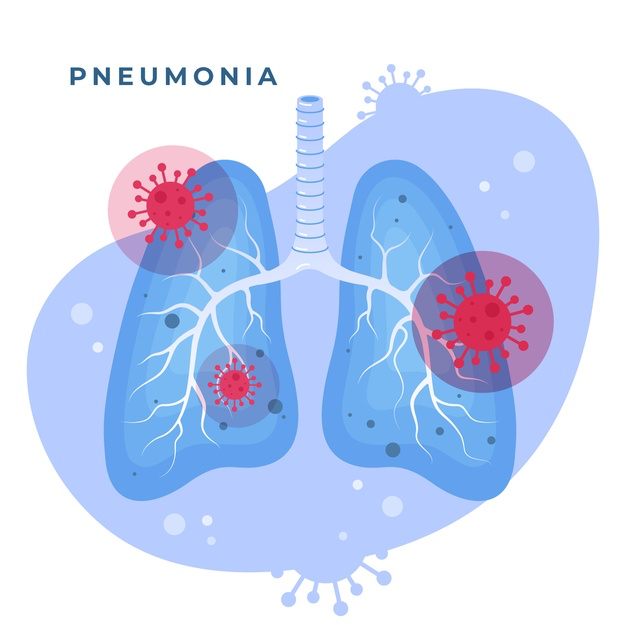
BOOKLET INTERVENSI FISIOTERAPI

PADA PNEUMONIA



GERAKAN

#PULIHBERSAMA

PNEUMONIA

Pneumonia merupakan penyakit peradangan paru dan sistem pernafasan dimana alveoli membengkak dan terjadi penimbunan cairan.

Pneumonia dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor, meliputi infeksi bakteri, virus, jamur, atau parasit. Pneumonia juga dapat diakibatkan oleh bahan kimia atau kerusakan fisik dari paru-paru, atau secara tak langsung dari penyakit lain seperti kanker paru atau penyalahgunaan alkoho. Gejala khas pneumonia dapat berupa batuk berdahak kemerahan serta lekosotosis, nyeri pleural, demam menggigil, sesak nafas atau gabungan dari beberapa gejala tersebut. Serangan pada pneumonia biasanya tidak mendadak, khususnya pada orang tua dan hasil dari foto thoraks dapat memberikan gambaran awal dari pneumonia.

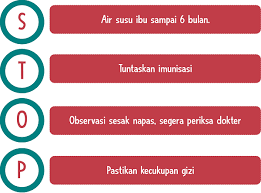
Lebih dari 800.000 balita setiap tahun di dunia atau lebih dari 2.000 per hari meninggal akibat pneumonia. Angka ini lebih banyak jika dibandingkan dengan jumlah kematian balita karena penyakit lain seperti diare dan 1 malaria. Jika tidak ditangani dengan baik, maka pada tahun 2030 ketika Sustainablity Development Goal (SDG) berakhir, diperkirakan 11 juta balita meninggal karena Pneumonia.

Indonesia adalah salah satu dari tiga negara yang memiliki progres yang baik diantara 30 negara yang memiliki beban pneumonia tinggi di dunia yaitu memiliki angka kematian balita akibat pneumonia sebesar 4/1.000 kelahiran hidup di tahun 2018, mendekati target global 3/1.000 kelahiran hidup ditahun 2025.

Namun demikian masih lebih dari 19.000 kematian balita atau dua anak setiap jam akibat pneumonia di tahun yang sama dan Pneumonia masih tetap termasuk penyebab utama kematian bayi dan balita di Indonesia. Jumlah realisasi kasus pneumonia tahun 2019 sampai awal tahun 2020 sebanyak 466.524 kasus atau 52,7% dari estimasi jumlah kasus di tahun 2019.

Hal ini berarti kemungkinan masih terdapat kasus yang lebih banyak namun tidak terdata karena tidak mengakses layanan kesehatan. Jawa Barat memilki jumlah kasus terbanyak sebanyak 104.866 dan diikuti oleh Jawa Timur 89.361 dan DKI Jakarta 46.354 kasus. Sedangkan prevalensi tertinggi terdapat di Nusa Tenggara Barat yaitu sebesar 6,38% dan Kepulauan Bangka Belitung 6,05% jauh 2 diangka rata-rata Nasional yaitu 3,55%.

