

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* DALAM
MENGATASI POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN ASMA BRONCHIAL
DI RSU MITRA SEJATI MEDAN**



ISNA LESTARI

P07520122016

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* DALAM
MENGATASI POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN ASMA BRONCHIAL
DI RSU MITRA SEJATI MEDAN**



**ISNA LESTARI
P07520122016**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

**PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* DALAM
MENGATASI POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN ASMA BRONCHIAL
DI RSU MITRA SEJATI MEDAN**

Karya Tulis Ilmiah/ Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan Medan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**ISNA LESTARI
P07520122016**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* DALAM
MENGATASI POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN ASMA BRONCHIAL
DI RSU MITRA SEJATI MEDAN**

Diusulkan Oleh

ISNA LESTARI

P07520122016

Telah Disetujui di Prodi D-III Keperawatan Medan

Pada tanggal 16 Juni 2025

Pembimbing Utama,



Solihuddin Harahap S.Kep, Ns, M.Kep
NIP. 197407151998031002

Pembimbing Pendamping,



Lestari S.Kep, Ns, M.kep
NIP.198008292002122002

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan,



Masnila S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* DALAM
MENGATASI POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF
PADA PASIEN ASMA BRONCHIAL
DI RSU MITRA SEJATI MEDAN**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

ISNA LESTARI
P07520122016

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 16 Juni 2025

	Tanda Tangan
1. Ketua Penguji: Solihuddin Harahap S.Kep, Ns, M.Kep	()
2. Penguji I : Sri Siswati, SST, S.Pd, M.Psi	()
3. Penguji II : Suriani Br Ginting, S.Kep, Ns, M.Kep	()

Medan, 16 Juni 2025

Mengetahui:
Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan



Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Isna Lestari
Nim : P07520122016
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Karya Tulis
Ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIPS BREATHING* DALAM MENGATASI POLA NAPAS TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN ASMA BRONCHIAL DI RSU MITRA SEJATI MEDAN

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan Tindakan plagiat, maka saya
bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat
pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 16 Juni 2025

Penulis,



ISNA LESTARI

P07520122016



BIODATA PENULIS

Nama : Isna Lestari
Tempat/Tgl Lahir : Sei Baharu, 23 Agustus 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Dusun V Desa Sei Baharu,
Kec. Hamparan Perak
Nomor HP : 083182001553

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 101742
2. SLTP : MTS NEGERI Hamparan Perak
3. SLTA : SMA NEGERI 1 Hamparan Perak

ABSTRAK

Penerapan Teknik *Pursed Lips Breathing* Dalam Mengatasi Pola Napas Tidak Efektif Pada Pasien Asma Bronchial Di RSUD Mitra Sejati Medan

Isna Lestari¹, Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep², Lestari, S.Kep, Ns, M.Kep³

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Email: isnalestari2308@gmail.com

Pursed Lips Breathing adalah metode sederhana untuk meredakan sesak napas. Teknik ini membantu memperlambat laju pernapasan sehingga menjadi lebih efektif. Penelitian ini menerapkan teknik *Pursed Lips Breathing* selama 5–10 menit sesuai kemampuan pasien, dilakukan sekali sehari dan dianjurkan untuk dilakukan saat merasa sesak. Studi kasus ini dilaksanakan di RSUD Mitra Sejati Medan dengan dua responden, yaitu Tn.Z (55 tahun) dan Ny.D (60 tahun). Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan pasien asma bronchial yang mengalami pola napas tidak efektif. Setelah intervensi, kedua subjek menunjukkan perkembangan positif. Subjek pertama, Tn.Z, pada hari pertama belum mampu melakukan teknik ini, namun pada hari kedua hingga keempat berhasil melakukannya. Pola napas yang awalnya cepat dan dangkal berubah menjadi dalam dan stabil, dengan frekuensi napas menurun dari 28 x/menit menjadi 20 x/menit. Subjek kedua, Ny.D, pada hari pertama dan kedua belum mampu melakukannya, namun pada hari ketiga dan keempat berhasil melakukannya. *Respiratory rate* menurun dari 26 x/menit menjadi 20 x/menit. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik *Pursed Lips Breathing* efektif dalam memperbaiki pola napas tidak efektif. Diharapkan perawat dapat menerapkan teknik ini sebagai bagian dari standar asuhan keperawatan, khususnya pada pasien Asma bronchial dengan gangguan pola napas.

