

Edukasi Penerapan Posisi Semi Fowler Sebagai Upaya Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Dyspnea Di Bangsal Tulip RSUD DR. Soeratno Gemolong

¹Amalia Arifatul Diktina, ²Afrah Hasna Fadhillah, ³Husnul Khotimah

^{1,2,3} Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Jawa, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57146

Email : amaliadiktina3@gmail.com

Abstrak

Dyspnea merupakan kondisi sesak napas yang sering dialami pasien dengan gangguan sistem pernapasan maupun penyakit kardiopulmoner dan dapat menyebabkan ketidaknyamanan, peningkatan frekuensi napas, penggunaan otot bantu pernapasan, serta gangguan aktivitas dan istirahat. Di RSUD Dr. Soeratno Gemolong masih ditemukan pasien yang mengalami dyspnea dengan keluhan sesak napas, sementara pengetahuan pasien dan keluarga mengenai tindakan nonfarmakologis, khususnya penerapan posisi semi Fowler, masih terbatas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga mengenai manfaat dan cara penerapan posisi semi Fowler sebagai upaya membantu mengurangi sesak napas serta meningkatkan kenyamanan pasien selama menjalani perawatan. Metode yang digunakan meliputi pemberian edukasi kesehatan melalui penyuluhan menggunakan media poster yang memuat pengertian, manfaat, waktu penerapan, dan langkah-langkah posisi semi Fowler, disertai demonstrasi penerapan posisi yang benar. Posisi semi Fowler dengan kemiringan sekitar 45° membantu meningkatkan pengembangan paru-paru melalui pengaruh gaya gravitasi sehingga dapat memperbaiki pola pernapasan dan menurunkan beban kerja pernapasan. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman pasien dan keluarga mengenai penerapan posisi semi Fowler, meningkatnya kemampuan dalam menerapkan posisi tersebut secara mandiri, serta meningkatnya kenyamanan pasien melalui berkurangnya keluhan sesak napas selama perawatan. Edukasi kesehatan mengenai posisi semi Fowler diharapkan menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif, sederhana, dan mudah diterapkan untuk mendukung keberhasilan asuhan keperawatan pada pasien dengan dyspnea.

Kata Kunci: Dyspnea, Posisi Semi Fowler, Edukasi Kesehatan, Pasien Rawat Inap, Asuhan Keperawatan

PENDAHULUAN

RSUD Dr. Soeratno Gemolong merupakan salah satu rumah sakit daerah yang memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat, termasuk pelayanan pada pasien dengan gangguan sistem pernapasan. Salah satu kondisi yang sering ditemukan di ruang perawatan adalah dyspnea atau sesak napas. Dyspnea merupakan kondisi ketika seseorang merasakan kesulitan bernapas yang ditandai dengan napas pendek serta penggunaan otot bantu pernapasan. Kondisi ini dapat terjadi pada berbagai penyakit seperti gangguan kardiovaskular, emboli paru, penyakit paru interstisial atau alveolar, kelainan dinding dada, penyakit paru obstruktif seperti emfisema, bronkitis, asma, maupun gangguan kecemasan (Price & Wilson, 2021)

Berdasarkan kondisi di bangsal perawatan, 5 pasien dengan dyspnea sering mengeluhkan sesak napas terutama saat berbaring datar. Pasien tampak menggunakan otot bantu pernapasan, frekuensi napas meningkat, serta terlihat gelisah akibat kekurangan oksigen. Pasien juga sulit beristirahat dengan nyaman dan terlihat gelisah akibat ketidaknyamanan dalam bernapas. Beberapa pasien juga memerlukan bantuan oksigen untuk mempertahankan kebutuhan oksigenasi tubuh. Selain kondisi fisik, ditemukan pula bahwa sebagian pasien dan keluarga masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai perawatan sederhana yang dapat membantu kenyamanan pernapasan pasien selama menjalani perawatan. Kurangnya pemahaman tersebut menyebabkan

pasien belum mampu melakukan perawatan secara optimal selama berada di ruang rawat inap. Kondisi dyspnea yang dialami pasien tidak hanya memengaruhi kenyamanan fisik, tetapi juga berdampak pada aktivitas sehari-hari pasien selama menjalani perawatan di RSUD Dr. Soeratno Gemolong.

