

PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN BUTEYKO TERHADAP POLA NAFAS TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN ASMA BRONKIAL DI IGD RSUD PANDAN ARANG BOYOLALI

Eka Jamiatun¹, Hermawati²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

*Email: ekajamiatun.students@aiskauniversity.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi asma bronkial yang terdapat di Indonesia Penyakit asma masuk 10 besar penyebab kesakitan dan kematian. Angka kejadian asma 88% terjadi di negara berkembang. Asma tertinggi di Indonesia adalah provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 4,5%, sementara provinsi Nusa Tenggara Barat berada di urutan 7 secara nasional dengan prevalensi 2,5%. Asma Bronkial merupakan penyakit yang ada pada saluran pernapasan. Penyakit ini disebabkan karena adanya peradangan yang terjadi pada daerah bronkus pada penderita yang dirawat di rumah sakit sering mengalami distress pernapasan yang ditandai dengan napas cepat, retraksi dada, napas cuping hidung dan disertai stridor. Bentuk pengobatan non farmakologis yaitu pengobatan komplementer yang dapat dilakukan dengan aktifitas fisik dan latihan napas. Teknik pernapasan yang digunakan untuk menurunkan sesak napas pada penderita asma bronkial yaitu teknik pernapasan buteyko Tujuan : Mengetahui hasil implementasi Penerapan Teknik Pernafasan Buteyko Terhadap Pola Nafas Tidak Efektif Pada Pasien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali. Metode : Penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus untuk melihat hasil penerapan. Dalam studi kasus ini memberikan implementasi tentang teknik pernapasan buteyko terhadap pola napas tidak efektif pada klien asma bronkial. Hasil : menunjukkan bahwa hasil akhir kedua responden yaitu Tn.S mengalami penurunan pada respirasi dari 28 x/ menit menjadi 21 x/ menit dan Ny. M mengalami penurunan pada respirasi dari 26 x/ menit menjadi 20 x/ menit. Diperoleh hasil terjadi penurunan respirasi kepada 2 responden. Kesimpulan : Terdapat hasil penurunan respirasi Terhadap Pola Nafas Tidak Efektif Pada Pasien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali

Kata Kunci : Asma Bronkial, Buteyko, Polanafas

ABSTRACT

The prevalence of bronchial asthma in Indonesia is one of the top 10 causes of morbidity and mortality. The incidence of asthma is 88% in developing countries. The highest rate of asthma in Indonesia is the Yogyakarta Special Region (DIY) province at 4.5%, while the West Nusa Tenggara province is in 7th place nationally with a prevalence of 2.5%. Bronchial Asthma is a disease of the respiratory tract. This disease is caused by inflammation that occurs in the bronchial area. Patients who are hospitalized often experience respiratory distress which is characterized by rapid breathing, chest retraction, nostril breathing and accompanied by

stridor. The form of non-pharmacological treatment is complementary treatment which can be done with physical activity and breathing exercises. The breathing technique used to reduce shortness of breath in people with bronchial asthma is the Buteyko breathing technique. Objective: To find out the results of the implementation of the Buteyko Breathing Technique for Ineffective Breathing Patterns in Bronchial Asthma Patients in the Emergency Room at Pandan Arang Hospital, Boyolali. Method: Descriptive research in the form of a case study to see the results of implementation. This case study provides the implementation of the Buteyko breathing technique for ineffective breathing patterns in clients with bronchial asthma. Results: shows that the final results of the two respondents, namely Mr. S, experienced a decrease in respiration from 28 x/minute to 21 x/minute and Mrs. M experienced a decrease in respiration from 26 x/minute to 20 x/minute. The results obtained were a decrease in respiration in 2 respondents. Conclusion: There were results of a decrease in respiration on ineffective breathing patterns in patients with bronchial asthma in the emergency room at Pandan Arang Hospital, Boyolali