Kata Kunci: Asma Bronchial, *Pursed Lips Breathing*, Teknik pernapasan

ABSTRACT

The Application of Pursed-Lip Breathing Technique to Address Ineffective Breathing Patterns in Bronchial Asthma Patients at Mitra Sejati General Hospital, Medan

Isna Lestari¹, Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep², Lestari, S.Kep, Ns, M.Kep³

Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health

Email: isnalestari2308@gmail.com

Pursed-lip breathing is a simple method to relieve shortness of breath. This technique helps slow down the breathing rate, making it more effective. This study applied the pursed-lip breathing technique for 5–10 minutes, as per the patients' ability, once a day, and it was recommended to be performed whenever they felt breathless. This case study was conducted at Mitra Sejati General Hospital, Medan, with two respondents: Mr. Z (55 years old) and Mrs. D (60 years old). The approach used was a descriptive case study with bronchial asthma patients who had ineffective breathing patterns. Following the intervention, both subjects showed positive progress. The first subject, Mr. Z, was unable to perform the technique on the first day but succeeded from the second to the fourth day. His initially rapid and shallow breathing pattern became deep and stable, with his respiratory rate decreasing from 28 breaths/minute to 20 breaths/minute. The second subject, Mrs. D, was unable to perform it on the first and second days but succeeded on the third and fourth days. Her respiratory rate decreased from 26 breaths/minute to 20 breaths/minute. These results indicated that the pursed-lip breathing technique is effective in improving ineffective breathing patterns. It is hoped that nurses can implement this technique as part of their standard nursing care, especially for bronchial asthma patients with impaired breathing patterns.

Keywords: Bronchial Asthma, Pursed-Lip Breathing, Breathing Techniques



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Teknik *Pursed Lips Breathing* Dalam Mengatasi Pola Napas Tidak Efektif Pada Pasien Asma Bronchial” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Sholihuddin Harapan S.Pd, S.Kep, Ns, M.kep selaku pembimbing utama dan Lestari S.Kep, Ns, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

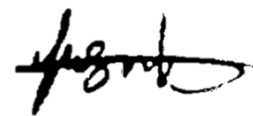
Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenalkan pula saya untuk mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ibu Dr. Amira PS Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
3. Ibu Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Medan Poltekkes Kemenkes medan
4. Ibu Sri Siswati, SST, M.Psi dan Ibu Suriani Ginting, S.Kep, Ns, M.kep atas kesediaannya untuk menguji karya tulis ilmiah ini.
5. Ibu Dr. Eldiva Sulistiana Sinaga, MKM, MH yang telah memberikan izin penelitian.
6. Bapak/Ibu subjek penelitian yang telah berkenan meluangkan waktu untuk terlibat dalam penelitian ini.
7. Teruntuk orang tua tercinta yaitu Bapak Ilyas dan Ibu Masitah dan adik penulis yaitu Nabilah yang selalu memberikan semangat dan motivasi yang sangat luar biasa kepada penulis. Bahkan di setiap perjalanan yang penulis lalui selalu ada doa baiknya yang tak pernah berhenti untuk kelancaran penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini. Semoga ini awal dari kebahagiaan yang diinginkan.

