup balon yang membutuhkan inspirasi dalam dan ekspirasi yang memanjang. Tujuan terapi ini adalah melatih pernapasan ekspirasi lebih panjang dari pada inspirasi untuk memfasilitasi pengeluaran karbondioksida dari tubuh yang tertahan karena obstruksi jalan napas (Irfan, 2019).

Penanganan asma yang dilakukan oleh perawat di rumah sakit yaitu dengan pemberian oksigen, nebulizer, dan obat-obatan. Pasien dirawat di rumah sakit sudah 3 kali dengan penyakit yang sama yaitu asma. Berdasarkan fenomena yang ditemukan, maka penulis telah meneliti tentang penerapan terapi *Ballon Blowing* untuk mengurangi sesak napas pada pasien dengan pola napas tidak efektif tahun 2024. Tujuan penelitian adalah untuk menerapkan terapi *Ballon Blowing* pada pasien sesak napas.

METODOLOGI

Pengkajian pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 9 September 2024. Dalam

pengumpulan data penulis menggunakan metode wawancara, pemeriksaan fisik, dan observasi dengan klien dan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pertemuan hari pertama

Diagnosa	Evaluasi
Pola napas tidak efektif b.d hambatan upaya napas	<p>S :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ibu klien mengatakan napas anaknya masih sesak - ibu klien mengatakan sesak timbul pada malam hari - klien mengatakan dadanya masih terasa sesak <p>O :</p> <p>Ttv</p> <ul style="list-style-type: none"> - TD : 110/75 mmhg - Nadi : 100x/menit - Respirasi : 31x/menit - suhu 36, 8°C - Spo2 : 96% - klien tampak bernapas cepat tetapi dangka - Whezing (+) <p>A : Pola Napas Tidak Efektif</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>
Bersihan jalan napas tidak efektif b.d Hipersekresi jalan napas	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien mengatakan batuk berdahak <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien tampak batuk berdahak - Ronkhi (+) <p>A : Bersihan jalan napas tidak efektif</p> <p>P : intervensi dilanjutkan</p>
Gangguan Pola Tidur b.d kurang kontrol tidur	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ibu klien mengatakan anak sering terbangun saat tidur - Ibu klien mengatakan anak gelisah <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tidur kurang lebih 5 jam - Tampak gelisah <p>A : Gangguan pola tidur</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>

Pertemuan Hari ke Dua

Diagnosa	Evaluasi
Pola napas tidak efektif b.d hambatan upaya napas	<p>S :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ibu klien mengatakan anaknya sesak berkurang - klien mengatakan dadanya sesak berkurang <p>O :</p> <p>Ttv</p> <ul style="list-style-type: none"> - TD : 95/86 mmhg - Nadi : 98x/menit - Respirasi : 28x/menit - Spo2 : 97% - klien tampak bernapas cepat tetapi dangka - Whezing (+) <p>A : Gangguan Pola Napas Tidak Efektif teratasi sebagian</p> <p>P : Intervensi dilanjutkan</p>
Bersihan jalan napas tidak efektif b.d Hipersekresi jalan napas	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien mengatakan batuk berdahak berkurang - klien tampak batuk berdahak berkurang - Ronkhi (+) <p>A : Bersihan jalan napas tidak efektif teratasi sebagian</p> <p>P : intervensi dilanjutkan</p>
Gangguan Pola Tidur b.d kurang kontrol tidur	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ibu klien mengatakan anaknya sudah mulai tidur nyenyak.

3. Petemuan Hari ke Tiga

Diagnosa	Evaluasi
Pola napas tidak efektif b.d hambatan upaya napas	<p>S :</p> <ul style="list-style-type: none"> - ibu klien mengatakan napas anaknya tidak sesak - klien mengatakan dadanya tidak terasa sesak <p>O :</p> <p>Ttv</p> <ul style="list-style-type: none"> - TD : 110/75 mmhg - Nadi : 96x/menit - Respirasi : 24x/menit - Suhu : 36,5% - Spo2 : 99% <p>A : Pola Napas Efektif</p> <p>P : Intervensi dihentikan</p>
Bersihan jalan napas tidak efektif b.d Hipersekresi jalan napas	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klien mengatakan batuk berdahak berkurang <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - klien tampak batuk berdahak berkurang <p>A : Bersihan jalan napas tidak efektif</p> <p>P : intervensi dilanjutkan</p>
Gangguan Pola Tidur b.d kurang kontrol tidur	<p>S:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ibu klien mengatakan anaknya sudah tidur dengannya nyenyak - Ibu klien mengatakan anaknya tidak gelisah <p>O:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tidur kurang lebih 6-7 jam - Klien tidak tampak gelisah <p>A : pola tidur tidak terganggu</p> <p>P : Intervensi dihentikan</p>

