



Contents lists available at Journal Global Econedu

Journal of Health, Nursing and Society

ISSN: 2807-3517 (Print) ISSN: 2807-3509 (Electronic)

Journal homepage: <http://jurnal.globaleconedu.org/index.php/jhns>



Nursing management of shortness of breath in asthma patients in the emergency room

Hendra Wijaya

Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Banten, Indonesia

Article Info

Article history:

Received May 19th, 2021

Revised Jun 27th, 2021

Accepted Jul 24th, 2021

Keyword:

Managemen perawat
Pasien asma IGD

ABSTRAK

Latar belakang : Ketidakmampuan pasien asma dalam mengelola sesak nafas dapat mempengaruhi saturasi oksigen dan respiratory rate. Perlu literature review mengenai berbagai cara untuk mengurangi sesak nafas pada pasien asma. **Metode :** penelusuran artikel dilakukan pada pasien asma. Outcome berupa intervensi untuk mengurangi sesak nafas. Penelusuran dilakukan menggunakan google scholar, artikel dibatasi terbitan tahun 2015-2020 dan eksperimental study. **Hasil :** Intervensi yang dilakukan untuk mengurangi sesak nafas pada pasien asma antara lain teknik nafas dalam dan pengaturan posisi, Respiratory Muscles Stretching, teknik Pernafasan Buteyko, latihan batuk efektif pada nebulizer, teknik relaksasi nafas dalam dan Terapi Guided Imageri. **Kesimpulan:** Semua intervensi hasil literature review ini berupa teknik nafas dalam dan pengaturan posisi, Respiratory Muscles Stretching, teknik Pernafasan Buteyko, latihan batuk efektif pada nebulizer, teknik relaksasi nafas dalam dan Terapi Guided Imageri untuk mengurangi sesak nafas pada pasien asma.



© 2021 The Authors. Published by Global Econedu.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)

Corresponding Author:

Wijaya, H.,
Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Banten, Indonesia
Email: haniyuliani225@gmail.com

Pendahuluan

Asma adalah penyakit jalan nafas obstruktif intermiten, reversibel dimana trakhea dan bronki berespon secara hiperaktif terhadap stimuli tertentu (Smeltzer & Bare, 2008). Penyakit asma merupakan masalah kesehatan didunia, karena menurunkan kualitas hidup dan produktivitas pasiennya (Global Burden Report of Asthma, 2013). Angka kejadian penyakit asma akhir-akhir ini mengalami peningkatan dan relatif sangat tinggi dengan banyaknya morbiditas dan mortalitas. Prevalensi asma menurut World Health Organization (WHO) tahun 2016 sekitar 235 juta dengan angka kematian lebih dari 80% dinegara-negara berkembang. Penyakit asma di Indonesia termasuk sepuluh besar penyakit penyebab kesakitan dan kematian. Angka kejadian asma tertinggi dari hasil survey Riskesdas ditahun 2013 mencapai 4,5% dengan penderita terbanyak adalah perempuan yaitu 4,6% dan laki-laki sebanyak 4,4%. (Kemenkes, 2016).

Asma ditandai dengan gejala episodik berulang berupa mengi, batuk, sesak napas dan rasa berat. Serangan asma bervariasi mulai dari ringan sampai berat dan mengancam kehidupan. Pengobatan asma secara garis besar dibagi dalam pengobatan farmakologik dan pengobatan non farmakologik. Pengobatan non farmakologik terdiri dari : penyuluhan, menghindari faktor pencetus, fisioterapi dan relaksasi napas dalam. Tujuannya dari relaksasi napas dalam untuk meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas,

mencegah atelektasi paru, dan meningkatkan efisiensi batuk. Kemudian pengobatan farmakologik asma terdiri dari: agonis beta, metilxantin, kortikosteroid, kromolin dan iprutropium bromide (Smeltzer dan Bare, 2009).

Literature review yang telah dilakukan pada penelitian Fithriana, D (2017) berjudul Efektifitas Pemberian Tehnik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Gejala Pernapasan Pada Pasien Asma. Penelitian tersebut dibutuhkan literature review untuk melihat intervensi apa saja yang efektif untuk mengurangi sesak nafas pada pasien asma.

