MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2024, Vol. 5 no.5
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

EFEKTIFITAS PEMBERIAN INTERVENSI PURSE LIP BREATHING EXERCISE UNTUK MENURUNKAN SESAK PADA PASIEN EFUSI PLEURA DI RUANG PERAWATAN UMUM (RPU 1) RUMAH SAKIT AN-NISA TANGERANG

Dea Saputri[1], Meynur Rohmah[2], Elidia Dewi[3]
Dea Saputri, Program Profesi Ners
Universitas Yatsi Madani (UYM) Tangerang,
Jl. Aria Santika No.40A Bugel, Margasari Karawaci, Kota Tangerang
Email : saputriiidea435@gmail.com
meynurrohmah@gmail.com
dewi6elidia285@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang Efusi pleura adalah penumpukan cairan abnormal di dalam rongga pleura. Dalam keadaan normal, sejumlah kecil cairan terus diproduksi dan diserap kembali di dalam rongga ini untuk menjaga pelumasan dan memperlancar pergerakan paru-paru selama pernapasan. **Tujuan :** Untuk melakukan asuhan keperawatan pada pasien efusi pleura dalam upaya mengurangi sesak dan memperbaiki Spo2 dan respirasi dengan teknik purse lip breathing exercise di Ruang Perawatan Umum 1 di Rumah Sakit An-nisa . Studi kasus menggunakan 1 responden dengan kriteria pasien efusi pleura. **Metode Penelitian:** Mahasiswi mengimplementasikan asuhan keperawatan pada pasien efusi pleura dengan pemberian terapi purse lip breathing exercise selama 5-15 menit dengan perbandingan jurnal. **Hasil:** Studi kasus menunjukkan bahwa pemberian teknik relaksasi purse lip breathing exercise selam 5-15 menit mampu mengurangi atau menurunkan sesak pada pasien efusi pleura.**Kesimpulan :** Terapi relaksasi purse lip breathing exercise yang diberikan pada pasien efusi pleura terbukt dapat mengurangi rasa sesak dan memperbaiki Spo2 dan respirasi.

Kata kunci : Efusi pleura, Spo2, purse lip breathing exercise

ABSTRACT

Background: Pleural effusion is an abnormal accumulation of fluid in the pleural cavity. Under normal circumstances, small amounts of fluid are continuously produced and reabsorbed within this cavity to maintain lubrication and facilitate lung movement during breathing. **Objective:** To provide nursing

Received: Agustus 2024
Reviewed: Agustus 2024
Published: Agustus 2024

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2024, Vol. 5 no.5
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

care for pleural effusion patients in an effort to reduce shortness of breath and improve Spo2 and respiration using the purse lip breathing exercise technique in General Treatment Room 1 at An-nisa Hospital. The case study used 1 respondent with the criteria of a pleural effusion patient. **Research Method:** Female students implement nursing care for pleural effusion patients by providing purse lip breathing exercise therapy for 5-15 minutes with journal comparison**. Results:** The case study shows that giving purse lip breathing exercise relaxation techniques for 5-15 minutes can reduce or reduce tightness in pleural effusion patients. **Conclusion:** Purse lip breathing exercise relaxation therapy given to pleural effusion patients has been proven to reduce tightness and improve Spo2 and respiration.

Key words: Pleural effusion, Spo2, purse lip breathing exercise

PENDAHULUAN :

Efusi pleura adalah penumpukan cairan abnormal di dalam rongga pleura. Dalam keadaan normal, sejumlah kecil cairan terus diproduksi dan diserap kembali di dalam rongga ini untuk menjaga pelumasan dan memperlancar pergerakan paru-paru selama pernapasan. Namun, berbagai proses patologis dapat mengganggu keseimbangan ini, yang menyebabkan penumpukan cairan berlebihan. Diperkirakan 1,5 juta pasien mengalaminya setiap tahun. Efusi pleura merupakan penanda peningkatan morbiditas dan mortalitas pada populasi tertentu (Abidin, 2021)

Menurut *World Health Organization* WHO (2019), efusi pleura yaitu suatu gejala penyakit yang dapat mengancam jiwa penderitanya, Efusi pleura terjadi pada 30 % penderita TB paru dan merupakan penyebab morbiditas terbesar akibat TB ekstra paru. Penderita dengan efusi pleura banyak ditemui pada kelompok umur 44 - 49 tahun keatas, serta lebih banyak terjadi pada laki-laki (54,7%) dibandingkan perempuan (45,3%). Tingginya insiden efusi pleura disebabkan oleh TB paru dan Tumor paru. Prevalensi penyakit efusi pleura di Indonesia mencapai 2,7%.

