PENGARUH EDUKASI *PURSED LIP BREATHING* MELALUI MEDIA VIDEO TERHADAP FREKUENSI PERNAPASAN PADA PASIEN ASMA BRONKIAL

Indah Puji Lestari[1] , Ika Silvitasari[2]

indahpujileestari@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

RINGKASAN

Latar Belakang : Asma merupakan penyakit inflamasi kronis saluran napas yang ditandai penyempitan jalan napas, sesak, peningkatan frekuensi napas, dan wheezing. Di Jawa Tengah, prevalensi asma pada orang dewasa mencapai 1,8% atau sekitar 132.565 penderita. Selain terapi farmakologis, teknik *pursed lip breathing* (PLB) dapat membantu mengontrol pola dan frekuensi pernapasan. Namun, pengetahuan pasien serta media edukasi mengenai teknik ini masih terbatas. **Tujuan:** Mengembangkan media edukasi video animasi “PULITHING” (*Pursed Lip Breathing*) untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien asma bronkial tentang teknik PLB. **Metode:** Video dikembangkan menggunakan Canva Animasi AI dan CapCut untuk pembuatan visual, animasi, dan penyuntingan, kemudian diuji coba pada tiga pasien asma bronkial. **Hasil:** Video animasi berdurasi 3 menit 17 detik berukuran 99,3 MB dinilai menarik, mudah dipahami, serta membantu pasien memahami dan mempraktikkan teknik PLB secara mandiri. **Kesimpulan:** Video animasi “PULITHING” dapat menjadi media edukasi yang praktis dan efektif dalam mendukung terapi nonfarmakologis pada pasien asma bronkial, meningkatkan pengetahuan mengenai teknik *pursed lip breathing*, serta berkontribusi terhadap penurunan frekuensi pernapasan.

Kata Kunci : Asma Bronkial, Frekuensi Nafas, *Pursed Lip Breathing*, Video