PEMBAHASAN

1. Pengkajian

Berdasarkan tahap proses keperawatan, maka langkah pertama yang harus dilakukan pada pasien asma adalah pengkajian. Pasien datang ke IGD RSUD Pariaman dengan keluhan, ibu pasien mengatakan anaknya sesak nafas sejak 2 hari yang lalu, sesak muncul pada malam hari, batuk, susah tidur dan gelisah. pasien juga mengatakan adanya terasa sesak dan batuk berdahak. Pada saat melakukan pemeriksaan vital sign didapatkan data tekanan darah: 110/75 mmHg, nadi: 100 x/menit, suhu: 36,8 °C, respiratory rate: 31x/menit, Spo2: 96%. Saat ini tanggal 10 september klienterpasang infus IVFD KaEn 12 makro 12 tpm, injeksi cefotaxim 2x500 gram/12 jam, injeksi gentamisin 2x26 gram/12 jam dan nebu ventolin/12 jam. Klien juga mendapatkan obat oral yaitu ambroxol 3x6 gram, salbutamol 3x1 gram, rhinofed 3x10 gram, dan azithrocyin 1x 100 gram.

2. Diagnosa

Berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 10 September 2024 didapatkan hasil yaitu data subjektif: ibu pasien mengatakan nafas anaknya sesak sejak 2 hari yang lalu, sesak muncul pada saat malam hari, batuk, susah tidur dan gelisah, dan pasien mengatakan adanya terasa sesak dan batuk berdahak. Dan didapatkan data objektif: pasien tampak sesak, batuk berdahak, susah tidur dan gelisah. Tanda tanda vital pasien yaitu tekanan darah: 110/75 mmHg, nadi: 100x/menit, suhu: 36,8°C, respiratory rate : 31x/menit, Spo2: 96%, Berdasarkan hasil pengkajian peneliti dapat merumuskan diagnosis keperawatan berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia 2017 yaitu Pola nafas tidak efektif berhubungan

dengan Hambatan Upaya Nafas (D.0005).

3. Intervensi

Setelah merumuskan diagnosis keperawatan dan menyusun prioritas keperawatan maka langkah selanjutnya yang dilakukan adalah menyusun intervensi keperawatan. Intervensi keperawatan yang dilakukan sesuai dengan yang dirumuskan oleh Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) yaitu pemberian obat inhalasi, dan pemberian Ballon Blowing.

Sebelum diberikan obat inhalasi proses ekspirasi dan inspirasi kembali dapat memberikan ventilasi yang adekuat dan untuk mengurangi sesak nafas menggunakan terapi Ballon Blowing 3 kali dalam 15 menit, dilakukan pada jam 08.30. Didukung dengan Sejalan dengan hasil penelitian Heradiya, 2023 diberikan tindakan ballon blowing selama 3x5 jam pasien dengan masalah keperawatan pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas teratasi.

Seperti halnya penelitian yang dilakukan (Putra, 2021) melakukan tindakan terapi ballon blowing pada pasien dalam kurun waktu 20 menit setiap hari dan dilaksanakan selama 5 hari berturut-turut. Penelitian ini juga dilakukan oleh Julimar, 2022 melaksanakan tindakan terapi ballon blowing pada pasien dengan kurun waktu 20 menit dan dilaksanakan selama 2 hari berturut-turut.

4. Implementasi

Hal yang dilakukan setelah menyusun rencana keperawatan adalah melakukan tindakan keperawatan dengan melakukan implementasi pada diagnosis yaitu Pola nafas tidak efektif berhubungan dengan Hambatan Upaya Nafas (D.0005). Implementasi keperawatan yang telah dilakukan yaitu mengajarkan teknik nonfarmakologi untuk mengurangi sesak napas (Terapi Ballon Blowing) yang dilakukan 3 hari terhitung dari tanggal 10-

12 September, dilakukan dengan cara :

1. Mengatur posisi pasien senyaman mungkin,
2. Rilekskan tubuh, tangan dan kaki (motivasi dan anjurkan pasien untuk rileks).
3. Siapkan balon / pegang balon dengan kedua tangan, atau satu tangan,
4. Tarik napas secara maksimal melalui hidung (3-4 detik), ditahan selama 2-3 detik kemudian tiupkan kedalam balon secara maksimal selama 5-8 detik (balon mengembang).
5. Tutup balon dengan jari-jari.

6. Tarik napas sekali lagi secara maksimal dan tiupkan lagi kedalam balon (ulangi prosedur nomor 5).
7. Lakukan 3 kali dalam satu kali latihan.
8. Istirahat selama 1 menit untuk mencegah kelemahan otot.

Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Putra, 2021 yaitu dengan memposisikan pasien duduk atau semi fowler, sebelum terapi dimulai pasien diusahakan sudah dalam keadaan rileks agar latihan bisa bertahan lama dan tidak menjadikan sesak pasien semakin buruk. Langkah pertama yaitu siapkan balon yang akan digunakan kemudian pasien diajarkan dahulu teknik napas dalam selama 2-3 menit dengan menghirup udara dari hidung dan dikeluarkan lewat mulut agar proses terapi ballon blowing berjalan lancar.