RSUD Dr. Soeratno Gemolong memiliki pasien dengan gangguan pernapasan (dyspnea) yang mengalami keluhan sesak napas selama menjalani perawatan di ruang rawat inap. Permasalahan utama yang dialami pasien yaitu rasa sesak napas yang menyebabkan ketidaknyamanan, sulit beristirahat, cepat lelah, serta peningkatan frekuensi pernapasan. Selain itu, sebagian pasien masih berada pada posisi berbaring datar sehingga proses pengembangan paru-paru kurang optimal dan keluhan sesak napas menjadi lebih berat. Pasien juga tampak gelisah dan membutuhkan bantuan dalam memenuhi kebutuhan oksigenasi. Permasalahan lain yang ditemukan yaitu kurangnya pengetahuan pasien dan keluarga mengenai tindakan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi sesak napas, khususnya penerapan posisi semi fowler. Pasien dan keluarga belum memahami manfaat, tujuan, serta cara penerapan posisi semi fowler yang benar sebagai upaya membantu memperbaiki pola pernapasan dan meningkatkan kenyamanan pasien. Kurangnya edukasi kesehatan mengenai posisi semi fowler menyebabkan tindakan sederhana tersebut belum diterapkan secara optimal selama perawatan pasien di RSUD Dr. Soeratno Gemolong.

Solusi yang ditawarkan untuk mengatasi masalah pada pasien dyspnea di RSUD Dr. Soeratno Gemolong selain terapi medis dan pemberian oksigen, yaitu tindakan nonfarmakologis salah satu metode sederhana, efektif, dan ekonomis untuk membantu meningkatkan pengembangan dinding dada adalah pengaturan posisi istirahat pasien. Posisi semi fowler dengan kemiringan sekitar 45° dinilai efektif bagi pasien dengan gangguan kardiopulmoner karena memanfaatkan gaya gravitasi untuk membantu pengembangan paru-paru serta mengurangi tekanan dari area abdomen ke rongga dada. Penerapan posisi semi Fowler juga sering digunakan sebagai upaya mengurangi sesak napas. Keberhasilan tindakan ini dapat dilihat dari frekuensi pernapasan (Respiratory Rate) yang kembali mendekati nilai normal pada orang dewasa, yaitu sekitar 16–24 kali per menit (Potter & Perry, 2016)

Selain penerapan posisi semi fowler, diberikan pula edukasi kesehatan kepada pasien dan keluarga mengenai pengertian, manfaat, waktu, serta cara penerapan posisi semi fowler yang benar. Edukasi dilakukan agar pasien dan keluarga mampu memahami pentingnya posisi tubuh dalam membantu proses pernapasan selama perawatan. Hasil penelitian Turafik dan Aini (2022) menyebutkan bahwa dari 4 responden yang menjadi partisipan dalam penelitian ini, mengalami peningkatan respiratory rate. Setelah dilaksanakan penerapan posisi semifowler respiratory rate menurun secara signifikan dan penerapan posisi semi fowler dapat menurunkan respiratory rate dengan dyspnea.

Target luaran yang diharapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RSUD Dr. Soeratno Gemolong yaitu meningkatnya pengetahuan pasien dan keluarga mengenai posisi semi fowler sebagai upaya membantu mengurangi sesak napas pada pasien dyspnea. Pasien dan keluarga diharapkan mampu memahami pengertian, manfaat, waktu penerapan, serta cara penerapan posisi semi fowler yang benar selama perawatan. Pasien diharapkan dapat menerapkan posisi semi fowler dengan tepat sehingga membantu meningkatkan kenyamanan dan membantu memperbaiki pola pernapasan pasien selama menjalani perawatan di rumah sakit. Media yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu poster edukasi yang berisi pengertian posisi semi fowler, manfaat posisi semi fowler, waktu penerapan posisi semi fowler, serta langkah-langkah cara penerapan posisi semi fowler yang benar pada pasien dyspnea.

