

## **LAPORAN KASUS: PERAN TERAPI KOMPLEMENTER LATIHAN NAFAS RINGAN DALAM PERAWATAN ANAK DENGAN BRONKOPNEUMONIA**

### ***CASE REPORT: THE ROLE OF COMPLEMENTARY THERAPY OF LIGHT BREATHING EXERCISES IN THE TREATMENT OF WITH BRONCOPNEUMONIA***

**Asti Astuti Budi<sup>1\*</sup>, Tuti Astrianti Utami<sup>2</sup>**

1,2 STIK Sint Carolus Jakarta

\*Korespondensi Penulis : astiastutibudi@gmail.com

#### **Abstrak**

Anak-anak dapat dengan mudah terpapar terhadap berbagai penyakit, salah satu penyakit yang sering menyerang bayi dan anak adalah dari sistem pernapasan yaitu bronkopneumonia. Tingginya kasus kematian bayi dan anak akibat bronkopneumonia menjadi perhatian khusus bagi masyarakat dan tenaga kesehatan. Upaya pencegahan penyakit menjadi bagian penting karena menyangkut kesehatan dan peningkatan kualitas hidup yang lebih baik. Peran perawat dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien bronkopneumonia adalah dengan melakukan pendekatan kuratif (penyembuhan) melalui pemberian terapi non-farmakologis seperti *pursed lips breathing* (PLB). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran terapi komplementer latihan nafas ringan pada anak. Metode yang digunakan adalah studi kasus yang dilakukan pada 3 pasien anak dengan bronkopneumonia yang dirawat di ruang rawat inap anak RS X Jakarta pada bulan Juni 2025 dengan intervensi selama 2 hari. Teknik PLB dilakukan dengan meniup balon sampai terisi udara sampai ujung. Data pada lembar observasi difokuskan pada pengukuran suhu tubuh, frekuensi nadi, frekuensi napas dan saturasi oksigen yang dilakukan sebelum dan sesudah pemberian intervensi terapi komplementer. Setelah diberikan intervensi, hasil menunjukkan bahwa 2 pasien anak dengan bronkopneumonia menunjukkan penurunan batuk dan sesak napas yang signifikan. Kesimpulan dalam pemberian terapi komplementer PLB dengan meniup balon dapat membawa pengaruh positif dalam mengatasi masalah keperawatan bersihan jalan napas tidak efektif .

Kata kunci : Bronkopneumonia, Terapi Komplementer, *Pursed Lips Breathing*, Latihan Nafas Ringan, Meniup Balon

#### **Abstract**

Children are easily exposed to various diseases, one of which commonly affects infants and children is bronchopneumonia, a respiratory disease. The high mortality rate among infants and children due to bronchopneumonia is a major concern for the community and health workers. Disease prevention efforts are crucial as they relate to health and improving quality of life. The role of nurses in providing nursing care to bronchopneumonia patients is to take a curative (healing) approach through the provision of non-pharmacological therapies such as *pursed lips breathing* (PLB). This study aims to analyse the role of complementary therapy involving light breathing exercises in children. The method used in this study is a case study conducted on three paediatric patients with bronchopneumonia who were treated in the paediatric ward of Hospital X in Jakarta in June 2025 for two days of intervention. The PLB technique was performed by blowing up a balloon until it was filled with air to the tip. Data on the observation sheet focused on measuring body temperature, pulse rate, respiratory rate, and oxygen saturation before and after the complementary therapy intervention. After the intervention, the results showed that two paediatric patients with bronchopneumonia showed a significant reduction in coughing and shortness of breath. The conclusion is that the addition of PLB complementary therapy by blowing up a balloon can have a positive effect in addressing the nursing problem of ineffective airway clearance.