Penelitian yang dilakukan oleh Sri, 2022 yaitu dengan cara menyiapkan balon yang akan digunakan kemudian pasien diajarkan terlebih dahulu teknik napas dalam selama 2-3 menit dengan menghirup udara dari hidung dan dikeluarkan secara perlahan didalam balon.

5. Evaluasi

Setelah melakukan tindakan

keperawatan selanjutnya adalah melakukan evaluasi keperawatan. Hasil dari evaluasi keperawatan dengan diagnosa pola nafas tidak efektif didapatkan data Subjektif: ibu klien mengatakan sesak anaknya berkurang, batuk berkurang, tidur sudah nyenyak, dan pasien mengatakan dadanya tidak terasa sesak, batuk berdahak sudah berkurang, Objektif: pasien tampak sesak berkurang, batuk berdahak berkurang, tidur sudah nyenyak. Tanda-tanda vital: tekanan darah: 110/85 mmHg, nadi: 96 x/menit, suhu: 36,5 °C, respiratory rate: 24 x/menit, Spo2:98%.

REKOMENDASI

Setelah mengetahui tentang pola napas tidak efektif ini serta cara penanganan secara Non Farmakologi, diharapkan pasien dapat menanganinya secara mandiri. Dan mampu mengajarkannya pula kepada sanak. Bagi Pelayanan Keperawatan, diharapkan dapat meningkatkan asuhan keperawatan pada anak dengan asma dengan penerapan ballon blowing untuk mengurangi sesak napas pada pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, dkk. (2021). Asma di Indonesia: Penyebab dan Pencetus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 3(9):54-50.
- Asih. (2022). *Farmakoterapi Penyakit Sistem Pernafasan*. Yogyakarta: Pustaka
- Bintara. (2018). *Pengaruh Pursed Lip Breathing Dan Meniup Balon Terhadap Kekuatan Otot Pernapasan, Saturasi Oksigen, Dan Respiratory Rate*. Adipura Publishing.
- Cahyaningrum. (2018). *Efektivitas Pursed Lips Breathing Dan Tiup Balon Pada Peningkatan Aruc*.
- Carman. (2018). Analisis Faktor-faktor Pemicu Dominan Terjadinya Serangan Asma Pada Pasien Asma. *Tesis*. Fakultas Ilmu

- keperawatan Universitas Indonesia. puncak ekspirasi (APE) pasien asma bronkial di Rsud banyumas
- Cavallazi. (2018). Pengaruh Terapi Aktivitas Bermain Meniup Balon Terhadap Perubahan Fungsi Paru Dengan Asma Di Rumah Sakit Islam Siti Khodijah Palembang. *Jurnal Masker Medika*. 1(2):25-31.
- Depkes RI. (2019). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Gina. (2020). *Anatomi Dan Fisiologi Pernapasan*. Edisi 3. Jakarta : EGC
- Global Initiative For Asthma (GINA). 2018. Global strategy for asthma management and prevention. Bethesda: National Institutes of Health.
- Kemenkes. (2018). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018. Kemenkes RI. Jakarta
- Maria. (2019). Keperawatan pada anak sakit dengan gangguan pernapasan. Yogyakarta. Gocyen publishing.
- Merry, (2019). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : Salemba Medika.
- Muttaqin, A (2018). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Pernafasan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ningsih, (2019). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda*. Yogyakarta: Mediacion.
- Oktaviani. Riyadi, Sujono, Sukarmin. (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Anak*. Yogyakarta: Graha ilmu.
- Putra, (2021). Asuhan Dini Tumbuh Kembang Anak. Dalam: Soetjiningsih dan Ranuh IG. *Tumbuh Kembang Anak Edisi 2*. Jakarta: EGC. 2014.
- Rosadah, (2018). *Anatomi Fisiologi Kurikulum Berbasis Kompetensi untuk Keperawatan dan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC
- Saputra. 2019. *Tatalaksana Masalah Penyakit Anak dengan Batuk/ Batuk Demam*. Jakarta: Sagung Seto
- Susilaningrum., Lestyani, & Muffatahah, M. (2018). Bantuan Ventilasi Dengan Teknik Pernapasan Tiup Balon Dalam Meningkatkan Status Pernapasan Pada Asuhan Keperawatan Asma Bronkial. *Jurnal Keperawatan CARE*, 9(1).
- Sumartini, P. A. W., Yunita, S., Waladani1, B., & Suddarth. (2017). Terapi Blowing Ballon Untuk Mengurangi Sesak Nafas Pada Pasien Asma. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(8).
- Tunik. 2019. Breathing Relaxation Dengan Teknik Balloon Blowing Pada Penyakit Paru Obstruksi Kronis. Tesis. Fakultas keperawatan Universitas Muhammadiyah yogyakarta
- Umara, A. S., Hidayat, S., & Yunida Triana, N. (2021). Terapi Blowing Ballon Untuk Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Asma Bronkhiale Di Ruang Parikesit Rst Wijaya Kusuma Purwokert0. *JPM Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(4)
- Warti Ningsih, Yunita, S., Waladan, B., & Safaron, A. (2019). Studi Kasus: Terapi Blowing Ballon Untuk Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Asma. 2(2).