BAB I
PENDAHULUAN

Asma adalah peradangan di dalam saluran pernapasan udara (bronkus) yang menyebabkan penyempitan pada saluran pernapasan sehingga sel-sel di saluran pernapasan lebih sempit dan menghasilkan lendir (Zulkifli *et al.*, 2022). Pengidap asma memiliki saluran pernapasan yang lebih sensitif. Jika peradangan makin sensitif, akan menyebabkan gejala seperti sesak napas, batuk, atau bersin. Menurut (Arisdiani *et al.*, 2025) dalam penelitian yang dilakukan tanda dan gejala yang bisa terjadi antara lain mengi, pusing, frekuensi napas meningkat dan kelelahan otot pernafasan, hiperventilasi.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) dan Global Asthma Network (GAN) yang merupakan organisasi asma di dunia, pada tahun 2025 diprediksi terjadinya peningkatan prevalensi asma disertai angka kematian mencapai 250.000 kasus Arisdiani *et al*., (2025). Angka prevalensi di Indonesia pada tahun 2020 menurut SKI 2023, penderita asma pada seluruh kelompok usia melebihi angka nasional. Dari provinsi tertinggi penderita asma yaitu DIY, dengan terendah Sumatera Utara 1% (Muliyadi *et al*., 2024). Asma merupakan penyakit tidak menular yang umum terjadi, dengan tingkat prevalensi antara 2% sampai 4.5% yang beragam menurut daerah dan metode survei. Di Jawa Tengah, prevalensi pada orang dewasa ditemukan sebesar 1.8% atau sekitar 132.565 jiwa berdasarkan profil kesehatan Jawa Tengah (Inayah dan Wilutono, 2022).

Gejala utama pada pasien asma adalah sesak napas yang jika tidak segera ditangani lebih sering akan menyebabkan frekuensi pernapasan meningkat sehingga terjadi kelelahan otot pernapasan dan kadar oksigen dalam tubuh menurun (Purnawati *et al*., 2025). Asma merupakan salah satu penyakit saluran pernapasan kronis yang memiliki gejala seperti sesak napas, mengi, batuk dan peningkatan pernapasan. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kualitas hidup pasien, tetapi juga dapat meningkatkan risiko komplikasi apabila tidak ditangani secara tepat (Arisdiani *et al*., 2025).

Peningkatan frekuensi napas pada penderita asma bronkial jika tidak segera diatasi, maka dapat menyebabkan kelelahan otot pernapasan, penurunan kadar oksigen dalam darah (hipoksemia), serta gangguan pertukaran gas. Kondisi ini juga dapat memperberat sesak napas dan berisiko menimbulkan komplikasi lebih lanjut seperti hiperventilasi, penurunan fungsi paru, hingga kegagalan pernapasan apabila berlangsung terus-menerus (Arisdiani *et al*., 2025).

Penatalaksanaan asma umumnya dilakukan melalui terapi farmakologi, seperti penggunaan nebulizer atau inhaler, tindakan suction untuk mengurangi dahak, serta intervensi

yang bertujuan mempertahankan kepatenan jalan napas (Zulkifli *et al*., 2022). Menurut Tsao *et al.,* (2025) dalam systematic review dan meta-analisis yang dipublikasikan dalam jurnal Allergy menyatakan bahwa penggunaan SABA secara berlebihan berkontribusi terhadap peningkatan inflamasi saluran napas dan hiperresponsivitas bronkial, yang pada gilirannya meningkatkan risiko eksaserbasi dan mortalitas akibat asma. Efek samping hemodinamik berupa takikardia dan hipokalemia juga dilaporkan sebagai konsekuensi langsung dari penggunaan SABA yang tidak terkontrol. Hal serupa juga ditemukan pada penggunaan LABA jangka panjang. Menurut Pretorius *et al.,* (2025) dalam StatPearls yang diperbarui pada Desember 2025, efek samping yang paling umum dari penggunaan beta-2 agonis adalah tremor otot rangka, palpitasi, dan takikardia. Pada dosis tinggi atau penggunaan berulang, beta-2 agonis dikaitkan dengan gangguan metabolik berupa asidosis laktat, hipokalemia, hipomagnesemia, dan hiperglikemia, yang dapat menjadi bermakna secara klinis terutama pada pasien dengan komorbiditas diabetes atau yang sedang menggunakan diuretik. Dengan demikian, ketergantungan jangka panjang terhadap terapi beta-agonis tanpa pengendalian yang adekuat justru berpotensi memperburuk kondisi sistemik pasien asma secara keseluruhan. Meskipun demikian, terapi farmakologi perlu didukung oleh terapi non-farmakologi untuk mengoptimalkan hasil pengobatan. Terapi non-farmakologi berperan sebagai terapi komplementer yang dapat membantu meningkatkan kontrol gejala, menekan efek buruk jangka panjang terapi non farmakologi dan memperbaiki fungsi pernapasan, sehingga mendukung keberhasilan penatalaksanaan pasien asma bronkial (Arisdiani *et al*., 2025).