Keywords: *Bronchial Asthma, Buteyko, Breathing Pattern*

PENDAHULUAN

Asma bronkial suatu masalah gangguan kesehatan yang ada di setiap negara, baik negara maju maupun di negara berkembang. Penyakit asma bronkial merupakan penyakit heterogen yang ditandai dengan adanya inflamasi kronik pada saluran napas, dengan gejala sesak napas yang sering terjadi dirasakan malam hari saat udara dingin biasanya mendadak batuk dan rasa tertekan didada (Ftya, 2021). Penyakit asma termasuk lima besar penyebab kematian di dunia. Sementara di Indonesia, penyakit ini masuk dalam sepuluh besar penyebab kesakitan dan kematian (Niya, 2014). Prevalensi yang tinggi menunjukkan bahwa pengelolaan asma belum berhasil. Berbagai faktor menjadi sebab dari keadaan yaitu berbagai kekurangan dalam hal pengetahuan tentang asma, melakukan evaluasi setelah terapi, sistematika dan pelaksanaan pengelolaan, upaya pencegahan dan penyuluhan dalam pengelolaan asma. Mengingat hal tersebut, pengelolaan asma yang terbaik haruslah dilakukan sejak dini dengan berbagai tindakan pencegahan agar penderita tidak mengalami serangan asma.

World Health Organization (WHO) yang bekerja sama dengan organisasi asma di dunia yaitu Global Astma Network (GANT) memprediksikan saat ini jumlah pasien asma di dunia mencapai 334 juta orang, perkiraan angka ini terus mengalami peningkatan sebanyak 400 juta orang pada tahun 2025 dan terdapat 250 ribu kematian akibat asma termasuk anak-anak. Prevalensi asma di Indonesia melonjak dari sebesar 4,2% menjadi 5,4% dan angka kejadian Asma di Jawa Tengah yaitu sebesar 5,0 % (Pratiwi & Chanif, 2021).

Menurut Dinas Kesehatan Republik Indonesia Kasus penyakit asma terus meningkat dari tahun ke tahun. Jumlah penemuan kasus asma pada tahun 2018 terdapat sebanyak 6.953 kasus, tahun 2019 sebanyak 9.680 kasus, dan tahun 2020 kembali meningkat menjadi 10.711 kasus. Hal ini tentu berakibat pada kualitas hidup dan produktifitas penderitanya, seperti terganggunya pekerjaan atau pendidikannya. Prevalensi asma bronkial yang terdapat di Indonesia Penyakit asma masuk 10 besar penyebab kesakitan dan kematian. Angka kejadian asma 88% terjadi di negara berkembang. Asma tertinggi di Indonesia adalah provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 4,5%, sementara provinsi Nusa Tenggara Barat berada di urutan 7 secara nasional dengan prevalensi 2,5% (Kadek et al., 2023).

Menurut Sanjani & Mustikarani, (2021) mengemukakan bahwa asma merupakan penyakit yang tidak bisa disembuhkan, pengobatan asma hanya dapat dikendalikan dikurangi frekuensi terjadinya serangan. Penderita asma sering menjadi cemas dan berusaha untuk bernapas dengan sekuat-kuatnya ketika inspirasi dangkal dan pendek. Penderita asma bronkial

akan menjadi sianosis, wajah pucat dan lemas, bentuk rongga dada terbatas, jika serangan terjadi dalam waktu yang cukup lama, dapat mengakibatkan apnea dan kematian.

Terdapat dua macam pengobatan untuk asma, yaitu pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis. Bentuk pengobatan non farmakologis yaitu pengobatan komplementer yang dapat dilakukan dengan aktifitas fisik dan latihan nafas (Latihan Bernafas et al., 2020).

Salah satu metode sederhana dan tidak memerlukan banyak biaya untuk mengurangi sesak nafas pada penderita asma yaitu dengan melakukan teknik pernapasan. Teknik pernapasan yang digunakan untuk menurunkan sesak nafas pada penderita asma bronkial yaitu teknik pernapasan buteyko. Teknik pernapasan buteyko adalah latihan pernapasan melalui hidung (Nasal Breathing) dengan menahan nafas (Control Pause) kemudian relaksasi. Teknik pernapasan buteyko diajarkan untuk melatih mengatur nafas bila mengalami asma (Awan, 2021).

Teknik pernapasan buteyko dapat membantu otot-otot pernafasan agar tidak kelelahan. Salah satu tujuan dari metode pernapasan buteyko adalah untuk mengembalikan ke volume udara yang normal. Menurut Adha pada tahun 2013 efektif dilakukannya teknik pernafasan buteyko adalah 2 kali sehari selama 20 menit. Dan hasil dapat dilihat dalam satu minggu (Jaya Putra et al., 2022)

Teknik pernapasan buteyko sangat sederhana dan mudah dilakukan dalam kegiatan sehari-hari untuk melakukan pola pernapasan yang benar. Teknik ini bermanfaat untuk mengurangi pernafasan pada dada atas meringankan gejala asma, berhenti batuk dan mengi, meredakan sesak pada dada, tidur lebih nyenyak, mengurangi ketergantungan obat-obatan, mengurangi reaksi alergi dan meningkatkan kualitas hidup (Kusuma Arini Putri et al., 2023).