Keywords : *Bronchopneumonia, Complementary Therapies, Pursed Lips Breathing, Light Breath Exercise, Balloon Blowing*

## Pendahuluan

Bronkopneumonia merupakan peradangan pada paru-paru yang mengenai satu atau beberapa lobus paru-paru yang ditandai dengan adanya bercak-bercak infiltrate yang disebabkan oleh bakteri, virus, jamur, dan benda asing (Wijayaningsih, 2018). Berdasarkan data WHO (2020), bronkopneumonia sebagai kematian paling utama pada anak balita, lebih dari penyakit yang lain seperti campak, malaria, dan AIDS. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019 menyatakan jumlah keseluruhan anak yang menderita bronkopneumonia di Indonesia mencapai (52,9%). Menurut Kemenkes RI (2020), Bronkopneumonia menjadi salah satu penyakit yang sering menyerang pada bayi dan anak, kasus bronkopneumonia membunuh anak di bawah usia 5 tahun sebanyak 808.694, dan yang menderita bronkopneumonia di Indonesia mencapai 52,9%. Pada kelompok anak balita penyebab kematian terbesar adalah pneumonia atau bronkopneumonia, demam, campak, difteri, dan lainnya (Ramadani et al., 2023). Tanda gejala yang paling sering muncul adalah batuk, dimana biasa menimbulkan masalah keperawatan utamanya yaitu bersihan jalan napas tidak efektif (Safitri et al., 2023). Peran perawat dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien bronkopneumonia adalah dengan melakukan pendekatan kuratif (penyembuhan) melalui pemberian intervensi terapi non-farmakologis seperti *pursed lips breathing*, yang dapat membantu pasien dalam mengurangi mengeluarkan sekret sesak dari pernapasan (Prames & Laela, 2024). *Pursed Lips Breathing* adalah latihan tarik napas dalam dengan modifikasi meniup balon. Teknik ini dapat meningkatkan tekanan alveolus pada setiap lobus paru, meningkatkan aliran udara saat ekspirasi, dan mengaktifkan silia pada mukosa jalan napas untuk mengeluarkan sekret dari saluran pernapasan. Selain itu, teknik ini dapat membantu menghasilkan udara yang banyak masuk ke dalam paru dan mengurangi energi yang dikeluarkan saat bernafas (Febriyanti, 2024). Intervensi ini didukung dari beberapa penelitian bahwa ada pengaruh yang signifikan dari teknik PLB terhadap bersihan jalan napas tidak efektif pada pasien pneumonia (Azzahra, 2024). PLB juga dapat disebut

sebagai kegiatan atau terapi bermain anak. Hal ini dikarenakan anak akan diminta untuk meniup balon yang berguna untuk melatih napas dalam. Kegiatan ini dapat menyenangkan anak yang sedang dalam pengobatan di Rumah Sakit. Berdasarkan fenomena tersebut, penulis tertarik meneliti dan memberikan asuhan keperawatan non farmakologi terapi komplementer berupa latihan nafas ringan. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi komplementer latihan PLB pada anak dengan bronkopneumonia.

## Metode

Penelitian ini merupakan salah satu penelitian laporan kasus yang dilakukan kepada 3 pasien anak dengan bronkopneumonia di unit perawatan anak di RS X Jakarta, yang dilakukan pada bulan Juni 2025 dengan intervensi selama 2 hari. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *accidental sampling* yang memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien anak dengan bronkopneumonia yang sedang dirawat di unit perawatan anak di RS X BSD. Intervensi yang dilakukan yaitu pemberian terapi komplementer latihan nafas ringan *pursed lips breathing* (meniup balon). Dimana sebelum melakukan intervensi, dilakukan pemeriksaan pola nafas (frekuensi, kedalaman, usaha nafas), auskultasi bunyi nafas, dan monitor sputum untuk mengamati perbedaan sebelum dan sesudah intervensi.

## Hasil dan Pembahasan

Pengkajian pasien dilakukan melalui observasi dan wawancara. Berdasarkan pengkajian yang didapatkan data pasien 1 (An. G) berusia 4 tahun, pasien 2 (An. K) berusia 5 tahun, dan pasien 3 (An. F) berusia 6 tahun dengan diagnosa medis bronkopneumonia, dengan keluhan yang sama yaitu batuk berdahak.

