

## Pemberian Posisi Dimana Kepala Dan Tubuh Dinaikkan Dengan Derajat Kemiringan 45° (Posisi Tidur Semi Fowler) Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Asma Di Ruang Perawatan

Tri Wahyuni<sup>1\*</sup>, Santalia Banne Tondok<sup>2</sup>, Rahmat Pannyiwi<sup>3</sup>

<sup>\*1</sup> Program Studi Keperawatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat

<sup>2</sup> Program Studi Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jayapura

<sup>3</sup> Fakultas Kedokteran Militer, Universitas Pertahanan Republik Indonesia

### Abstract

**Background:** Asthma is a chronic respiratory disease that can cause sleep disturbances due to shortness of breath, coughing, and wheezing, especially at night. Sleeping position affects lung function and patient comfort. The Semi-Fowler position is believed to increase lung ventilation and reduce sleep disturbances.

**Objective:** To determine the effect of the Semi-Fowler sleeping position on sleep quality in asthma patients in the treatment room.

**Method:** This study used a quantitative design with a pre-experimental approach using a pretest-posttest design without a control group. The sample consisted of 30 asthma patients treated in the treatment room of RSUD X who were selected using a purposive sampling technique. The intervention was carried out by providing the Semi-Fowler position for 3 consecutive nights. Measurement of sleep quality using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire.

**Results:** The results of the analysis using the Wilcoxon test showed a significant difference between sleep quality values before and after the intervention ( $p = 0.001$ ), which indicated an increase in sleep quality after the Semi-Fowler position intervention.

**Conclusion:** Providing the Semi-Fowler sleeping position can consistently improve the sleep quality of asthma patients. This position is recommended as part of non-pharmacological nursing interventions in the treatment room.

**Keywords:** Asthma, Sleep Quality, Sleep Position, Semi Fowler



## Abstrak

**Latar Belakang:** Asma merupakan penyakit kronis saluran napas yang dapat menyebabkan gangguan tidur akibat sesak napas, batuk, dan wheezing, terutama pada malam hari. Posisi tidur mempengaruhi fungsi paru dan kenyamanan pasien. Posisi Semi Fowler diyakini dapat meningkatkan ventilasi paru dan mengurangi gangguan tidur.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh posisi tidur Semi Fowler terhadap kualitas tidur pada pasien asma di ruang perawatan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental menggunakan rancangan pretest-posttest without control group. Sampel berjumlah 30 pasien asma yang dirawat di ruang perawatan RSUD X yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Intervensi dilakukan dengan memberikan posisi Semi Fowler selama 3 malam berturut-turut. Pengukuran kualitas tidur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI).

**Hasil:** Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara nilai kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi ( $p = 0,001$ ), yang menunjukkan peningkatan kualitas tidur setelah intervensi posisi Semi Fowler.

**Kesimpulan:** Pemberian posisi tidur semi fowler secara konsisten dapat meningkatkan kualitas tidur pasien asma. Posisi ini direkomendasikan sebagai bagian dari intervensi keperawatan non-farmakologis di ruang perawatan.

**Kata Kunci:** Asma, Kualitas Tidur, Posisi Tidur, Semi Fowler

\*Korespondensi : Tri Wahyuni

\*Email : [tri@stikmuhptk.ac.id](mailto:tri@stikmuhptk.ac.id)

## I. PENDAHULUAN

Asma merupakan penyakit inflamasi kronis saluran pernapasan yang ditandai dengan episodik sesak napas, batuk, dan suara mengi. Salah satu gangguan utama pada penderita asma

adalah kualitas tidur yang buruk, terutama pada malam hari saat terjadi peningkatan resistensi jalan napas. Gangguan tidur menyebabkan kelelahan, penurunan imunitas, dan memperburuk kualitas hidup pasien.

Posisi tidur berperan penting dalam mempengaruhi fungsi pernapasan. Posisi Semi Fowler, di mana kepala dan tubuh bagian atas dinaikkan hingga 45°, terbukti dapat meningkatkan kapasitas vital paru dan mengurangi beban kerja pernapasan. Namun, penelitian tentang dampak posisi Semi Fowler terhadap kualitas tidur pasien asma masih terbatas, khususnya dalam konteks ruang rawat inap rumah sakit. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh posisi tidur Semi Fowler terhadap kualitas tidur pasien asma di ruang perawatan.

## II. METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian: Pre-eksperimental dengan rancangan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Populasi dan Sampel: Pasien asma yang dirawat di RSUD X selama periode penelitian. Kriteria inklusi: usia 18–65 tahun, tidak dalam kondisi gawat darurat, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Jumlah sampel: 30 pasien. Teknik Sampling: Purposive sampling. Instrumen: Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) yang sudah tervalidasi.

Prosedur:

- a) Pengukuran kualitas tidur (pretest) pada malam pertama.

Intervensi posisi tidur Semi Fowler dilakukan selama 3 malam. Pasien diberi posisi dengan sandaran tempat tidur pada sudut 45° mulai pukul 22.00 hingga 05.00.

- b) Pengukuran kualitas tidur (posttest) pada pagi hari keempat.

Analisis Data: Uji Wilcoxon untuk melihat perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi.