Banyaknya penderita asma di Indonesia, tentunya membutuhkan suatu solusi agar penyakit asma bisa berkurang, selain dengan penanganan dokter, harus ada penanganan di luar itu yang berfungsi sebagai terapi untuk membantu mengurangi gejala asma. Terapi yang tepat agar dapat membantu dan mengurangi penderita asma di Indonesia, yaitu dengan terapi komplementer (nonfarmakologis) salah satunya dapat dilakukan dengan olah teknik pernapasan. Dalam teknik ini diajarkan teknik mengatur nafas bila pasien mengalami asma. Salah satu metode yang dikembangkan untuk memperbaiki cara bernapas pada pasien asma adalah teknik olah nafas, dapat berupa olahraga aerobik, senam, dan teknik pernapasan seperti Thai chi, Yoga, Mahatma, Buteyko dan Pranayama (Ning Pangesti & Yuliana Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung, 2023).

Buteyko digunakan untuk mengontrol gejala asma, banyak keunggulan dari buteyko seperti dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun, dan mudah dilaksanakan. Keunggulan dari latihan pernapasan Buteyko yaitu, (1) mendorong pasien untuk bernapas sedikit, (2) melatih pola pernapasan pasien menggunakan serangkaian latihan pernapasan, (3) meningkatkan kontrol gejala asma dan kualitas hidup, (4) dapat digunakan bersama dengan obat konvensional, (5) dapat digunakan untuk orang dewasa dan anak-anak (Ramadhona et al., 2023)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Pandan Arang Boyolali didapatkan hasil bahwa jumlah pasien asma di RSUD Pandan Arang Boyolali pada periode bulan Januari – Maret yaitu terdapat sebanyak 103 kasus pasien yang mengalami asma.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian karya tulis ilmiah dengan judul “Pengaruh Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Pola Napas Tidak Efektif Pada Klien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali”.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan studi kasus. Rancangan studi kasus yang digunakan peneliti adalah studi kasus deskriptif yang dapat diartikan sebagai proses pemecahan masalah yang

bertujuan untuk melihat hasil penerapan. Dalam studi kasus ini memberikan implementasi tentang teknik pernapasan buteyko terhadap pola napas tidak efektif pada klien asma bronkial. Jenis penulisan pada Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus. Penelitian ini bermaksud untuk memperoleh hasil terkait masalah asuhan keperawatan pada pasien dengan Asma Bronkial. Penelitian ini dilakukan di RSUD Pandan Arang Boyolali. pada pasien yang menderita Ashma Bronkial. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Februari 2024. Setelah mengumpulkan data melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi selanjutnya menggunakan analisa data. Analisa data dilakukan sejak peneliti di lapangan, sewaktu pengumpulan data sampai semua data terkumpul. Teknik analisa dapat dilakukan dengan cara mengumpulkan jawaban-jawaban dari penelitian yang diperoleh dari hasil wawancara mendalam yang dilakukan untuk menjawab rumusan masalah.

HASIL PENELITIAN

Hasil Sebelum Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Tabel 4. 1 Hasil Sebelum Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Hari	Nama	RR
I	Tn. S	28x/menit
I	Ny. M	26x/menit

Berdasarkan tabel 4.1 Hasil pengkajian pada pasien Tn. S pada hari ke I menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian teknik pernafasan butyko RR pasien 28x/ menit dengan kategori pola nafas buruk. Sedangkan pasien Ny. M pada hari ke I menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian teknik pernafasan butyko RR pasien 26x/ menit.