Hasil pengkajian pada pasien 1, data subjektif didapatkan keluhan batuk grok-grok sudah 1 minggu dan riwayat muntah bercampur dengan dahak berwarna putih, kemudian demam mencapai 37.8°C-38°C, lalu data objektif batuk berdahak dan slem sulit dikeluarkan, dan terdapat suara ronchi di kedua paru. Hasil pasien 2, riwayat batuk dengan

sesak nafas dari 2 minggu yang lalu, dan data objektif batuk berdahak, slem bisa keluar dan berwarna putih, suara ronchi di kedua paru. Hasil pasien 3 datang dengan keluhan batuk disertai flu selama 5 hari, riwayat rawat inap 2 minggu lalu dengan pneumonia dan kejang demam sejak 1 tahun lalu.

Hasil pengkajian pada ketiga pasien, menyimpulkan 1 diagnosa keperawatan yang sama yaitu bersihan jalan nafas tidak efektif berhubungan dengan sekresi yang tertahan. Penegakkan diagnosa berdasarkan buku Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI). Alasan penulis mengangkat diagnosa keperawatan tersebut karena berdasarkan data subjektif yang penulis dapatkan bahwa kedua pasien mengeluh sesak nafas dan batuk-batuk selama  $\pm$  1 minggu, serta terdapat slem, kadang slem bisa dikeluarkan, kadang tidak bisa dikeluarkan. Data objektif yang penulis dapatkan yaitu pasien tampak sesak, terdapat suara nafas tambahan ronchi di kedua paru, pernapasan  $> 20$ x/menit, dan saturasi oksigen  $< 100\%$ .

Intervensi yang diberikan pada ketiga pasien adalah terapi komplementer latihan nafas ringan *pursed lips breathing* dengan modifikasi meniup balon. Pemberian terapi ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Agustin (2025) bahwa dengan pemberian terapi *pursed lips breathing* dapat mengurangi keluhan sesak nafas dan batuk pada pasien bronkopneumonia. Menurut penelitian Wildani (2023) menjelaskan bahwa manfaat *pursed lips breathing* dapat memperbaiki pola pernapasan yang dapat meningkatkan perputaran jalan arus udara pada saluran pernapasan yang biasanya disebabkan oleh adanya sumbatan jalan nafas pada saluran pernapasan. Dan juga dapat melatih otot-otot ekspirasi pernapasan, sehingga pada saat ekshalasi yang dilakukan dengan ekspirasi panjang dapat meningkatkan tekanan jalan nafas dan mengurangi jebakan udara pada saluran pernapasan, sehingga dapat meningkatkan saturasi oksigen. Peniupan balon dilakukan sebanyak 30 kali selama 10-15 menit yang diselingi nafas biasa dengan ritme yang teratur.

Hasil pelaksanaan asuhan keperawatan selama 2 hari, masalah keperawatan bersihan jalan nafas tidak efektif berhubungan dengan sekresi yang tertahan teratasi sebagian. Setelah diberikan intervensi pemberian terapi *pursed lips breathing* selama 2 hari, pada pasien

1, mampu meniup balon sebesar buah tomat dan hanya bisa bertahan selama 5–10 detik. Pada pasien 2, mampu meniup balon sebesar buah apel dan bertahan selama 10–15 detik. Pada pasien 3, mampu meniup balon secara maksimal selama 20–30 detik.

Intervensi yang sudah dilakukan telah memberikan pengaruh yang baik pada pasien, yaitu dengan pembersihan jalan nafas dapat membaik dengan kriteria hasil dari Standa Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI): 1) sesak nafas, hasil awal 3 (sedang), hasil akhir menunjukkan score 5 (membaik), hal ini dikarenakan ketiga pasien sudah mengalami penurunan untuk keluhan sesak nafas. 2) pola nafas, hasil awal 3 (sedang), hasil akhir menunjukkan 5 (membaik), hal ini dikarenakan ketiga pasien sudah mengalami banyak perubahan dalam frekuensi dan pola nafas sehingga tidak terdapat suara tambahan. Perencanaan yang dapat dilanjutkan di rumah yaitu dengan pemberian terapi *pursed lips breathing* setiap hari untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Tindakan ini didukung oleh beberapa penelitian yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam peningkatan saturasi oksigen, berkurangnya produksi sputum, berkurangnya bunyi nafas tambahan dengan menggunakan PLB modifikasi meniup balon (Pramesh, A. Y., & Laela, 2024; Muliasari, Y., & Indrawati, I., 2025; Wiratama et al., 2025).