Penatalaksanaan non farmakologi sendiri membantu mengurangi efek samping terapi dari anti inflamasi, selain mengurangi dari segi anggaran lebih terjangkau dan ekonomis. Salah satu latihan pernapasan yang direkomendasikan adalah Teknik *Pursed Lip Breathing* dengan mengerucutkan bibir saat ekspirasi sehingga memperlambat ekspirasi, mencegah kolaps bronkiolus, mengurangi hiperventilasi, memperbaiki pertukaran gas (Purnawati *et al*., 2025). Dalam praktik teknik *pursed lip breathing* secara mandiri pada penelitian yang dilakukan oleh Zulkifli *et al.*, (2022), hasil penelitian pada 30 penderita asma bronkial yang berobat di Puskesmas Kupang selama 1 hari dengan waktu 15 menit diulang tiga kali sehari menunjukkan dimana ρ0,000 < α 0,05 yang artinya terdapat pengaruh pada PLB terhadap penurunan frekuensi pernapasan menjadi lebih stabil dan kondisi pasien dapat membaik.

Pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan dapat melalui berbagai media, salah satunya media cetak maupun media video Selain itu, edukasi berperan penting dalam keberhasilan implementasi teknik ini. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Arisdiani *et*

al., (2025) menunjukkan bahwa intervensi sederhana berbasis edukasi dapat diterapkan dengan mudah dan memberikan manfaat serta meningkatkan self-management teknik terapeutik. Oleh karena itu, asma memerlukan penanganan jangka panjang yang didukung oleh edukasi kesehatan yang memadai. Sehingga kerjasama yang baik antara pasien dan tenaga kesehatan menjadi faktor penting dalam keberhasilan pengobatan. Pengelolaan asma yang tidak optimal dapat meningkatkan risiko komplikasi, seperti serangan akut, pneumonia, kebutuhan rawat inap, hingga kematian. Mengingat asma masih menjadi permasalahan kesehatan di Indonesia, diperlukan upaya edukasi yang efektif, salah satunya melalui media video, untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit ini (Hinga *et al.*, 2025). Menurut Fadilah (2023) video termasuk jenis audio visual, karena terdapat gerakan gambar dan suara. Manfaat media audio visual lebih efektif dalam menerima pembelajaran karena dapat memberikan pengalaman lebih nyata, lebih mudah dipahami, lebih menarik, sudah dikenal masyarakat dan dapat diulang-ulang serta jangkauannya lebih besar (Ailulia *et al*., 2022).

Peningkatan pengetahuan pasien mengenai teknik *pursed lip breathing* sangat penting karena masih banyak pasien asma bronkial yang belum memahami cara melakukan teknik pernapasan dengan benar. Kurangnya pengetahuan tersebut dapat menyebabkan pasien tidak mampu mengontrol frekuensi pernapasan saat terjadi sesak napas (Arisdiani *et al*., 2025). Hal ini dibuktikan penelitian Hinga (2025) yang berjudul "Edukasi Penyakit Asma Berbasis Video Pengetahuan Kepada Penyintas Asma dan Remaja di Kota Kupang" penelitian yang melibatkan 20 partisipan tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, rata-rata skor pengetahuan peserta sebesar 53,5% (buruk). Setelah diberikan edukasi menggunakan media video, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 100% yang artinya pengetahuan baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi berbasis video efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai penyakit asma. Hal ini menegaskan bahwa edukasi melalui media video berhasil meningkatkan pengetahuan pada penderita asma bronkial.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk menyusun Laporan Tugas Akhir mengenai "**Edukasi *Pursed Lip Breathing* Terhadap Frekuensi Pernapasan Pada Pasien Asma Bronkial Melalui Media Video".** Tujuan media video sebagai sarana edukasi yang efektif, praktis, dan mudah dipahami, sehingga dapat mendukung kemandirian pasien dalam mengontrol pola napas serta menjadi referensi dalam pengembangan praktik keperawatan berbasis edukasi. Manfaat dibuatnya video ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien asma bronkial mengenai pengaruh teknik pursed lip breathing terhadap frekuensi pernapasan

melalui media video. Diharapkan dengan adanya media ini, dapat menjadi acuan yang menarik bagi pembaca untuk memahami dan mempraktikkan teknik pernapasan non farmakologis *Pursed Lip Breathing* yang dipaparkan oleh penulis.