

**STUDI KASUS: PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN *BUTEYKO*
DALAM MENCEGAH KEKAMBUHAN ASMA**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



Oleh

Nova Susilawati

NIM. 2009608

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2023

LEMBAR HAK CIPTA
STUDI KASUS: PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN *BUTEYKO*
DALAM MENCEGAH KEKAMBUHAN ASMA

Oleh

Nova Susilawati

NIM. 2009608

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Fakultas Pendidikan
Olahraga dan Kesehatan

©Nova Susilawati

Universitas Pendidikan Indonesia

September 2023

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian
dengan cetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

NOVA SUSILAWATI

STUDI KASUS: PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN *BUTEYKO*
DALAM MENCEGAH KEKAMBUHAN ASMA

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Apt. Afianti Sulastri, S.Si., M.Pd

NIP. 19800728 201012 200 2

Pembimbing II



Sehabudin Salasa, S.Kep., Ners., M.Kep

NIPT. 920200119880419101

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Keperawatan FPOK UPI



Dr. Lisna Anisa Fitriana, S.Kep., Ners., M.Kes., AIFO

NIP. 19820222 201212 2 003

ABSTRAK
STUDI KASUS: PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN *BUTEYKO*
DALAM MENCEGAH KEKAMBUHAN ASMA

Nova Susilawati

NIM. 2009608

E-mail: novas@upi.edu

Pendahuluan: Asma merupakan sebuah penyakit peradangan pada sistem pernapasan dan merupakan salah satu dari sepuluh penyakit penyebab kematian terbesar di Indonesia. Angka kekambuhan di Jawa Barat tercatat 57,4%. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat diterapkan untuk mengontrol kekambuhan asma adalah Teknik pernapasan Buteyko. Teknik pernapasan *Buteyko* merupakan teknik terapi dengan melatih cara pernapasan yang menggabungkan pernapasan hidung, diafragma dan mengontrol jeda napas. Kelebihan dari *Buteyko* ini dapat dilakukan secara bersamaan dengan konsumsi obat konvensional. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi penerapan teknik pernapasan *Buteyko* dalam mencegah kekambuhan pada pasien asma.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan kepada dua orang subjek penelitian yang terdiagnosa asma persisten ringan. Intervensi dilakukan selama 14 hari dengan frekuensi 2x1 dengan durasi 20 menit. Penilaian kontrol asma dinilai menggunakan format *Asthma Control Test* (ACT)

Hasil: Dari penelitian ini didapatkan hasil peningkatan kontrol asma dari asma tidak terkontrol menjadi asma terkontrol.

Diskusi: Pada saat melakukan teknik pernapasan *Buteyko* dihasilkan efek vasodilatasi pada pembuluh darah dan otot yang dapat mengurangi kemungkinan terjadinya bronkospasme dan menyebabkan relaksasi otot polos pada dinding bronkus sehingga mampu mencegah dan mengontrol tanda dan gejala asma muncul.

Kesimpulan: Teknik pernapasan *Buteyko* berpotensi dapat memperbaiki laju frekuensi pernapasan sehingga dapat diterapkan dalam mencegah kekambuhan asma.

Kata kunci: Asma, Kontrol asma, Teknik pernapasan *Buteyko*

ABSTACT
**CASE STUDY: APPLICATION OF THE BUTEYKO BREATHING
TECHNIQUE IN PREVENTING ASTHMA RECURRENCE**

Nova Susilawati

NIM. 2009608

E-mail: novas@upi.edu

Introduction: Asthma is an inflammatory disease of the respiratory system and is one of the ten biggest causes of death in Indonesia. The recurrence rate in West Java was recorded at 57.4%. One non-pharmacological therapy that can be applied to control asthma recurrence is the Buteyko breathing technique. The Buteyko breathing technique is a therapeutic technique that involves practicing breathing that combines nasal, diaphragmatic breathing and controlled breathing pauses. The advantage of Buteyko is that it can be done simultaneously with conventional drug consumption. This study aims to evaluate the application of the Buteyko breathing technique in preventing recurrence in asthma patients. **Method:** This research used a case study method with a nursing process approach to two research subjects who were diagnosed with mild persistent asthma. The intervention was carried out for 14 days with a frequency of 2x1 with a duration of 20 minutes. Asthma control assessment was assessed using the Asthma Control Test (ACT) format. **Results:** From this study, the results showed an increase in asthma control from uncontrolled asthma to controlled asthma. **Discussion:** When performing the Buteyko breathing technique, a vasodilation effect is produced on the blood vessels and muscles which can reduce the possibility of bronchospasm and cause relaxation of the smooth muscles in the bronchial walls so as to prevent and control the signs and symptoms of asthma. **Conclusion:** The Buteyko breathing technique has the potential to improve respiratory frequency so that it can be applied to prevent asthma recurrence.