Metode

Pencarian database ini dilakukan mulai bulan Juli 2019 dengan penelusuran di google scholar dengan kata kunci: Asma, sesak nafas, intervensi untuk pasien Asma dengan kriteria inklusi : dipublikasikan dalam kurun waktu 2015-2020, full text, menggunakan bahasa Indonesia, dan dengan jenis artikel studi eksperimental yang dilakukan pada tahun 2016-2019.

Kualitas artikel yang dikaji menggunakan critical appraisal instrument dari CASP (Critical Appraisal Skills Programme) yang dirangkum dalam tabel yang terdiri dari judul, tahun, nama peneliti, instrumen, sampel, desain penelitian dan hasil penelitian (CASP, 2013). Hasil analisis yang akan ditampilkan adalah judul artikel dan peneliti, jenis penelitian, metode penelitian dan hasil penelitian.

Results and Discussions

Seleksi Artikel

Hasil pencarian artikel yang telah dilakukan mendapatkan 6 artikel, dan dianalisis sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Berdasarkan hasil analisis kualitas artikel dengan menggunakan CASP didapatkan bahwa hampir semua artikel memenuhi kriteria yang ada didalam format penilaian CASP cek list Clinical Prediction. Semua artikel memiliki kualitas yang baik dilihat dari metodologi dalam artikel.

Responden penelitian dispesifikan pada pasien Asma. Outcome penelitian artikel ini adalah untuk mengetahui berbagai macam intervensi yang diberikan kepada pasien Asma untuk mengurangi sesak nafas. Metodologi dalam artikel di pilih dari artikel yang dapat menunjukkan penurunan sesak nafas.

Cara mengatasi sesak nafas saat asma ialah

1. Pursed-lip Breathing. ...
2. Duduk dengan Posisi ke Depan dan Sedikit Membungkuk. ...
3. Berdiri Menyandar Dinding. ...
4. Berbaring Santai. ...
5. Pernapasan Diafragma. ...
6. Batuk. ...
7. Kipas Angin.
8. Beberapa studi menyebutkan bahwa udara sejuk kipas angin bisa membantu meredakan sesak napas.

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui beberapa cara mengurangi sesak nafas yang terjadi pada pasien Asma. Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa gejala asma sangat bervariasi antara seorang penderita satu dengan penderita lainnya, gejala asma terdiri dari triad, yaitu : dispnue, batuk dan mengi (Somantri, 2012). Gejala tersebut disebabkan oleh penyempitan saluran nafas. Penyempitan ini disebabkan oleh mengkerutnya otot-otot yang melingkari saluran nafas, membengkak dan meradang jaringan sekitar selaput lendir atau dahak yang ditumpahkan ke saluran nafas (Suddarth, 2013).

Hasil review jurnal oleh peneliti didapatkan bahwa terdapat beberapa macam cara yang efektif digunakan untuk mengurangi sesak nafas antara lain teknik nafas dalam dan pengaturan posisi, Respiratory Muscles Stretching, teknik Pernafasan Buteyko, latihan batuk efektif pada nebulizer, teknik relaksasi nafas dalam dan terapi guided imagery. Sesak nafas dapat dikurangi dengan teknik relaksasi nafas dalam.

Teknik relaksasi nafas dalam dapat mengurangi gejala sesak nafas (Yulia, Anita., Dahrizal., & Letari, Widia, 2019; Fithriana, D., Atmaja, H, K., & Marvia, E, 2017). Melalui Diaphragmatic Breathing Exercise dapat menyebabkan pernapasan menjadi lebih efektif dengan menggunakan otot diafragma dan khususnya pada pasien asma teknik pernapasan ini dapat mencegah terjebaknya udara dalam paru dikarenakan adanya obstruksi jalan nafas (Price dan Wilson, 2006). Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Weinner et al., (2004)

yang menyatakan bahwa dengan melatih otot-otot pernafasan akan meningkatkan fungsi otot respirasi, beratnya gangguan pernafasan akan berkurang, dapat meningkatkan toleransi terhadap aktivitas, serta dapat menurunkan gejala dispnea. Dengan melatih otot-otot pernafasan berulang kali secara teratur dan rutin dapat membantu seseorang meningkatkan fungsi otot respirasi, mengurangi beratnya gangguan pernafasan, meningkatkan toleransi terhadap aktivitas, dan menurunkan gejala dyspnea, sehingga dapat terjadi peningkatan perfusi dan perbaikan kinerja alveoli untuk mengefektifkan difusi oksigen yang akan meningkatkan kadar O₂ dalam paru dan terjadi peningkatan pada saturasi oksigen.