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil intervensi teknik *pursed lips breathing* (PLB) dengan modifikasi meniup balon dapat membantu memperbaiki pola pernapasan dan meningkatkan ventilasi pada anak dengan bronkopneumonia, terutama dalam membantu mengurangi sesak nafas dan meningkatkan efisiensi pertukaran udara. Namun, hasil penelitian mengenai efektivitas PLB pada anak dengan bronkopneumonia masih belum menunjukkan bukti yang konkret atau konsisten. Meskipun demikian, teknik ini dapat dijadikan bahan pertimbangan sebagai intervensi alternatif nonfarmakologis dalam lingkungan rumah sakit, terutama sebagai bagian dari upaya meningkatkan kenyamanan dan fungsi pernapasan pasien anak secara holistik.

## Daftar Pustaka

Agustin, L. (2025). Pengaruh *Pursed Lip Breathing* dan Terapi Relaksasi terhadap

- Peningkatan Toleransi Aktivitas pada Pasien PPOK. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(2), 950-954.
- Azzahra, K. R. (2024). *PENGARUH PEMBERIAN FISIOTERAPI DADA DAN PURSED LIPS BREATHING TERHADAP BERSIHAN JALAN NAFAS TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN DENGAN PNEUMONIA DI RSUD SULTAN IMANUDDIN PANGKALAN BUN* (Doctoral dissertation, SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BORNEO CENDEKIA MEDIKA PANGKALAN BUN)  
<http://repository.stikesbcm.ac.id/id/eprint/436>
- Dewi, N. K. A. G. P. (2022). *GAMBARAN PENGELOLAAN BERSIHAN JALAN NAFAS TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN PNEUMONIA DI RSD MANGUSADA BADUNG TAHUN 2022* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan 2022).
- Febrianti, R. (2024). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA Tn. H DENGAN DIAGNOSA MEDIS PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK (PPOK) MENGGUNAKAN TEKNIK PURSED LIP BREATHING UNTUK MENGURANGI SESAK DI RS DR. HARYOTO LUMAJANG*.
- Malinda, R. (2024). Implementasi Model PRECEDE-PROCEED dalam Promosi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 128-133.
- Maura, S., & Steni, Y. M. (2023). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DENGAN PNEUMONIA DI RUANG ST. JOSEPH III RUMAH SAKIT STELLA MARIS MAKASSAR* (Doctoral dissertation, STIK STELLA MARIS)
- Pramest, A. Y., & Laela, S. (2024). PURSED LIPS BREATHING (MENIUP BALON) EFEKTIF MENINGKATKAN OKSIGENASI PADA PASIEN ANAK DENGAN BRONKOPNEUMONIA DI RS HERMINA BEKASI. *JURNAL ILMIAH KEPERAWATAN ALTRUISTIK*, 7(2), 15-24.
- Ramadani, D., Munir, Z., & Andayani, S. A. (2023). *PENATALAKSANAAN TERAPI INHALASI PADA ANAK YANG MENGALAMI BRONKOPNEUMONIA DENGAN MASALAH BERSIHAN JALAN NAPAS TIDAK EFEKTIF* Management Of Inhalation Therapy In Children With Bronchopneumonia With Ineffective Airway Clearance Problems. *Jurnal Media Keperawatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 14(1), 122-126.
- Safitri, A. S. D., Safruddin, S., & Ernasari, E. (2023). Efektivitas Minum Air Hangat dan Batuk Efektif terhadap Bersihan Jalan Napas Pasien Tuberkulosis Paru. *Window of Nursing Journal*, 4(2), 173–182. <https://doi.org/10.33096/won.v4i2.590>
- Sholihah, N. A., & Sakinah, S. (2022). *Buku Ajar Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Wildani, P. W. (2023). *PENGARUH PEMBERIAN TERAPI PURSED LIP BREATHING TERHADAP DYSPNEA PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTUKTIF KRONIK (PPOK) DI RSUD DR. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO WONOGIRI* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).