

Lampiran 1 Kuisioner Penilaian Sesak Napas

Modified Borg Dyspnea Scale (MBDS)

A. Nama Instrumen

Modified Borg Dyspnea Scale (MBDS)

B. Tujuan Penggunaan

Instrumen ini digunakan untuk menilai tingkat sesak napas subjektif yang dirasakan oleh pasien, atau berdasarkan observasi dan laporan dari pengasuh/orang tua jika pasien tidak dapat menyampaikan sendiri tingkat ketidaknyamanan bernapasnya. Alat ini digunakan untuk:

1. Memonitor perubahan sesak napas harian selama pelaksanaan intervensi teknik batuk efektif.
2. Menilai efektivitas terapi nonfarmakologis terhadap penurunan gejala pernapasan.

C. Bentuk Kuisioner

Skala penilaian numerik dari 0 hingga 10 yang merepresentasikan tingkat keparahan sesak napas dari “tidak ada sesak” hingga “sangat berat dan tidak tertahankan.”

Skor	Deskripsi Tingkat Sesak Napas
0	Tidak ada sesak napas
1	Sesak napas sangat ringan, hampir tidak terasa
2	Sesak napas ringan, dapat dirasakan tetapi tidak mengganggu aktivitas
3	Sesak napas sedang, terasa tapi masih bisa berbicara atau makan
4	Sesak mulai mengganggu, harus istirahat sesekali
5	Sesak napas sedang menuju berat, aktivitas fisik mulai terganggu
6	Sesak napas cukup berat, sulit untuk berjalan jauh atau naik tangga
7	Sesak napas berat, harus sering berhenti saat aktivitas ringan
8	Sangat berat, sulit untuk berbicara atau makan
9	Hampir tidak bisa bernapas, merasa panik, tidak bisa beraktivitas
10	Sesak napas sangat parah dan tidak tertahankan

D. Petunjuk Pengisian

- Pasien (atau orang tua jika anak 6-12 tahun) diminta menunjuk atau menyebutkan angka yang paling menggambarkan tingkat sesak napas yang dirasakan pada saat pengukuran dilakukan.
- Pengukuran dilakukan dua kali sehari (pagi dan sore), selama 3 hari intervensi.
- Skor yang dipilih dicatat setiap hari untuk analisis penurunan atau peningkatan tingkat sesak napas.

E. Contoh Format Lembar Observasi Harian

Hari ke-	Pagi (Skor MBDS)	Sore (Skor MBDS)	Catatan Observasi
1	3	3	Anak terlihat sesak napas, batuk masih belum efektif. Perlu dibimbing setiap tahap
2	2	2	Anak mulai memahami instruksi batuk efektif, teknik dilakukan lebih terarah. Volume dahak mulai meningkat.
3	2	1	Anak dapat melakukan batuk efektif secara mandiri. Sesak napas berkurang, dahak mudah keluar

F. Interpretasi Skor

1. 0–2: Tidak ada sesak atau sangat ringan → Normal.
2. 3–5: Sesak napas ringan hingga sedang → Perlu observasi lanjutan.
3. 6–8: Sesak napas berat → Diperlukan dukungan oksigen tambahan.
4. 9–10: Kondisi darurat → Perlu intervensi medis segera.

G. Validitas dan Reliabilitas

Modified Borg Dyspnea Scale telah divalidasi secara luas dalam literatur untuk digunakan pada pasien dengan gangguan pernapasan, termasuk pneumonia, bronkopneumonia, dan kondisi paru kronis. Skala ini bersifat subjektif namun sangat reliabel untuk memantau perbedaan sebelum dan sesudah intervensi (Green et al., 2018; Smith & Brown, 2020).

H. Catatan Penggunaan

1. Gunakan bahasa yang sederhana dan contoh visual (misalnya kartu skala 0–10 bergambar ekspresi wajah untuk anak-anak).
2. Berikan waktu dan suasana tenang agar pasien/orang tua bisa menjawab dengan jujur.
3. Jika pasien tidak kooperatif, observasi klinis dapat digunakan sebagai data sekunder oleh perawat terlatih.

Lampiran 2 Dokumentasi

1. Dokumentasi hari pertama





2. Dokumentasi hari kedua





3. Dokumentasi hasil ke tiga