8. Seluruh dosen, instruktur dan Staf Jurusan keperawatan Medan Poltekkes Kemenkes Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
9. Kepada teman teman kuliah yang selalu membantu dan memberikan saran yang baik kepada penulis. Dan juga teruntuk kepada sepupu penulis yaitu Bang Akbar yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis serta bersedia ada disaat penulis membutuhkan saran dan kritiknya. Teruntuk kakak angkat penulis yaitu kak Fitri Wulandari yang juga memberikan semangat kepada penulis dan selalu ada disaat penulis membutuhkan bantuan serta memberitahukan semua yang saya tidak tahu.
10. Dan yang paling utama, terimakasih kepada diri penulis sendiri. Isna Lestari. Terimakasih telah bertahan sejauh ini. Terimakasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walaupun sering merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terimakasih tetap bertahan menjadi manusia yang pantang menyerah dan melawan rasa takut. Terimakasih karena memutuskan untuk tidak menyerah sesulit apapun penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Terimakasih sudah bertahan.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 16 Juni 2025



Isna Lestari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
BIODATA PENULIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Konsep Dasar <i>Pursed Lips Breathing</i>	5
1. Definisi <i>Pursed Lips Breathing</i>	5
2. Tujuan <i>Pursed Lips Breathing</i>	5
3. Manfaat Melatih <i>Pursed Lips Breathing</i>	6
4. Keefektifan <i>Pursed Lips Breathing</i>	6
5. Standar Operasional Prosedure <i>Pursed Lips Breathing</i>	7
B. Pola Napas Tidak Efektif	7
1. Definisi Pola Napas Tidak Efektif	7
2. Etiologi Pola Napas Tidak Efektif	8
3. Manifestasi Klinis Pola Napas Tidak Efektif	8
4. Faktor Penyebab Pola Napas Tidak Efektif	9
5. Komplikasi Pola Napas Tidak Efektif	9
6. Penanganan Pola Napas Tidak efektif	9
C. Konsep Dasar Asma Bronchial	11
1. Definisi Asma Bronchial	11
2. Penyebab Asma Bronchial	12
3. Patofisiologi Asma Bronchial	13
4. Tanda dan Gejala Asma Bronchial	14

5. Pemeriksaan Diagnostik	14
6. Perawatan Asma Bronchial.....	15
BAB III METODE STUDI KASUS.....	17
A. Rancangan Studi Kasus	17
B. Subyek Studi Kasus	17
C. Fokus Studi.....	18
D. Definisi Operasional Studi Kasus.....	18
E. Instrumen Studi Kasus.....	19
F. Metode Pengumpulan Data	21
G. Lokasi dan Waktu.....	22
H. Penyajian Data.....	22
I. Etika Studi Kasus	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	24
A. Hasil Studi Kasus	24
B. Pembahasan	31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	35
A. Kesimpulan.....	35
B. Saran.....	36
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	38

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Studi kasus.....	18
Tabel 3. 2 Standar Operasional Prosedur Teknik <i>Pursed Lips Breathing</i>	19
Tabel 4. 1 Karakteristik Penderita Asma Bronchial di RSUD Mitra Sejati Medan Tahun 2025.....	25
Tabel 4. 2 Identifikasi Data Kasus 1 dan Kasus 2 Sebelum Diberikan Intervensi Teknik <i>Pursed Lips Breathing</i> Pada Penderita Asma Bronchial Di RSUD Mitra Sejati Medan Tahun 2025	26
Tabel 4. 3 Intervensi Penerapan Teknik <i>Pursed Lips Breathing</i> Pada Penderita Asma Bronchial Di RSUD Mitra Sejati Medan Tahun 2025.....	28
Tabel 4. 4 Hasil Sesudah Penerapan Teknik <i>Pursed Lips Breathing</i> Pada Penderita Asma Bronchial Di RSUD Mitra Sejati Medan Tahun 2025.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Observasi	38
Lampiran 2 Surat Survey Awal	42
Lampiran 3 Surat Balasan Survey	43
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian	44
Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian	45
Lampiran 6 Ethical Clearance	46
Lampiran 7 Lembar Informed Consent	47
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian	53
Lampiran 9 Lembar Konsultasi	54