Kegawatan pada efusi pelura ditentukan oleh jumlah cairan, kecepatan pembentukan cairan dan tingkat penekanan paru. Jika efusi luas, ekspansi paru akan terganggu dan pasien akan mengalami sesak, nyeri dada, bahkan akan terjadi kolaps paru dan akibatnya akan terjadilah gagal nafas (Desi, 2021)

Purse Lip breathing exercise merupakan latihan yang bertujuan untuk mengatur frekuensi dan pola pernafasan sehingga mengurangi air trapping, memperbaiki ventilasi alveoli untuk memperbaiki pertukaran gas tanpa meningkatkan kerja pernafasan, mengatur dan mengkoordinasi kecepatan pernafasan sehingga bernafas lebih efektif dan mengurangi sesak nafas.Terapi rehabilitasi paru- paru dengan *Purse Lip Breathing Exercise* ini adalah cara yang sangat mudah dilakukan, tanpa memerlukan alat bantu apapun, dan juga tanpa efek negatif seperti pemakaian obat-obatan (Rusminah et al., 2021)

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2024, Vol. 5 no.5
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

METODE

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah implementasi dengan menggunakan studi kasus kepada satu orang pasien yang mengalami efusi pleura. Instrument pada penelitian ini menggunakan Leaflet terapi purse lip breathing, penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan selama tiga hari di Rumah Sakit An-nisa ruang perawatan umum, peneliti melakukan tahap pengkajian antara lain : identitas pasien, riwayat penyakit sekarang, keadaan fisik, serta pemeriksaan penunjang untuk menentukan suatu keperawatan. Setelah mendapatkan data dari pengkajian selanjutnya data tersebut di interprestasikan dan di analisa untuk mengetahui masalah keperawatan yang muncul. Kemudian penulis menentukan dan menegakkan diagnosa keperawatan utama yaitu pola nafas tidak efektif, intoleransi aktivitas, gangguan pola tidur.pola nafas tidak efektif dikarenakan pasien mengalami sesak nafass dan adanya penumpukan cairan di dada sebelah kiri dan adanya batuk berdarah dan mengeluarkan darah. Intoleransi aktivitas dikarenakan Pasien mengatakan saat beraktivitas sesaknya semakin bertambah Pasien mengatakan cepat merasa kelelahan saat aktivitas dengan keadaan berbaring ditempat tidur dan tampak lemah dan Gangguan pola tidur dikarenakan pasien mengalami sulit tidur dikarnakan sering sesak dan pasien mengatakan sering terbanun karena batuk dengan keadaan sesak dan lemah. Dalam penelitian jurnal yang dijadikan inovasi serta divariasikan dengan metode moderen dimana jurnal terkait menganjurkan untuk memberikan terapi push lip breathing exercise. Hal ini penting untuk menurunkan sesak serta memberikan sensasi rileks dan tenang.
Implementasi dilakukan selama tiga hari dengan hasil :

1.1 Tabel Iimplementasi yang dilakukan selama tiga hari

Hari/Tanggal	Sebelum dilakukan terapi purse lip breathing	Setelah dilakukan terapi purse lip breathing
Kamis, 4 Juli 2024	Pasien mengatakan sesak Dan pasien mengatakan batuk sejak 2 bulan yang lalu sebelum nya batuk keluar darah dan hasil ttv : Spo2 : 95%, RR : 27x/ menit	Pasien mengatakan sesak dan pasien mengatakan 2 bulan yang lalu pernah batuk keluar darah dan hasil ttv : Spo2 : 95%, RR : 27x/ menit
Jumat, 5 juli 2024	Pasien mengatakan masih merasakan sesak Dan pasien mengatakan masih merasakan batuk dan sudah tidak mengeluarkan darah, hasil ttv : Spo2 : 95%, RR : 27x/ menit	Pasien mengatakan masih sesak tetapi tidak seperti hari pertama , pasien merasa nyaman dengan posisi semi fowler, pasien mengatakan sesaknya mulai berkurang karena

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2024, Vol. 5 no.5
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

		sudah dilakukan disfusi cairan , hasil ttv : Spo2 : 97%, RR : 22x/ menit
Sabtu, 6 juli 2024	Pasien mengatakan masih merasakan sesak Dan pasien mengatakan masih merasakan batuk dan sudah tidak mengeluarkan darah , hasil ttv : Spo2 : 95%, RR : 27x/ menit	Pasien mengatakan sudah tidak merasakan sesak dan batuk dan sudah tidak ada lagi keluhan, pasien mengatakan sudah mulai beraktifitas kembali, hasil ttv : Spo2 : 97%, RR : 20x/ menit

Terapi yang dilakukan adalah teknik *purse lip breathing exercise* untuk memperbaiki transport oksigen, membantu pasien untuk mengontrol pernafasan. Terapi *purse lip breathing exercise* merupakan terapi yang suatu pendekatan rebilatasi paru yang digunakan untuk meringankan pasien yang mengalami sesak nafas sehingga dapat menimbulkan efek relaks dalam tubuh. Mikroorganisme yang masuk kedalam saluran pernapasan bagian bawah,yang menyebabkan saluran pernafasan akan terganggu dan tidak berfungsi dengan baik sehingga keluar masuknya oksigen juga akan terganggu dan tidak berfungsi dengan baik dan akan mengakibatkan gangguan pola nafas Salah satu intervensi Keperawatan yaitu *Purse Lips Breathing Exercise* adalah teknik pernapasan yang berfokus pada proses ekspirasi yang dilakukan secara tenang dan rileks dengan tujuan untuk mempermudah proses pengeluaran udara yang terjebak dalam saluran pernapasan ,tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi relaksasi *purse lip breathing exercise* terhadap penurunan sesak nafas pada penderita efusi pleura (Alfian et al., 2020)

