

Abstrak
STUDI KASUS TEKNIK BATUK EFEKTIF & TEKNIK RELAKSAASI
NAFAS DALAM PADA PASIEN An. A DENGAN ASMA BRONKHIAL

Ratih Nadhira Pratiwi¹, Dian Ramawati²

Latar Belakang: Asma adalah penyakit heterogen yang ditandai dengan inflamasi (peradangan) kronik saluran nafas yang menyebabkan hiperaktivitas bronkus. Anak yang mengalami gangguan saluran pernafasan sering terjadi peningkatan produksi lendir yang berlebihan pada paru-parunya, lendir/dahak sering menumpuk dan menjadi kental sehingga sulit untuk dikeluarkan, penatalaksanaan asma pada anak dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, diantaranya: latihan batuk efektif dan terapi relaksasi nafas dalam.

Metodologi: Penelitian ini berupa studi kasus pada satu orang sampel (An. A). Penelitian ini dilakukan selama 3 hari berturut-turut di Rumah Sakit Umum Kabupaten Banyumas dengan durasi waktu 5 menit pada masing-masing intervensi. Kedua intervensi ini dilakukan selama satu kali sehari setelah diberikan terapi farmakologis nebulizer.

Hasil: Pemberian intervensi teknik batuk efektif dan teknik relaksasi nafas dalam memiliki dampak untuk mengeluarkan sputum dan dapat membuat frekuensi pernafasan normal anak membaik.

Kesimpulan: Melatih batuk efektif dapat menurunkan gejala batuk berdahak sehingga membantu pengeluaran sputum sedangkan teknik relaksasi nafas dalam dapat meningkatkan saturasi oksigen dan penurunan frekuensi nafas, Kedua terapi non farmakologis ini dapat dilakukan dengan baik secara mandiri.

Kata Kunci : Asma Bronkhial, Batuk Efektif, Terapi Relaksasi Nafas Dalam

¹Mahasiswa Profesi Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

², Dosen Departemen Keperawatan Anak Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

Abstract
**CASE STUDY: IMPLEMENTATION OF EFFECTIVE COUGH
TECHNIQUES & DEEP BREATHING RELAXATION TECHNIQUES IN
PATIENT AN. A WITH BRONCHIAL ASTHMA**

Ratih Nadhira Pratiwi¹, Dian Ramawati²

Background: Asthma is a heterogeneous disease characterized by chronic inflammation of the airways that causes bronchial hyperactivity. Children with respiratory tract disorders often experience an increase in excessive mucus production in their lungs, mucus/phlegm often accumulates and becomes thick making it difficult to expel. Management of asthma in children can be carried out pharmacologically and non-pharmacologically. Non-pharmacological therapy can be done in various ways, including: effective coughing exercises and deep breathing relaxation techniques.

Method: Case study research on one participant (An. A). This research was conducted for three consecutive days in general hospital in banyumas with a duration of five minutes for each intervention. Both of these interventions were carried out once a day after being given nebulizer pharmacological therapy.

Result: Intervention of effective cough techniques and deep breathing relaxation techniques has an impact on expelling sputum (phlegm) and can improve respiratory frequency in children.

Conclusion: Practicing effective coughing can reduce symptoms of coughing up phlegm thereby helping to expel sputum while deep breathing relaxation techniques can increase oxygen saturation and decrease respiratory frequency. Both of these non-pharmacological therapies can be carried out well independently.

Keywords: Bronchial asthma, Effective Cough Techniques, Deep Breathing Relaxation Techniques.

¹ Student of Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Jenderal Sudirman University

² Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Jenderal Sudirman University