Hasil Sesudah Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Tabel 2 Hasil Sesudah Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Hari	Nama	RR
I	Tn. S	24x/menit
I	Ny. M	23x/menit

Berdasarkan tabel 4.2 Penerapan pemberian teknik pernafasan buteyko pada pasien asma dilakukan selama 3 hari berturut-turut setiap 1 hari dilakukan 2 sesi dan setiap sesi sebanyak 2 kali pengulangan. Menunjukkan bahwa hasil dari pemberian teknik buteyko mengalami penurunan pada pasien Tn. S respirasi pasien pada hari ke-2 dari respirasi 26x/menit menjadi 24 x/menit sedangkan Ny. M Menunjukkan bahwa hasil dari pemberian teknik buteyko mengalami penurunan respirasi pada hari ke-2 dari respirasi 24x/menit menjadi 23 x/menit.

Hasil Perkembangan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Tabel 3 Hasil Perkembangan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Nama		Tn. S		Ny. M	
Pagi		Siang		Pagi	

	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Hari ke-1	28	28	26	26	26	26	24	24
Hari ke-2	24	24	24	23	22	22	22	21
Hari ke-3	22	21	21	21	20	20	20	20

Berdasarkan Tabel 4.3 diatas, menunjukkan bahwa hasil akhir kedua responden yaitu Tn.S mengalami penurunan pada respirasi dari 28 x/ menit menjadi 21 x/ menit dan Ny. M mengalami penurunan pada respirasi dari 26 x/ menit menjadi 20 x/ menit. Diperoleh hasil terjadi penurunan respirasi kepada 2 responden.

Hasil perbandingan akhir 2 responden

tabel 4.4 Hasil perbandingan akhir 2 responden

Nama	Tn. S					Ny. M			
	Pagi		Siang		perbandingan	Pagi		Siang	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Hari ke- 1	28	28	26	26	2	26	26	24	24
Hari ke- 2	24	24	24	23	2	22	22	22	21
Hari ke- 3	22	21	21	21	1	20	20	20	20

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan hasil perbandingan akhir ke 2 responden yaitu terdapat penurunan respirasi kepada responden Tn. S dan Ny. M selama 3 hari berturut-turut terdapat adanya penurunan respirasi dengan selisih 2 pada hari pertama dan kedua, dan selisih 1 pada hari ke tiga.

PEMBAHASAN

Sebelum Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Hasil pada pasien Tn. S menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian teknik buteyko respirasi Tn. S adalah 28x/menit dengan pola nafas bur. Pada Ny. M menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian teknik buteyko respirasi Ny. M adalah 26x/menit dengan pola nafas buruk.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hendra (2023) Penerapan tekni pernapasan Buteyko dilakukan sehari sekali pada kasus Tn. K dengan Asma Bronkhial selama tiga hari perawatan untuk mengatasi gangguan pertukaran gas terdapat penurunan frekuensi pernapasan dari hari pertama sampai hari ke tiga dengan selisih sebesar 8 poin, terdapat peningkatan saturasi oksigen dari hari pertama sampai hari ke tiga dengan selisih sebesar 6%. Penerapan teknik pernapasan Buteyko selama tiga hari perawatan untuk membantu mengatasi gangguan pertukaran gas dengan keluhan sesak napas terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi pernapasan.

Asma bronchial merupakan masalah kesehatan yang serius dengan tingkat kekambuhan yang tinggi. Terapi farmakologi jangka panjang berpotensi menimbulkan efek samping seperti peningkatan enzim hati, sakit kepala, mual, supresi adrenal, osteopenia, dan kematian. Di sisi

lain teknik pernapasan buteyko dapat memperbaiki fungsi paru, meningkatkan oksida nitrat, melembabkan dan menghangatkan udara yang berpotensi menurunkan gejala asma dan konsumsi obat-obatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik pernapasan buteyko. (Sutrisna, 2019)

Pernapasan buteyko memiliki pengaruh terhadap penurunan frekuensi kekambuhan asma pada pasien. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Yuniartanti (2019), yaitu melakukan tindakan keperawatan latihan pernafasan buteyko selama 1x pertemuan sebanyak 3x dengan jeda waktu 30 menit, didapatkan hasil adanya peningkatan control pause dari 5 detik menjadi 9 detik. Sehingga dari beberapa penelitian diatas yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh teknik pernapasan buteyko terhadap frekuensi pernapasan serta saturasi oksigen.

