

Tema : Cara Pengeluaran Dahak  
Pokok Bahasan : Fisioterapi Dada  
Waktu : 30 menit  
Tempat :  
Sasaran : Keluarga Klien

---

## **A. TUJUAN INTRUSIONAL**

### **1. Tujuan Instrusional Umum (TIU)**

Setelah mengikuti penyuluhan selama 20 menit keluarga klien dapat mengetahui tentang fisioterapi dada

### **2. Tujuan Instrusional Khusus (TIK)**

Setelah diberikan pendidikan kesehatan selama 20 menit, diharapkan sasaran dapat :

- a. Mengetahui pengertian fisioterapi dada.
- b. Mengetahui tujuan fisioterapi dada
- c. Mengetahui cara fisioterapi dada
- d. Mengetahui alat yang digunakan untuk fisioterapi dada

## **B. ANALISA TUGAS**

*Know :*

- Pengertian fisioterapi dada
- Tujuan fisioterapi dada
- Cara fisioterapi dada
- Alat yang digunakan untuk fisioterapi dada

*Do :*

- Keluarga mengerti pengertian fisioterapi dada
- Keluarga mengerti tujuan fisioterapi dada

*Show :*

- Keluarga dapat memperagakan fisioterapi dada

### **C. POKOK BAHASAN**

Fisioterapi dada

### **D. SUB POKOK BAHASAN**

- Pengertian fisioterapi dada
- Tujuan fisioterapi dada
- Cara fisioterapi dada
- Alat yang digunakan untuk fisioterapi dada

### **E. STRATEGI PENYULUHAN**

- a. Menjelaskan materi-materi pelajaran
- b. Menggunakan media pengajaran untuk mempermudah pemahaman peserta
- c. Memberikan kesempatan bertanya kepada keluarga
- d. Mengadakan tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana pemahaman keluarga

### **F. METODE**

- a. Ceramah
- b. Tanya jawab

### **G. MEDIA PENYULUHAN**

- a. Leaflet

### **H. MATERI PENYULUHAN**

Terlampir

## I. KEGIATAN PENYULUHAN

<b>Tahap Kegiatan</b>	<b>Kegiatan penyaji</b>	<b>Kegiatan peserta</b>	<b>Metode dan Media</b>
Pembukaan (5 menit)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Salam pembuka</li><li>• Menjelaskan maksud dan tujuan penyuluhan.</li></ul>	Memperhatikan dan mendengarkan	Ceramah
Penyajian (10 menit)	Menyampaikan materi : <ul style="list-style-type: none"><li>• Pengertian fisioterapi dada</li><li>• Tujuan fisioterapi dada</li><li>• Cara fisioterapi dada</li><li>• Alat yang digunakan untuk fisioterapi dada</li></ul>	Memperhatikan dan mendengarkan keterangan	Ceramah Leaflet
Penutup ( 5 menit )	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memberikan kesimpulan dan bertanya pada peserta penyuluhan.</li><li>• Mengevaluasi hasil penyuluhan dan salam penutup.</li></ul>	Bertanya Menjawab pertanyaan penyuluhan	Tanya jawab

## J. EVALUASI

### a. Formatif

Proses kegiatan pembelajaran berjalan lancar atau tidak, dengan kondisi lingkungan pembelajaran kondusif atau tidak, dan antusiasme peserta didik antusias atau tidak

### b. Sumatif

Untuk mengetahui sejauhmana pemahaman sasaran setelah diberikan pembelajaran selama 20 menit diberikan pertanyaan :

1. Apa yang dimaksud dengan fisioterapi dada?
2. Bagaimana tujuan fisioterapi dada ?
3. Bagaimana cara fisioterapi dada ?
4. Alat apa saja yang digunakan untuk melakukan tujuan fisioterapi dada ?

