

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa pertumbuhan terutama pada bayi, balita, dan anak-anak, organ tubuh mereka belum berfungsi secara optimal, sehingga lebih rentan terhadap berbagai penyakit, termasuk infeksi saluran pernapasan seperti pneumonia (Sukma, 2020). Menurut *United Nations Children's Fund (Unicef)* (2024), terdapat 4,9 juta anak meninggal sebelum mencapai usia 5 tahun dengan penyebab terbesar yaitu penyakit menular. Satu dari lima penyakit menular penyebab kematian tertinggi pada bayi adalah pneumonia (Unicef, 2024). *World Health Organization (WHO)* (2022) juga menyatakan bahwa penyakit pneumonia menyebabkan kematian tertinggi hingga mencapai 740.180 pada anak dibawah usia 5 tahun. Kasus pneumonia pada anak di Indonesia tercatat sebanyak 1.278 kasus dan 188 kematian pada tahun 2024. Data pneumonia di Yogyakarta tertinggi pada bulan Oktober 2023 dengan jumlah 144 kasus (Kemenkes RI, 2024)

Pneumonia adalah infeksi bakteri, virus atau jamur dari satu atau kedua sisi paru-paru yang menyebabkan kantung atau alveoli di paru-paru terisi dengan cairan atau nanah. Gejalanya bisa ringan atau berat dan mungkin termasuk batuk berdahak (zat berlendir), demam, menggigil dan kesulitan bernapas (Aprilia, R.,

& Faisal, F. (2024). Penderita pneumonia sering mengalami pola napas tidak efektif karena inflamasi dan infeksi pada paru-paru, yang dapat menyebabkan kesulitan bernapas dan penurunan kapasitas paru-paru.

Pola pernapasan yang tidak efektif adalah kondisi dimana inspirasi dan/atau ekspirasi yang tidak memberikan ventilasi yang memadai (Tim Pokja DPP PPNI SDKI, 2018). Tindakan yang bisa diambil untuk membantu mengurangi masalah keperawatan terkait pola napas yang tidak efektif termasuk penggunaan terapi terutama dari segi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi berbasis farmakologi mencakup pemberian oksigen, penggunaan nebulizer, tindakan *suction*, serta pemberian obat-obatan. Sementara itu, terapi non-farmakologi yang dapat mendukung penanganan pada pasien pneumonia yaitu terapi relaksasi otot progresif (Herawati, (2022)).

Terapi relaksasi otot progresif digunakan untuk meredakan ketegangan otot, ansietas, nyeri serta meningkatkan kenyamanan, konsentrasi dan kebugaran (Tim Pokja DPP PPNI SIKI, 2018). Teknik ini mampu meningkatkan pola napas, dengan cara memfokuskan individu pada perasaan rileks yang terdiri dari peregangan dan relaksasi sekelompok otot, dimulai dari otot wajah hingga otot kaki (Sulandari dkk., 2021). Manfaat terapi relaksasi otot progresif untuk pola napas yaitu dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang dapat

memperburuk gejala pneumonia, serta membantu meningkatkan pola napas dengan mengurangi ketegangan otot pernapasan dan meningkatkan relaksasi (Ambarwati,2020) .

Beberapa penelitian yang telah dilakukan membuktikan bahwa terapi relaksasi otot progresif terbukti dapat meningkatkan pola pernapasan pada pasien bronchopneumonia (Ambarwati,2020). Menurut penelitian yang sudah ada, membuktikan bahwa terapi relaksasi otot progresif membantu merilekskan otot yang tegang, menurunkan frekuensi jantung, menurunkan frekuensi pernapasan dan laju metabolik. Oleh karena itulah terapi relaksasi otot progresif sangat dianjurkan untuk dilakukan pada pasien yang menjalani proses perawatan di rumah sakit. Alasan terapi ini dilakukan karena terapi relaksasi otot progresif mudah dilakukan, tidak membutuhkan biaya yang mahal, tidak membutuhkan waktu yang terlalu lama serta membawa dampak yang positif efek positif bagi kesehatan pasien baik secara fisik, psikis dan hasil fungsional (D. Putri & Amalia, 2019). Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai “Pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk meningkatkan pola napas pada pasien pneumonia di ruang PICU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta: *case report*”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada laporan karya ilmiah akhir ini adalah, “ Bagaimana gambaran pelaksanaan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk meningkatkan pola napas pada pasien pneumonia di ruang PICU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta?”.
STIKES BETHESDA YOGYAKARTA

C. Tujuan Penulisan

Penulis mampu mengetahui gambaran pelaksanaan pemberian terapi relaksasi otot progresif untuk meningkatkan pola napas pada pasien pneumonia di ruang PICU Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.