Sesudah Dilakukan Penerapan Pemberian Teknik Buteyko Pada Pasien Asma

Hasil Pengkajian menunjukkan hasil bahwa dari kedua responden sesudah dilakukan pemberian teknik pernafasan buteyko mengalami penurunan respirasi pada hari ke II dengan hasil respirasi Tn.S yaitu 24 x/menit. Sedangkan pada Ny. M hasil respirasi yaitu 22 x/menit. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat penurunan frekuensi pernapasan dan peningkatan saturasi oksigen pada pasien asma bronkhial yang diberikan terapi pernapasan buteyko dengan rata-rata frekuensi pernapasan pada ketiga pasien adalah 25x/menit, dan rata-rata saturasi oksigen pada ketiga pasien adalah 100%. Teknik pernapasan buteyko dapat digunakan sebagai salah satu penatalaksanaan kombinasi untuk mengurangi gejala asma bronkhial.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sujati (2022), pada klien I sebelum dilakukan teknik pernapasan buteyko didapatkan hasil dispnea sedang, penggunaan otot bantu meningkat, pemanjangan fase ekspirasi meningkat, frekuensi napas sedang, dan nilai control pause 18 detik. Pada klien II sebelum dilakukan teknik pernapasan buteyko didapatkan hasil dispnea sedang, penggunaan otot bantu napas sedang, pemanjangan fase ekspirasi sedang, ortopnea sedang, frekuensi napas cukup membaik dan nilai control pause 17 detik. Menurut, sutrisna (2018) mengurangi penggunaan terapi kortikosteroid inhalasi. Pada penelitian ini, teknik pernapasan buteyko diberikan secara berkelanjutan setiap dua kali dalam seminggu selama 4 minggu. Hal tersebut disesuaikan dengan alat ukur kontrol asma yang mengukur kontrol asma setelah 4 minggu. Teknik pernapasan ini dapat menurunkan gejala asma, dan penggunaan obat-obatan.

Hasil Akhir Antara 2 Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan tehnik pernafasan buteyko pada pasien asma

Berdasarkan hasil penerapan peneliti terhadap 2 responden menunjukkan bahwa hasil akhir kedua responden yaitu Tn.S mengalami penurunan pada respirasi dari 28 x/ menit menjadi 21 x/ menit dan Ny. M mengalami penurunan pada respirasi dari 26 x/ menit menjadi 20 x/ menit. Diperoleh hasil terjadi penurunan respirasi kepada 2 responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Maesaroh (2023) didapatkan hasil setelah klien diberikan terapi teknik pernapasan Buteyko untuk menurunkan gejala asma pada Bpk.W hasil yang signifikan, dimana terjadi penurunan gejala asma yang sesaknya berkurang nilai RR dari 26x/mnt menjadi 20x/mnt. Kesimpulan : Teknik terapi pernapasan Buteyko memberikan pengaruh terhadap memperbaiki pola napas pada pasien Asma atau sesak nafas.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Yusnaini (2019) Hasil penelitian adalah ada pengaruh kuat antara teknik pernapasan Buteyko terhadap penurunan gejala asma pada pasien asma (p value 0,00 dan nilai eta squared 0,93). Teknik pernapasan Buteyko dapat diterapkan bagi pelayanan keperawatan sebagai intervensi keperawatan komplementer dalam upaya menurunkan gejala asma. Oksigenasi yang lancar akan menurunkan kejadian hipoksia, hiperventilasi dan apnea saat tidur pada penderita asma. Metode Pernapasan Butekyo juga

memberikan pengaruh terhadap pasien asma yang sedang mengalami terapi kortikosteroid inhalasi yaitu mengurangi penggunaan terapi pengobatan tersebut.

Perbandingan hasil akhir antara 2 responden

Hasil perbandingan akhir ke 2 responden yaitu terdapat penurunan respirasi kepada responden Tn. S dan Ny. M selama 3 hari berturut-turut terdapat adanya penurunan respirasi dengan selisih 2 pada hari pertama dan kedua, dan selisih 1 pada hari ke tiga. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bachri (2020) Hasil penelitian didapatkan perbedaan yang sangat signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan pemberian teknik pernapasan buteyko pada pasien asma. Hal ini dibuktikan sebelum diberikan teknik pernapasan buteyko rata-rata frekuensi kekambuhan asma 3,40 dan rata-rata frekuensi sesudah diberikan teknik pernapasan buteyko 2,07. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh teknik pernapasan buteyko terhadap penurunan frekuensi kekambuhan asma.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hassan (2019) menunjukkan hasil setelah Pasien diberikan intervensi selama ± 15 menit setiap hari dalam 3 hari perawatan. Hasil yang didapat dengan melakukan terapi non farmakologi berupa teknik pernafasan buteyko sebanyak 1 kali dalam waktu 3 hari berturut turut. hasil pengukuran saturasi oksigen dan respiratory rate mengalami perbaikan yang bertahap setelah dilakukan tindakan keperawatan dan dilakukan evaluasi dengan pendokumentasian berdasarkan subjek, objektif, analisa dan perencanaan. kesimpulan terapi teknik pernapasan buteyko dapat menurunkan frekuensi kekambuhan pada asma.