METODE

1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

a. Tahap Pengkajian

Pada tahap ini dilakukan pengkajian terhadap kondisi pasien dyspnea di RSUD Dr. Soeratto Gemolong meliputi keluhan sesak napas, frekuensi pernapasan, tingkat kenyamanan pasien, serta pengetahuan pasien dan keluarga mengenai posisi semi fowler. Pengkajian dilakukan melalui observasi, wawancara, dan pemeriksaan sederhana pada pasien.

b. Tahap Identifikasi Masalah

Setelah dilakukan pengkajian, ditemukan masalah utama yaitu pasien mengalami sesak napas dan masih kurang memahami penerapan posisi semi fowler sebagai tindakan nonfarmakologis untuk membantu mengurangi keluhan sesak napas.

c. Tahap Perencanaan Kegiatan

Pada tahap ini disusun rencana kegiatan edukasi kesehatan mengenai posisi semi fowler. Perencanaan meliputi penyusunan materi edukasi, penyiapan media poster, penentuan waktu pelaksanaan, serta metode penyampaian materi kepada pasien dan keluarga.

d. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dengan memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga mengenai pengertian dyspnea, pengertian posisi semi fowler, manfaat posisi semi fowler, waktu penerapan, serta langkah-langkah penerapan posisi semi fowler yang benar. Edukasi dilakukan menggunakan media poster dan demonstrasi secara langsung kepada pasien.

