**PENERAPAN TEKNIK *PURSED LIP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN FREKUENSI NAFAS PADA PENDERITA ASMA**

 **DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUTRI AYU**

**KOTA JAMBI**

\*Ronald Zeko\*\*Devi\*\*\*Rosdawati

D-III Program Studi Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih Jambi Tahun 2023

Email : ronald.zeko96@gmail.com

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Asma adalah penyakit inflamasi kronik pada jalan napas yang dikarakteristikkan dengan hiperresponsivitas, edema mukosa, dan produksi mucus. Inflamasi ini pada akhirnya berkembang menjadi episode gejala asma yang berulang: batuk, sesak dada, mengi, dan dispnea. Pasien asma mungkin mengalami periode bebas gejala pergantian dengan eksaserbasi akut yang berlangsung dalam hitungan menit, jam, sampai hari.

**Tujuan:** Menerapkan teknik *pursed lip breathing* terhadap penurunan frekuensi nafas pada penderita asma.

**Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif (*Quasi Experiment)* yaitu penelitian yang digunakan untuk menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data. Subjek penelitian dalam penelitian adalah satu responden. Metode pengumpulan data dengan cara observasi.

**Hasil:** Penelitian ini dilakukan 3 hari, pada 1 orang responden dengan diagnosa asma dengan frekuensi nafas awal yaitu 26x/i dan dilakukan teknik non farmakologi yaitu dengan penerapan teknik *pursed lip breathing*

**Kesimpulan:** Setelah dilakukan penerapan teknik *pursed lip breathing* pada penderita asma pasien mengalami perubahan frekuensi pernafasan menjadi lebih baik yaitu 20x/i.

**Saran:** Sebaiknya teknik *pursed lip breathing* ini dapat dikembangkan oleh tenaga medis lainnya untuk penderita asma di wilayah kerja puskesmas putri ayu.

*.*

**Kata kunci:** Asma, Respiration rate , *Pursed Lip Breathing*

**Referensi :** 12 buku ( 2012-2019), 8 jurnal (2012-2019)

**IMPLEMENTATION OF PURSED LIB BREATHING TECHNIQUE TO DECREASING BREATH FREQUENCY IN ASTHMA PATIENTS IN**

 **THE WORKING AREA OF PUTRI AYU HEALTH CENTER**

**JAMBI CITY**

\*Ronald Zeko\*\*Devi\*\*\*Rosdawati

D – III Program Study Keperawatan

 Garuda Putih College of Health in Jambi 2023

Email : ronald.zeko96@gmail.com

**ABSTRACT**

**Introduction:** Asthma is a chronic inflammatory disease of the airways characterized by hyperresponsiveness, mucosal edema, and mucus production. This inflammation eventually develops into recurrent episodes of asthma symptoms: cough, chest tightness, wheezing, and dyspnea. Asthmatic patients may experience symptom-free periods alternating with acute exacerbations lasting minutes, hours, to days.

**Objective:** Applying *pursed lip breathing technique* to decreasing breath frequency in asthma

**Methods: This** type of research uses a descriptive method (*Quasi Experiment)*, which is research that is used to analyze data by describing or describing the data. The research subject in the study was one respondent. Methods of data collection is done by way of observation.

**Results:** This study was conducted for 3 days, on 1 respondent with a diagnosis of asthma with an initial respiratory rate of 26x/i and non-pharmacological techniques were carried out, namely the application of *pursed lip breathing technique***. Conclusion:** After applying *pursed lip breathing technique* to asthmatics, patients experienced changes. respiratory rate for the better that is 20x/i.

**Suggestion:** *pursed lip breathing technique* can be developed by other medical personnel for asthma sufferers in the working area of ​​Putri Ayu Public Health Center.

*.*

**Keywords:** Asthma, Respiration rate, *Pursed Lip Breathing*

**Reference:** 12 books (2012-2019), 8 journals (2012-2019)