Penyebab pneumonia adalah bakteri, virus, jamur dan mikroba lainnya yang menginfeksi sel-sel paru yang selanjutnya membuat peradangan akut dengan gejalagejala kesulitan bernapas ringan sampai berat bahkan kematian.Terdapat 3 Kerangka Global dalam upaya pengendalian pneumonia yaitu Perlindungan (Protection) melalui pemberian ASI eksklusif dan asupan gizi yang adekuat, Pencegahan (Prevention) melalui Imunisasi seperti Campak, Diphteri-Pertusis

YSTC melalui kerjasama dengan organisasi masyarakat sipil, akademisi, organisasi profesi, pemerintah dan pihak swasta baik di tingkat nasional maupun di wilayah dampingan Save the Children di Kabupaten Sumba Barat, NTT dan Kabupaten Bandung, Jawa Barat. melanjutkan kampanye STOP Pneumonia untuk penyadaran dan perubahan perilaku masyarakat

**INTERVENSI FISIOTERAPI**

**CHEST THERAPY**

Atau yang sering disebut fisioterapi dada adalah salah satu bentuk dari terapi pembersihan jalan nafas yang umumnya dilakukan oleh fisioterapi dengan tujuan membersihkan lendir dari saluran udara dan paru-paru. Dalam Chest Therapy ini ada satu rangkaian yaitu postural drainage, tapotement, fibrasi dan batuk efektif

*Indikasi*

Indikasi fisioterapi dada terdapat penumpukan secret pada saluran napas yang dibuktikan dengan pengkajian fisik, X Ray, dan data klinis, sulit mengeluarkan atau membatukan sekresi yang terdapat pada saluran pernapasan.

*Kontraindikasi*

Kontraindikasi fisioterapi dada yang bersifat mutlak seperti kegagalan jantung, status asmatikus, renjatan dan perdarahan masif, sedangkan kontraindikasi relative seperti infeksi paru berat, patah tulang iga atau luka baru bekas operasi, tumor paru dengan kemungkinan adanya keganasan serta adanya kejang rangsang. Fisioterapi dada direkomendasikan untuk klien/pasien yang memproduksi sputum lebih dari 30cc/hari atau memiliki riwayat atlektasis dengan X-Ray dada. Perkusi kontraindikasi pada klien/pasien dengan kelaianan perdarahan.

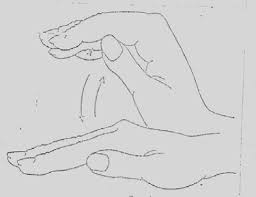
**POSTURAL DRAINAGE**

Postural drainage yaitu menempatkan pasien pada satu posisi tertentu yang bertujuan untuk mengalirkan secret dengan bantuan gravitasi sehingga dapat mengalir ke bronchus utama. Postural drainage dilakukan 10-15 menit dan setiap posisi postural drainage berbeda-beda sesuai dengan letak sputum yang dikeluarkan.



**TAPOTEMENT/ CLAPPING**

Tapotement adalah gerakan menepuk atau memukul dan bersifat merangsang jaringan otot, dilakukan dengan kedua tangan bergantian. Untuk memperoleh hentakan yang ringan, tidak sakit pada klien tapi merangsang sesuai dengan tujuannya, maka diperlukan fleksi bilitas pergelangan tangan (Doyle, 2014).



**VIBRASI**

Vibrasi dengan menggetarkan sangkar dada, diberikan setelah pemberian postural drainage dan aplikasi tapotemen, vibrasi digunakan untuk meningkatkan dan mempercepat aliran sekret di dalam paru. Vibrasi dilakukan pada saat pasien ekspirasi, dimana sebelumnya pasien diminta tarik napas dalam kemudian saat ekspirasi diberikan vibrasi sampai akhir ekspirasi. Dengan frekuensi 4-5 kali getaran.



**BREATHING EXERCISE**

Diaphragmatic Breathing Exercises adalah latihan pernapasan yang dilakukan dibagian perut atau abdominal dan tujuannya adalah untuk mengajarkan pasien menggunakan pernapasan perut. Pada penurunan sesak napas berupa otot-otot pernapasan yang bekerja lebih aktif sehingga terjadi penurunan beban kerja pernapasan. Selain itu, energi yang terbuang hanya sedikit sehingga pasien tidak akan mudah lelah (Khotimah, 2013). Latihan pernapasan juga diberikan dengan menggunakan tekhnik deep breathing. Deep breathing exercise merupakan salah satu latihan pernapasan yang banyak dikembangkan dalam kajian fisioterapi. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan otot-otot pernapasan yang berguna untuk meningkatkan compliance paru untuk meningkatkan fungsi ventilasi dan memperbaiki oksigenasi (Smeltzer, 2008)