

## TEKNIK BUTEYKO UNTUK MENGATASI MASALAH POLA NAFAS TIDAK EFEKTIF PADA PASIEN ASMA DI IGD

Ahmad Muzaki<sup>1</sup>

Dosen STIKes Pemkab Purworejo<sup>1</sup>  
Email: [muzaki.ahmad1@gmail.com](mailto:muzaki.ahmad1@gmail.com)

---

### ABSTRAK

**Latar Belakang** Asma penyakit obstruktif saluran napas yang bersifat episodik dan reversibel dimana suatu rangsangan dapat menyebabkan trakea dan bronkus bereaksi dengan hiperaktif. Asma juga menyebabkan mengi, sesak napas, dan batuk. Prevalensi di Indonesia data hasil Risesdas tahun 2018 adalah 2,4% dari penduduk semua umur, sedangkan prevalensi asma di Jawa Tengah masih lebih rendah dibandingkan angka nasional sebesar 1,7%. . pernafasan tidak efektif di IGD RS Prembun. Metode ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan metode studi kasus. Responden dalam hal ini penelitian adalah Ibu K dan Ibu M. Studi kasus dilakukan secara bersamaan dengan cara observasi, pengukuran, wawancara atau anamnesis, pemeriksaan fisik dan pencatatan pada pasien. sumber data yang sama. Hasil yang diperoleh pada dua pasien dengan diagnosa keperawatan yang sama adalah pola pernafasan tidak efektif dengan teknik buteyko, kedua klien melakukan teknik buteyko, sehingga hasil yang diperoleh kedua pasien dapat teratur mengatur pola pernafasan dan meningkatkan saturasi oksigen. Kesimpulannya teknik buteyko pada pasien asma lebih efektif dalam memperbaiki pola pernafasan.

**Kata Kunci:** Teknik Buteyko, Pola Nafas Tidak Efektif, Asma

---

### ABSTRACT

**Background** Asthma is an episodic and reversible obstructive airway disease in which a trigger can cause an overactive response of the trachea and bronchi. Asthma also causes wheezing, shortness of breath, and coughing. The prevalence of asthma in Indonesia, based on the results of Risesdas 2018, is 24% of the population of all ages, while the rate is 1.77%. The objective of this case study was to provide nursing care to asthmatic clients with breastfeeding problems and poor respiratory problems at Prembun igd hospital. This method uses descriptive method using case study method. The defendants in this case study are Ms. K and Ms. Mis. The M in the case of this study is also the same when observation, measurement, interview or history, physical examination, and recording are used concurrently for the same data source. Results were also obtained in patients whose breathing patterns were not effective with the Buteyko Able Client technique. The client performed the Buteyko Technique to achieve two results: regular breathing adjustments and increased oxygen saturation. The conclusion was that the Buteyko technique in asthmatic patients was more effective in correcting breathing patterns.

**Keywords:** Buteyko Technique, Ineffective Breathing Pattern, Atshma.

---

Latar Belakang

Asma yaitu masalah inflamasi saluran pernapasan kronis dengan ditandai gejala mengi, batuk dan sulit untuk bernapas. Penyakit dengan merupakan penyakit bronkial yang ditandai dengan bronkospasme (kejang saluran napas) secara periodik dengan percabangan trakeobronkial, di dapatkan oleh berbagai rangsangan dengan penyebab endokrin, infeksi, biokimia, otonom-komunitas, dan psikologis (Bachri, 2018).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (Novikasari et al. 2022), asma merupakan masalah kesehatan umum pada populasi dengan risiko kematian tinggi. perkirakan berjumlah 235 juta orang menderita asma. Di dunia, asma masuk pada 10 besar penyebab kesakitan dan kematian di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, pravelensi asma di Provinsi Jawa Tengah tahun 2010 sekitar 1,09%, tahun 2011 sebesar 0,69%, tahun 2012 sebesar 0,68%, tahun 2013 sebesar 0,58%. di Kabupaten Klaten. Pada tahun 2012 terdapat 17.814 kasus di wilayah Jawa Tengah, dan pada tahun 2013 sebanyak 17.875 kasus. Pada kasus asma sering timbul permasalahan keperawatan yaitu pola pernafasan yang tidak efisien, pola nafas yang tidak efektif, dan lain-lain. Pernafasan yang tidak efektif adalah pernafasan dan/atau pernafasan dengan tidak memberikan ventilasi cukup (Suwondo, 2018).