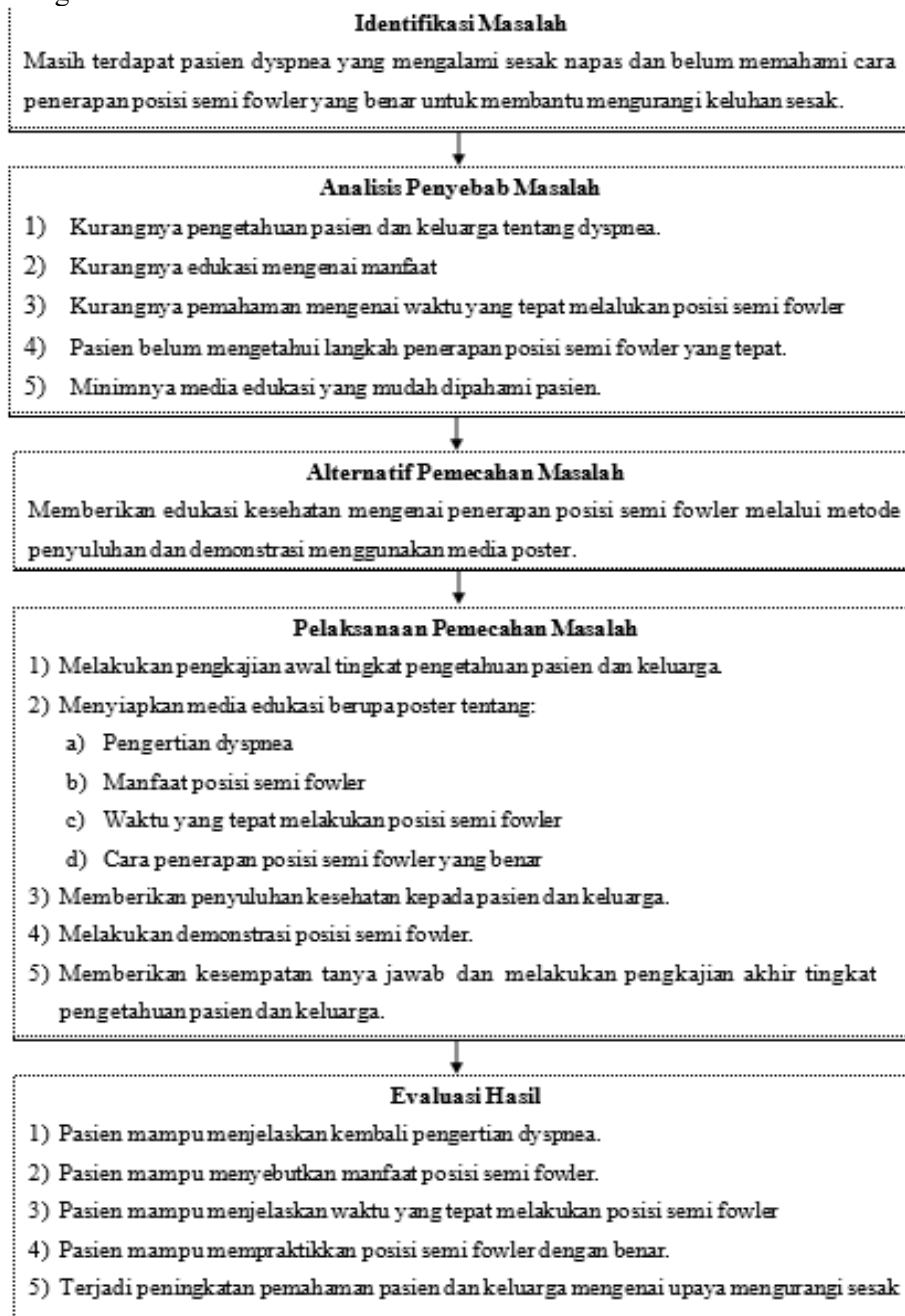
e. Tahap Pendampingan

Setelah edukasi diberikan, dilakukan pendampingan kepada pasien dan keluarga dalam menerapkan posisi semi fowler secara benar. Pendampingan bertujuan membantu pasien agar mampu menerapkan posisi dengan tepat dan nyaman selama perawatan.

f. Tahap Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman pasien dan keluarga setelah diberikan edukasi. Evaluasi dilakukan melalui tanya jawab dan observasi kemampuan pasien maupun keluarga dalam menerapkan posisi semi fowler dengan benar. Selain itu, dilakukan pengamatan terhadap respons pasien seperti kenyamanan dan penurunan keluhan sesak napas setelah penerapan posisi semi fowler.

2. Kerangka Pemecahan Masalah



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada Rabu, 13 Mei 2026, bertempat di Bangsal Tulip RSUD Dr. Soeratno Gemolong. Tema penyuluhan yang diangkat adalah “Edukasi Penerapan Posisi Semi Fowler sebagai Upaya Mengurangi Sesak Napas pada Pasien Dyspnea”. Kegiatan ini dilakukan terhadap 5 pasien dyspnea beserta keluarga pendamping pasien. Pelaksanaan penyuluhan dimulai pukul 10.00 WIB dan berjalan dengan baik serta interaktif. Sebelum kegiatan dimulai, peserta diminta mengisi daftar hadir dan menerima poster edukatif sebagai media pembelajaran.

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh ketua kelompok, kemudian dilanjutkan dengan pertanyaan singkat mengenai pengertian, manfaat, kapan harus melakukan posisi tersebut, dan

langkah langkahnya kemudian pasien menjawab. Selanjutnya dengan pemaparan materi oleh tim penyuluh mengenai pengertian dyspnea, manfaat posisi semi fowler, waktu yang tepat melakukan posisi semi fowler, serta langkah penerapan posisi semi fowler yang benar. Setelah penyampaian materi, dilakukan demonstrasi penerapan posisi semi fowler kepada pasien secara langsung agar peserta lebih memahami langkah-langkah pelaksanaannya. Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat antusias dan aktif bertanya terkait cara mengurangi sesak napas menggunakan posisi semi fowler. Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi dengan metode tanya jawab dan praktik langsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mampu menjelaskan kembali materi yang telah diberikan serta mampu mempraktikkan posisi semi fowler dengan benar. Dan berikut tabel hasil pengetahuan pasien Pre dan Post kegiatan