Teknik pernafasan buteyko memanfaatkan teknik pernafasan alami secara dasar dan berguna untuk mengurangi gejala dan memperbaiki tingkat keparahan pada penderita asma. Teknik pernafasan buteyko juga berguna untuk mengurangi ketergantungan penderita asma terhadap obat atau medikasi asma. Selain itu teknik pernafasan ini juga dapat meningkatkan fungsi paru dalam memperoleh oksigen dan mengurangi hiperventilasi paru

KESIMPULAN DAN SARAN

Menurut pembahasan penelitian diatas yang sudah melewati banyak perjalanan untuk menempuhnya yaitu bagian awal sampai akhir. Sehingga peneliti melakukan pembahasan kesimpulan dibawah ini: Sebelum dilakukan penerapan pada pasien Tn. S pada hari ke I menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian tehnik pernafasan butyko RR pasien 28x/ menit. Sedangkan pasien Ny. M pada hari ke I menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian tehnik pernafasan butyko RR pasien 26x/ menit. Sesudah dilakukan penerapan Menunjukkan bahwa hasil dari pemberian tehnik buteyko mengalami penurunan pada pasien Tn. S respirasi pasien pada hari ke-2 dari respirasi 26x/menit menjadi 24 x/menit sedangkan Ny. M Menunjukkan bahwa hasil dari pemberian tehnik buteyko mengalami penurunan respirasi pada hari ke-2 dari respirasi 24x/menit menjadi 22 x/menit. Menunjukkan bahwa hasil akhir kedua responden yaitu Tn.S mengalami penurunan pada respirasi dari 28 x/ menit menjadi 21 x/ menit dan Ny. M mengalami penurunan pada respirasi dari 26 x/ menit menjadi 20 x/ menit. Diperoleh hasil terjadi penurunan respirasi kepada 2 responden. menunjukkan hasil perbandingan akhir ke 2 responden yaitu terdapat penurunan respirasi kepada responden Tn. S dan Ny. M selama 3 hari berturut-turut terdapat adanya penurunan respirasi dengan selisih 2 pada hari pertama dan kedua, dan selisih 1 pada hari ke tiga.

Saran bagi Responden: Diharapkan responden dapat melakukan penerapan tehnik pernafsan buteyko terhadap peningkatan pola nafas tidak efektif pada pasien asma. Bagi Rumah Sakit: Diharapkan penelitian ini dapat menjadi suatu masukan bagi tenaga keehatan dalam Upaya peningkatan pelayanan keperawatan dalam penanganan pola nafas tidak efektif. Bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta: Diharapkan studi kasus ini bisa menjadi sumber peneliti untuk