Keywords: Asthma, Asthma control, Buteyko breathing techniqu

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| LEMBAR PENGESAHAN | i |
| LEMBAR HAK CIPTA | ii |
| PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH DAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME | iii |
| UCAPAN TERIMA KASIH | iv |
| ABSTRAK | vi |
| ABSTACT | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penulisan | 4 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 5 |
| 2.1 Konsep Asma | 5 |
| 2.1.1 Definisi Asma | 5 |
| 2.1.2 Klasifikasi Asma | 5 |
| 2.1.3 Etiologi Asma | 6 |
| 2.1.4 Manifestasi Klinis Asma | 7 |
| 2.1.5 Patofisiologi Asma | 8 |
| 2.1.6 Pemeriksaan Penunjang Asma | 8 |
| 2.1.7 Komplikasi Asma | 9 |
| 2.1.8 Penatalaksanaan Medis Asma | 9 |
| 2.2 Konsep Teori Pernapasan <i>Buteyko</i> | 10 |
| 2.2.1 Definisi Pernapasan <i>Buteyko</i> | 10 |
| 2.2.2 Tujuan Pernapasan <i>Buteyko</i> | 11 |
| 2.2.3 Manfaat Pernapasan <i>Buteyko</i> | 11 |
| 2.2.4 Prinsip Dasar Pernapasan <i>Buteyko</i> | 12 |
| 2.2.5 Prosedur Pernapasan <i>Buteyko</i> | 12 |

| | |
|---|-----------|
| 2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Pada Pasien Asma..... | 13 |
| 2.3.1 Pengkajian Keperawatan | 13 |
| 2.3.2 Diagnosa Keperawatan | 18 |
| 2.3.3 Intervensi Keperawatan | 18 |
| 2.3.4 Implementasi Keperawatan | 22 |
| 2.3.5 Evaluasi Keperawatan | 22 |
| 2.4 Kerangka Teori | 23 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 24 |
| 3.1 Pendekatan Penelitian | 24 |
| 3.2 Subjek Penelitian | 24 |
| 3.3 Fokus Studi | 24 |
| 3.4 Definisi Operasional | 25 |
| 3.5 Instrumen Penelitian | 25 |
| 3.6 Metode Pengumpulan Data..... | 26 |
| 3.7 Metode Uji Keabsahan Data | 26 |
| 3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian | 27 |
| 3.9 Analisis Data dan Penyajian Data..... | 27 |
| 3.10 Etika Penelitian..... | 28 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 29 |
| 4.1 Hasil Penelitian | 29 |
| 4.2 Pembahasan..... | 29 |
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, REKOMENDASI..... | 36 |
| 5.1 Simpulan | 36 |
| 5.2 Implikasi dan Rekomendasi | 36 |
| DAFTAR PUSTAKA | 37 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | 39 |

DAFTAR PUSTAKA

- Anurogo, D. (2022). *Pendekatan Multiperspektif dalam Manajemen Penyakit Asma*. *Medical Review* (Vol. 35). <https://www.kemkes.go.id/article/view/20030900007/penderita-asma-di>
- Brunner & Suddarth. (2013). *Keperawatan medikal-bedah Brunner & Suddarth, Ed. 12* (Eka Anisa Mardela, Ed.; 12th ed.).
- Hidayah, N. (2020). *Aplikasi Teknik Buteyko Breathing Untuk Mencegah Kekambuhan Asma*.
- Juwita, L., & Sary, I. P. (2019). Pernafasan Buteyko Bermanfaat Dalam Pengontrolan Asma. *Research of Education and Art Link in Nursing Journal (RNJ)*, 2.
- Kemenkes RI. (2022). *Asma*.
- Kusuma, E., Dewi Nastiti, A., Helda Puspitasari, R., Handayani, D., Zahroh, C., Asri, Y., Studi DIII Keperawatan, P., Keperawatan, F., Jember, U., Kota Pasuruan, K., & Mansyur, J. K. (2022). *Implikasi Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Kontrol Asma: Literatur Review*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Malisa, N., Agustina, F., Wahyurianto, Y., Oktavianti, D. S., & Susilawati. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah Diii Keperawatan (I)*. Mahakarya Citra Utama.
- Massoth, L., Anderson, C., & McKinney, K. A. (2019). Asthma and Chronic Rhinosinusitis: Diagnosis and Medical Management. *Medical Sciences*, 7(4), 53. <https://doi.org/10.3390/medsci7040053>
- Muttaqin, A. (2012). *Buku Ajar: Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Pernapasan*.
- Patil, S., Rani, P. S., & Kumar, K. U. D. (2021). Implication of Buteyko Breathing Technique in Asthmatic Population: A Literature Review. *Journal of Pharmaceutical Research International*, 515–521. <https://doi.org/10.9734/jpri/2021/v33i58a34146>
- Putri, D. D., Nuraeni, A., & Subang, N. (2021). Pengaruh Latihan Bernapas Teknik Buteyko Terhadap Kemampuan Latihan Bernapas Pasien Asma Di Rumah Sakit Daerah Kabupaten Subang Hospital. *Jurnal Ilmiah Ilmu Dan Teknologi Rekayasa* |, 4(1), 54–60. <https://doi.org/10.31962/jiitr.v4i1.136>
- RISKESDAS. (2018). *Laporan-Riskesdas-2018-Nasional.pdf*.
- Sabri, Y. S., & Chan, Y. (2014). Penggunaan Asthma Control Test (ACT) secara Mandiri oleh Pasien untuk Mendeteksi Perubahan Tingkat Kontrol Asmanya. In *Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 3, Issue 3). <http://jurnal.fk.unand.ac.id>

- Siswanti, H. (2019). *Efektifitas Pemberian Teknik Pernapasan Buteyko terhadap Kekambuhan pada Pasien Asma*.
- Sutrisna, M., Pranggono, E. H., & Kurniawan, T. (2018). Pengaruh Teknik Pernapasan Buteyko terhadap ACT. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2), 47–61. <https://doi.org/10.31539/jks.v1i2.22>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.). DPD PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Definisi dan Tindakan Keperawatan* (1st ed.). DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan* (1st ed.). DPP PPNI.