Pasien	Pre Kegiatan	Post Kegiatan
1	50%	100%
2	25%	75%
3	50%	100%
4	25%	75%
5	25%	100%

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui edukasi penerapan posisi semi fowler sebagai upaya membantu mengurangi keluhan sesak napas pada pasien dyspnea. Penanganan yang dilakukan difokuskan pada peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga mengenai pengertian dyspnea, manfaat posisi semi fowler, waktu yang tepat melakukan posisi semi fowler, serta langkah penerapannya secara benar. Edukasi diberikan melalui metode penyuluhan dan demonstrasi menggunakan media poster agar materi lebih mudah dipahami oleh pasien dan keluarga. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengkajian awal untuk mengetahui tingkat pemahaman pasien dan keluarga terkait dyspnea dan posisi semi fowler. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa sebagian pasien belum memahami cara mengurangi sesak napas secara mandiri, khususnya melalui pengaturan posisi tubuh. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam mengontrol keluhan sesak napas yang dialami. Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan menjadi salah satu upaya penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien.

Penyuluhan dilakukan dengan menjelaskan pengertian dyspnea atau sesak napas adalah perasaan tidak nyaman saat bernapas, seperti napas berat, sulit menghirup udara, atau tidak cukup udara. Manfaat posisi semi fowler yaitu membantu paru mengembang lebih optimal sehingga pertukaran oksigen lebih baik, mengurangi beban kerja jantung, membantu otot pernapasan bekerja lebih efektif, mengurangi rasa cemas dan membuat pasien lebih nyaman, membantu meningkatkan kadar oksigen dalam darah. Waktu yang tepat melakukan posisi semi fowler yaitu saat pasien mengeluh sesak napas, sebelum makan setelah makan dan setelah aktivitas, dilakukan sesuai kebutuhan pasien. Demonstrasi penerapan posisi semi fowler dilakukan agar pasien dan keluarga dapat memahami langkah-langkah pelaksanaannya secara langsung. Metode demonstrasi dipilih karena mampu meningkatkan pemahaman melalui praktik nyata sehingga pasien lebih mudah meniru dan mengingat tindakan yang diajarkan. Selain itu, penggunaan media poster membantu memperjelas materi edukasi karena berisi gambar dan informasi singkat yang mudah dipahami. Media visual dinilai efektif dalam meningkatkan perhatian dan pemahaman pasien selama proses penyuluhan berlangsung.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga setelah diberikan edukasi. Pasien mampu menjelaskan kembali pengertian dyspnea, manfaat posisi semi fowler, waktu yang tepat melakukan posisi semi fowler, serta mampu mempraktikkan posisi semi fowler dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan dapat

meningkatkan pemahaman pasien dalam melakukan upaya mandiri untuk membantu mengurangi sesak napas.

Secara teoritis, hasil kegiatan ini sejalan dengan konsep keperawatan yang menyatakan bahwa posisi semi fowler membuat oksigen di dalam paru-paru semakin meningkat sehingga memperringan kesukaran napas. Posisi ini akan mengurangi kerusakan membran alveolus akibat tertimbunnya cairan. Hal tersebut dipengaruhi oleh gaya gravitasi sehingga O₂ delivery menjadi optimal. Sesak nafas akan berkurang dan akhirnya perbaikan kondisi klien lebih cepat (Agustina & Handayani, 2023). Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan manfaat positif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien serta keluarga mengenai penerapan posisi semi fowler sebagai upaya mengurangi keluhan sesak napas pada pasien dyspnea.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi penerapan posisi semi fowler pada pasien dyspnea dapat terlaksana dengan baik melalui metode penyuluhan dan demonstrasi menggunakan media poster. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien serta keluarga dalam mengurangi keluhan sesak napas melalui penerapan posisi semi fowler yang benar. Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan pemahaman pasien dan keluarga mengenai pengertian dyspnea, manfaat posisi semi fowler, waktu yang tepat melakukan posisi semi fowler, serta langkah penerapannya. Pasien juga mampu mempraktikkan posisi semi fowler dengan benar setelah diberikan edukasi dan demonstrasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan menggunakan media yang sederhana dan mudah dipahami dapat membantu meningkatkan pengetahuan pasien dalam melakukan upaya mandiri untuk mengurangi sesak napas.