menjadi tolak ukur akan melakukan penelitian yang sama dan menambah wawasan dalam memahami karya ini. Bagi Peneliti Selanjutnya: Besar harapan peneliti supaya peneliti setelahnya bisa melakukan penelitian lebih bagus lagi terkait observasi langsung ke pasien apapun itu yang ada kaitannya dengan pola nafas tidak efektif pada pasien asma.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, M., Elvira, D. M., Akademi, D., Nabila, K., & Panjang, P. (2022). *Pengaruh Teknik Pernafasan Buteyko Terhadap Fungsi Ventilasi Oksigenasi Paru The Influence Of Buteyko Respiratory Techniques Topulmonary Ventilation Function*.
- Awan. (2021). Latihan Pernapasan Teknik Buteyko Terhadap Saturasi Oksigen Pada Pasien Asma. *Politeknik Kesehatan Mataram Kemenkes Ri Jurusan Keperawatan*.
- Ftya. (2021). *Asuhan Keperawatan Ny. T Dengan Gangguan Sistem Pernapasan: Asma Dengan Penerapan Latihan Pernapasan Buteyko*.
- Jaya Putra, H., Keperawatan Bunda Delima Bandar Lampung Bakau No, A. J., Gading, T., & Raya, T. (2022a). *Pengaruh Terapi Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Penurunan Frekuensi Kekambuhan Pada Pasien Asma* (Vol. 4, Issue 1).
- Jaya Putra, H., Keperawatan Bunda Delima Bandar Lampung Bakau No, A. J., Gading, T., & Raya, T. (2022b). *Pengaruh Terapi Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Penurunan Frekuensi Kekambuhan Pada Pasien Asma* (Vol. 4, Issue 1).
- Juwita. (2019). Pernafasan Buteyko Bermanfaat Dalam Pengontrolan Asma. *Research Of Education And Art Link In Nursing Journal*.
- Kadek, I., Wijaya, A., Mertha, M., Rasdini, G. A., Studi, P., Terapan, S., Poltekkes, K., & Denpasar, K. (2023). *Pernapasan Buteyko Dan Arus Puncak Ekspirasi Pada Pasien Asma*.
- Kristinawati, B. (2023). *Implementasi Terapi Buteyko Untuk Memperbaiki Pola Nafas Pada Pasien Asma: Studi Kasus*. <http://Journal.Stikeskendal.Ac.Id/Index.Php/Keperawatan>
- Kusuma Arini Putri, D., Kristinawati, B., Hidayat, T., Ilmu Kesehatan, F., Studi Ilmu Kperawatan, P., Muhammadiyah Surakarta, U., Keperawatan Medikal Bedah, D., Studi Ilmu Keperawatan, P., Senior, P., & Sakit Umum Pusat Dr Soeradji Tirtonegoro Klaten, R. (2023). *Aplikasi Teknik Pernapasan Buteyko Untuk Memperbaiki Pernapasan Diafragma Pada Pasien Dengan Sesak Napas Di Ruang Gawat Darurat*.
- Latihan Bernafas, P., Buteyko, T., Putri, D. D., Nuraeni, A., Politeknik, P. K., & Subang, N. (2020). The Effect Of Breathing Exercises With The Buteyko Technique On The Ability To Breathe In Asthma Patients At The Subang District Hospital. *Jurnal Ilmiah Ilmu Dan Teknologi Rekayasa* |, 4(1), 54–60. <https://doi.org/10.31962/Jiitr.V4i1.136>
- Ning Pangesti, D., & Yuliana Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung, V. (2023). Penerapan Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Frekuensi Napas Pada Penderita Asma. *Jurnal Kesehatan Baitul Hikmah*, 2(1), 2808–4209. <https://doi.org/10.55128>
- Niya. (2014). *Buku Panduan Teknik Pernapasan Buteyko*.

- Pratiwi, S. S., & Chanif, C. (2021). Penerapan Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Perubahan Hemodinamik Pada Asuhan Keperawatan Pasien Asma Bronchial. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(1), 9. <https://doi.org/10.26714/Hnca.V1i1.8255>
- Ramadhona, S., Wasisto Utomo, & Yulia Rizka. (2023). Pengaruh Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Pola Napas Tidak Efektif Pada Klien Asma Bronkial. *Jurnal Vokasi Keperawatan (Jvk)*, 6(1), 18–27. <https://doi.org/10.33369/Jvk.V6i1.26180>
- Sanjani, A. P., & Mustikarani, I. K. (2021). *Penerapan Tehnik Ballon Blowing Untuk Mengurangi Dyspnea Pada Pasien Asma Di Ruang Teratai Rsud Dr Soediran Mangun Soemarso Wonogiri*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sutrisna, M., Pranggono, E. H., Kurniawan, T., Pascasarjana Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, M., & Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, D. (2018). Pengaruh Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Act (Asthma Control Test). *Jurnal Keperawatan Silampari (Jks)*, 1(2).
- Teknik Pernapasan Buteyko Pada Klien Asma Bronkial Dengan Pola Napas Tidak Efektif Dengan Pendekatan Homecare Ni Ketut Sujati, P., Ramadhona, S., Agung Akbar, M., Studi Diii Keperawatan Baturaja Poltekkes Kemenkes Palembang, P., Studi Diii Keperawatan, P., Al-Ma, S., & Baturaja, Arif. (2022). *Lentera Perawat L P*. 3(1).