Meningkatnya pengetahuan keluarga mengenai tujuan fisioterapi dada ditandai dengan peserta didik mampu menjawab pertanyaan evaluasi sebanyak 60% dengan benar



Universitas  
**Esa Unggul**



Universitas  
**Esa Unggul**



Universitas  
**Esa Unggul**

## **FISIOTERAPI DADA**

### **A. PENGERTIAN**

Fisioterapi dada merupakan salah satu tindakan untuk membantu mengeluarkan dahak di paru dengan menggunakan pengaruh gaya gravitasi. Mengingat kelainan pada paru bisa terjadi pada berbagai lokasi maka fisioterapi dada dilakukan pada berbagai posisi disesuaikan dengan kelainan parunya. Waktu yang terbaik untuk melakukan fisioterapi dada yaitu sekitar 1 jam sebelum sarapan pagi dan sekitar 1 jam sebelum tidur pada malam hari.

Fisioterapi dada adalah tindakan keperawatan dengan melakukan teknik perkusi/clapping (menepuk-nepuk) dan teknik vibrasi/vibrating (menggetarkan) pada pasien dengan gangguan sistem pernafasan.

### **B. TUJUAN**

1. Untuk mencegah terkumpulnya dahak dalam saluran nafas
2. Mempercepat pengeluaran dahak sehingga tidak terjadi atelektasis
3. Memudahkan pengeluaran dahak

### **C. PERSIAPAN**

#### **1. PASIEN**

- Beritahukan pasien bahwa akan dilakukan fisioterapi dada

#### **2. ALAT-ALAT**

- Bantal 2 atau 3 buah
- Tisu wajah
- Segelas air
- Sputum spot

#### D. PROSEDUR KERJA

1. Anjurkan pasien menggunakan pakaian yang tipis dan longgar.
2. Observasi nadi, pernapasan, dan keadaan umum pasien.
3. Fisioterapi dada dilakukan satu sampai setengah jam sebelum makan, atau minimal satu jam setelah makan untuk mencegah muntah.
4. Berikan inhalasi selama 10 menit dengan medikasi sesuai dengan instruksi dokter).
5. Auskultasi paru untuk menentukan lokasi sumbatan.
6. Dengarkan kembali suara paru klien untuk menentukan posisi *postural drainage*.
7. Baringkan pasien pada posisi *postural drainage* sesuai lokasi sumbatan yang ditemukan. Lakukan sesuai kondisi dan toleransi anak.
8. Berikan alas berupa kain atau handuk tipis pada dada pasien.
9. Dengan menggunakan telapak tangan yang membentuk seperti sungkup, tepuk-tepukan (perkusi) pada satu lobus selama 2-3 menit.
10. Tengkurapkan pasien, tutupi daerah punggung dengan alas, dan lakukan penepukan kembali pada lobus kanan dan kiri, baik bagian atas maupun bawah.
11. Tepuk-tepuk dilakukan secara mantap, tidak menampar, dan terdengar bunyi "*pooping*".
12. Setelah selesai dengan perkusi, berikan vibrasi atau getaran pada daerah dada kiri dan kanan, depan dan belakang setiap bagian dilakukan 2-3 kali getaran pada waktu pasien mengeluarkan napas dengan menggunakan telapak tangan.
13. Evaluasi hasil atau tindakan fisioterapi dada dengan memantau suara napas, tanda-tanda vital dan status pernapasan anak.



Gambar 2.1 menentukan posisi *postural drainage*.

Keterangan :

1. Posisi pada segmen apeks lobus atas kiri
2. Posisi segmen posterior lobus atas kiri
3. Posisi segmen anterior lobus atas kiri
4. Posisi segmen superior lobus bawah kanan
5. Posisi segmen basal posterior lobus bawah kanan
6. Posisi segmen basal lateral lobus bawah kanan
7. Posisi segmen basal anterior lobus bawah kanan
8. Posisi segmen medial dan lateral lobus tengah kanan
9. Posisi segmen lingular lobus atas kiri