Secara keseluruhan, penerapan posisi semi fowler merupakan tindakan nonfarmakologis yang efektif, sederhana, aman, dan mudah dilakukan untuk membantu meningkatkan kenyamanan pernapasan pada pasien dyspnea. Oleh karena itu, edukasi mengenai posisi semi fowler penting diberikan secara berkelanjutan kepada pasien dan keluarga.

SARAN

- a. Bagi pasien dan keluarga, diharapkan dapat menerapkan posisi semi fowler secara mandiri dan benar saat pasien mengalami sesak napas untuk membantu meningkatkan kenyamanan pernapasan.
- b. Bagi tenaga kesehatan, diharapkan dapat meningkatkan pemberian edukasi kesehatan mengenai penatalaksanaan nonfarmakologis pada pasien dyspnea, khususnya penerapan posisi semi fowler, menggunakan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami.
- c. Bagi institusi pelayanan kesehatan, diharapkan dapat menyediakan media edukasi seperti poster atau leaflet mengenai penerapan posisi semi fowler agar pasien dan keluarga lebih mudah memperoleh informasi kesehatan.
- d. Bagi pelaksanaan pengabdian masyarakat selanjutnya, diharapkan dapat dilakukan dengan jumlah peserta yang lebih banyak serta menggunakan metode edukasi yang lebih variatif agar hasil yang diperoleh lebih optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak rumah sakit dan lahan praktik yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi penerapan posisi semi fowler pada pasien dyspnea. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh tenaga kesehatan yang telah membantu selama kegiatan berlangsung.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pasien dan keluarga pasien yang telah bersedia menjadi peserta serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan edukasi ini sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Semoga kegiatan yang telah dilakukan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan pasien serta keluarga dalam membantu mengurangi keluhan sesak napas melalui penerapan posisi semi fowler.

REFERENSI

- Agreta, S. M. N., Purwati, N. H., Rayasari, F., & Azzam, R. (2023). Penerapan Pronasi dan Semi Fowler terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen pada Pasien COVID-19. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2).
- Agustina, R., & Handayani, T. S. (2023). Pengaruh Pemberian Posisi Semi Fowler 30° dan 45° pada Pasien Tuberkulosis Paru Melalui dengan Teori Virginia Henderson di Ruang Raflesia RSUD Kepahiang. *Jurnal Ilmiah Amanah Akademika (JIHAD)*, 6(1), 212–221.
- Hinkle, J. L., Cheever, K. H., & Overbaugh, K. (2021). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (15th ed.). Lippincott Williams and Wilki.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2016). *Fundamentals of Nursing* (7th ed.). Elsevier.
- Pratiwi, D. N., & Rahmawati, N. A. (2023). Position of Fowler and Semi-fowler to Reduce of Shortness of Breath (Dyspnea) Level While Undergoing Nebulizer Therapy. *South East Asia Nursing Research*, 1(1).
- Price, S. A., & Wilson, L. M. (2021). *Pathophysiology: Clinical Concepts of Disease Processes*. EGC.
- Saputri, H., Saifudin, I., & Susanti, I. H. (2023). Penerapan Posisi Semi Fowler pada Pasien TB Paru untuk Mengurangi Sesak Nafas di Ruang IGD RST Wijayakusuma Purwokerto. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8).
- Turafik, & Aini, D. N. (2022). Penerapan Posisi Semifowler Terhadap Penurunan Respiratory Rate Dengan Dyspnea. *Jurnal NERS Widya Husada*,