Pada klien pertama sebelum dilakukan relaksasi teknik *pursed lip breathing* Tn. S mengatakan sesak dan batuk berdahak , hasil TTV sebelum diberikan teknik relaksasi *pursed lip breathing exercise* , TD: 130/78mmHg, N : 82x/menit, S: 36.3 C, RR: 27x/menit, Spo2: 95%, keadaan composmentis, akral hangat pada saat pukul 10.00 wib, dilakukan teknik *pursed lip breathing* selama 5-10 menit dan klien mamapu mengikuti arahan atau mempraktekkan dan klien pun mencobanya dan diulangi selama 3 kali dan semakin relak. Klien langsung menerapkan sendiri dan semakin rilek dan sesak sesak semakin berkurang. Setelah itu di TTV ulang dan hasilnya TD: 121/85 mmHg, N : 90x/menit, S: 36.3 C, RR: 21x/menit, Spo2: 97%, klien dapat terbiasa mengatur posisi dan mengatur pola nafas dengan baik agar sesak nya semakin berkurang dan keadaan semakin membaik, klien juga memakai oksigen nasal kanul dengan 2 lpm. Dan ada pengaruh relaksasi teknik *purse lip breathing exercise* terhadap penurunan sesak dan perbaikan Spo2 di ruang perawatan umum 1 di rumah sakit an-nisa.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2024, Vol. 5 no.5
PP 25-31
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

KESIMPULAN

Pada analisa hasil analisis praktik klinik keperawatan Tn. S dengan efusi pleura ditemukan 3 diagnosa yaitu pola nafas tidak efektif, intoleransi aktvitas, gangguan pola tidur. Pada 3 diagnosa tersebut penulis melakukan intervensi dan implementasi disesuaikan dengan kondisi klien pada hasil evaluasi menujukkan bahwa pada diagnosa pola nafas tidak efektif dan intoleransi aktivitas, gangguan pola tidur teratasi.

Pada hasil analisa pola nafas tidak efektif diberikan intervensi pemberian terapi relaksasi *purse lip breathing exercise* untuk mengurangi sesak dan meningkatkan saturasi oksigen, Tn.S hasil yang signifikan, dimana terjadi penurunan gejala efusi pleura yang sesaknya berkurang sebelum implementasi nilai RR: 27x/menit,Spo2: 95%. Begitu juga pasien Tn. B pasien kedua RR: 21x/menit,Spo2; 96%. Dan pasien kegita yaitu Ny.D dengan hasil RR: 21x/menit, Spo2: 97%. Hal ini dibuktikan terdapat hasil yang signifikan terhadap teknik relaksasi purse lip breathing exercise.

Cara untuk meningkatkan dan memperbaiki pola pernafasan tidak terjadi penurunan pada oksigen dengan cara terapi *purse lip breathing exercise* yaitu latihan nafas lip breathing adalah suatu teknik bernafas yang mengoptimalkan fungsi otot bantu pernafasan untuk menghasilkan tarikan nafas yang lebih dalam, dengan memperbesar ekspasi abdomen dan dada selama inspirasi sehingga jumlah volume tidal sewaktu yang masuk lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

Abidin, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, *1*(2), 64–71. https://doi.org/10.36418/cerdika.v1i2.7

Adawiah, A. Z., & Yanto, A. (2021). Perubahan frekuensi pernafasan dan saturasi oksigen pada klien dengan asma menggunakan terapi pursed-lip breathing. *Ners Muda*, *2*(3), 113. https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.6325

Alfian, A. L. Y., Kurniawati, & Zuliani. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Efusi Pleura. *Jurnal EDUNursing*, *4*(2), 103–109. file:///C:/Users/ADMIN/Downloads/2333-6869-1-SM.pdf

Ampow, A. T., Timban, J. F. J., & Rondo, A. G. E. Y. (2023). Gambaran Foto Toraks Pasien Tuberkulosis Paru dengan Efusi Pleura di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Periode Januari – Juni 2022. *Medical Scope Journal*, *5*(1), 57–63. https://doi.org/10.35790/msj.v5i1.45128

Bahri, T. samsul. (2022). *pengertian efusi*. https://scholar.google.com/scholar?as_ylo=2020&q=efusi+pleura+adalah&hl=id&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1720617861698&u=%23p%3DcDfv3mAemFcJ

Bakti, A. K. (2022). Pengaruh Pursed Lips Breathing Exercise Terhadap Penurunan Tingkat Sesak Napas Pada Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) di Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *53*, 1689–1699. http://eprints.ums.ac.id/40106/1/NASKAH PUBLIKASI.pdf

Berthold & Welte, 2020. (2020). obat-obatan efusi. *Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951–952.*, *1*(April), 6–20.

Capinera, john L. (2021). Efusi pleura paru-paru. *Block Caving – A Viable Alternative?*, *21*(1), 1–9. https://doi.org/10.1016/j.solener.2019.02.027%0Ahttps://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/%0A???