Intervensi lain yang juga dapat mengurangi sesak nafas dengan pemberian teknik pernafasan Buteyko yang dapat memperbaiki pernafasan diafragma (Putri, D, K, A., Kristinawati, B., & Hidayat, T, 2019). Salah satu bagian dari teknik dari pernafasan buteyko adalah control pause yang bermanfaat mengurangi hiperventilasi. Pada saat melakukan control pause, hidung ditutup dengan jari di akhir exhalasi dan hitung BTH (breathing holding time) dalam beberapa detik. Pasien harus menutup hidung sampai ada keinginan untuk bernapas. Kemudian melakukan inspirasi dan ekspirasi seperti normal kembali. Ketika melakukan exhalasi, maka mulut harus dalam keadaan tertutup (Rakhimov, 2013).

Keterbatasan pada hasil review ini peneliti hanya mengetahui intervensi yang ditemukan masih sangat minim sehingga peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada pasien asma dengan menggunakan inovasi lain untuk mengurangi sesak napas.

Simpulan

Literature review ini mendapatkan hasil bahwa manajemen keperawatan sesak nafas pada pasien asma dapat dilakukan dengan memberikan intervensi berupa teknik relaksasi nafas dalam dan posisi, Respiratory Muscles Stretching, teknik Pernafasan Buteyko, latihan batuk efektif pada nebulizer, teknik relaksasi nafas dalam dan terapi guided imagery. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan gejala pernafasan pada pasien asma.

Referensi

- Fithriana, D., Atmaja, H, K., & Marvia, E. 2017. Efektifitas Pemberian Tehnik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Gejala Pernapasan Pada Pasien Asma Di IGD RSUD Patut Patuh Patju Gerung Lombok Barat. *PrimA* Vol. 3 No. 1: 23-31.
- Global Initiative for Asthma. 2015. *Global Strategy for Asthma Management and Prevention*, Global Initiative for Asthma.
- Gunardi, S. 2007. *Anatomi sistem pernafasan*. Jakarta : FKUI
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *INFODATIN Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mutaqqin, Arif, 2012. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Pernafasan*. Jakarta: Salemba Medika
- Price, S. A dan Wilson, L.M. 2012. *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit edisi 6 Volume 1*. Jakarta; EGC
- Putri, D, K, A., Kristinawati, B., & Hidayat, T. 2019. *Aplikasi Teknik Pernapasan Buteyko untuk Memperbaiki Pernapasan Diafragma pada Pasien dengan Sesak Napas di Ruang Gawat Darurat*. University Research Colloquium.
- Rakhimov, A. 2013. *Advanced Buteyko Breathing Exercises*
- Sari, L, M., Yuliano, A., & Novita, J. 2018. *Terapi Guided Imagery Efektif Menurunkan Frekuensi Polanafas Pasien Asma Bronkial Eksaserbasi Akut*. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*. Vol. 1 No. 1
- Smeltzer, Bare. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Volume 2 Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Smeltzer, S.C., Bare, B.G., Hinkle, J.L., & Cheever, K.H. 2008. *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing. (11th Ed)*, Philadelphia : Lippincott Williams & Wilkins
- Somantri, Irman. 2012. *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Pernapasan*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika

-
- Tafdhila., & Kurniawati, A. 2019. Pengaruh Latihan Batuk Efektif Pada Intervensi Nebulizer Terhadap Penurunan Frekuensi Pernafasan Pada Asma Di Instalasi Gawat Darurat. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* Vol. 11: 117-127
- Weinner, et al. 2004. Terapi pernapasan pada penderita asma. Universitas negeri: Yogyakarta.
- Widyaningsih, Yunani, Jamaluddin., M. 2018. Pengaruh Respiratory Muscles Stretching Terhadap Saturasi Oksigen Pasien Asma. *University Research Colloqium*.
- WHO. 2016. Asthma. Diunduh dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/asthma>.
- Yulia, Anita., Dahrizal., & Letari, Widia. 2019. Pengaruh Nafas Dalam dan Posisi Terhadap Saturasi Oksigen dan Frekuensi Nafas Pada Pasien Asma. *Jurnal Keperawatan Raflesia* Vol. 1 No. 1: 67-75