## III. HASIL PENELITIAN

### a. Hasil

Dari 30 responden, mayoritas berusia 40–60 tahun (60%) dan jenis kelamin perempuan (56,7%). Nilai rerata PSQI sebelum intervensi adalah 10,2 (buruk), sedangkan setelah intervensi menurun menjadi 5,4 (cukup baik). Uji Wilcoxon menunjukkan nilai

signifikansi  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kualitas tidur sebelum dan sesudah pemberian posisi Semi Fowler.

## b. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa posisi tidur Semi Fowler dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien asma. Posisi ini membantu memperbaiki ekspansi paru dan mengurangi penumpukan sekret, sehingga mengurangi gejala sesak napas pada malam hari. Penurunan nilai PSQI menunjukkan bahwa pasien merasa lebih nyaman dan memiliki tidur yang lebih nyenyak.

Penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menyatakan bahwa posisi Semi Fowler dapat meningkatkan fungsi respirasi pada pasien dengan gangguan pernapasan kronis. Intervensi ini juga bersifat non-invasif, mudah dilakukan, dan tidak menimbulkan efek samping.

## IV. KESIMPULAN

1. Pemberian posisi tidur Semi Fowler secara konsisten dapat meningkatkan kualitas tidur pasien asma di ruang perawatan.
2. Perawat disarankan untuk menerapkan posisi tidur Semi Fowler sebagai intervensi standar pada pasien asma yang mengalami gangguan tidur. Penelitian lanjutan dengan desain eksperimental dan kontrol kelompok diperlukan untuk menguatkan hasil.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Anjari, M., & Putri, Y. (2020). Pengaruh Posisi Tidur Semi Fowler terhadap Kualitas Tidur Pasien Sesak Napas. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 101-108.
2. Astuti, D. (2019). *Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: EGC.
3. Bahar, F., & Mulyani, S. (2022). Efektivitas Posisi Semi Fowler terhadap Pola Tidur Pasien Asma. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 6(1), 55-62.
4. Basri, M., & Lestari, R. (2020). Hubungan Posisi Tidur terhadap Saturasi Oksigen pada Pasien Gangguan Pernapasan. *Jurnal Respirasi*, 5(2), 89-96.
5. Carpenito-Moyet, L.J. (2022). *Handbook of Nursing Diagnosis*. Lippincott Williams & Wilkins.
6. Dinas Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.



7. Fitriani, H., & Prasetya, B. (2021). Pengaruh Posisi Tidur terhadap Kualitas Tidur Pasien PPOK. *Jurnal Kesehatan Respirasi*, 9(3), 134-140.
8. Global Initiative for Asthma (GINA). (2023). *Global Strategy for Asthma Management and Prevention*.
9. Hasanah, I. (2018). Posisi Semi Fowler dalam Praktik Keperawatan Medikal Bedah. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 4(1), 11-16.
10. Hidayat, A. A. (2017). *Metode Penelitian Kesehatan untuk Pemula*. Jakarta: Salemba Medika.
11. Inamah, I., Sahalessy, Y., Pannyiwi, R., Werdyaningsih, E., & Yulis, D. M. (2023). Diet Therapy and Physical Activity on Blood Sugar Levels in Diabetes Mellitus Patients in the Inpatient Room at Luwuk Banggai Regional Hospital. *International Journal of Health Sciences*, 1(4), 894–910. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i4.217>
12. Kusuma, R., & Wulandari, I. (2022). Manajemen Nyeri dan Posisi Tidur dalam Praktik Keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Praktis*, 7(2), 77-83.
13. NANDA International. (2021). *NANDA Nursing Diagnoses: Definitions and Classification 2021–2023*. Oxford: Wiley-Blackwell.
14. Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
15. Nugroho, W. (2020). Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Pernapasan. *Jurnal Keperawatan Paru*, 10(1), 25-32.
16. Potter, P.A., & Perry, A.G. (2021). *Fundamentals of Nursing*. 10th ed. Elsevier.
17. Rahayu, T. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Gejala Asma. *Jurnal Respirasi*, 9(2), 22–30.
18. Rahman, A., & Setiawan, D. (2021). Terapi Non Farmakologis untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Asma. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 5(4), 120-128.
19. Ramli, R., & Dewi, S. (2019). Efek Posisi Semi Fowler terhadap Relaksasi Pernapasan pada Pasien Asma. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 3(1), 39-45.
20. Sudaryono, S., Manurung, H., & Pannyiwi, R. (2024). Kehadiran Komponen Cadangan (KOMCAD) Dalam Pertahanan Negara: Implementasi Operasi Militer Selain Perang (OMSP). *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1), 72–89. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i1.540>
21. Widodo, A. (2020). Pengaruh Posisi Semi Fowler terhadap Fungsi Pernapasan pada Pasien PPOK. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(1), 44–51.
22. Wahyuni, T., Idris, I., Ardianto, A., Fahamsya, A., Cahyanta, A. N., & Wicaksono, R. R. (2025). Upaya Penting Dalam Menanggulangi TB Dengan Strategi Yang Paling Efektif Untuk Memastikan Kepatuhan Terhadap Terapi Dengan Pengawasan. *Sahabat Sosial*:



e-ISSN: 2964-0849  
Vol.3 No.3 July 2025

# *Barongko*

*Jurnal Ilmu Kesehatan*

Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3(2), 426–433.  
<https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.638>