Beberapa intervensi atau tindakan yang dapat dilakukan untuk mengatasi asma adalah pose semi Fowler, teknik pernafasan dalam, dan teknik Buteyko (Salsabila & Faradisi, 2021).

Pengobatan asma nonfarmakologis yang sederhana dan efektif dengan terapi fisik menggunakan teknik butekyo. Metode Buteyko mudah dan sederhana untuk dilakukan, mengembalikan volume udara normal, dan sangat efektif jika melatih teknik pernapasan Buteyko sekali sehari selama 20 menit. Teknik pernapasan Buteyko mudah diterapkan dalam aktivitas sehari-hari untuk melatih pola pernapasan yang benar. Kegunaannya adalah untuk mengurangi pernapasan dada, meredakan gejala asma, menghentikan batuk dan mengi, mengurangi tekanan dada, meningkatkan kualitas tidur, dan mengurangi kecanduan. mengurangi reaksi alergi, dan meningkatkan kualitas hidup (Bachri, 2018).

Dari hasil penelitian (Kusuma et al., 2019) IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro dapat disimpulkan bahwa teknik butekyo berpengaruh dalam meningkatkan pernapasan diafragma, sehingga dapat mengurangi gejala asma dan memperbaiki kesulitan bernapas. kualitas hidup pasien.

Bedasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat kasus ini sebagai tugas akhir dengan judul

“Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Asma Dengan Masalah Pola Nafas Tidak Efektif Di IGD RSUD Prembun.

### **Metode Penelitian**

Jenis penelitian studi kasus yang mengambil suatu fenomena atau permasalahan dengan batasan tertentu, disertai pengumpulan data, dan mencakup berbagai sumber dengan mengeksplorasi masalah

Bedasarkan hasil pengkajian diatas peneliti berencana memberikan teknik buteykp pada kedua klien yang mengalami asma dengan masalah pola nafas tidak efektif. Setelah dilakukan tindakan teknik buteyko selama 7 menit, klien mampu mengatur nafas dan mampu bernafas secara lega.

### **Pembahasan**

Pada tanggal 05 Juni 2023 didapatkan keluhan utama sesak nafas. Klien Ny. K diawali dengan masuknya allergen berupa asap rokok, dengan RR : 32x / menit , Klien tampak batuk sesak nafas, nafas dangkal dan cepat, terdapat *wheezing, perkusi hipersonor*, Sedangkan pada Klien 2 Ny.M, tanggal 06 Juni 2023 dengan keluhan utama sesak nafas diawali dengan terpapar udara dingin, RR : 28x / menit, Klien tampak sesak nafas dangkal dan cepat, terdapat *wheezing*.

Pada tanggal 06 juni 2023 klien 2 Ny. M adalah pernafasan tidak efisien berhubungan dengan kesulitan bernafas, kedua intoleransi fungsional berhubungan dengan ketidakseimbangan oksigen. penawaran dan permintaan. Pola pernafasan yang tidak efisien terkait dengan kesulitan bernafas menjadi prioritas diagnosis pengobatan bagi kedua pasien.

### **Hasil**

Pada bab ini peneliti akan membahas tentang “Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Asma Dengan Masalah Pola Nafas Tidak Efektif Di IGD RSUD Prembun”. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan dari tanggal 05-06 juni 2023. Selama proses pengkajian,peneliti tidak melihat adanya hambatan, klien dan keluarga bekerjasama memberikan informasi memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data.

Pelaksanaan kegiatan keperawatan Klien 1 Ny. K, dan Klien 2 Ny. M, akan melaksanakannya rencana yang telah disepakati. Kegiatan keperawatan dalam diagnosis pola pernafasan tidak efektif, seperti penghitungan nafas, posisi semi Fowler, dan teknik pernafasan buteyko. Dalam melakukan tindakan keperawatan ini ada prioritas tindakan keperawatan seperti kerja lapangan yaitu melakukan teknik

pernafasan buteyko. Respon klien pada tindakan Teknik Pernafasan Buteyko pada Klien 1 Ny. K mempunyai frekuensi pernafasan teratur dan mampu batuk, sedangkan Klien 2 khususnya Ny. M mempunyai frekuensi pernafasan teratur dan mampu batuk.

Pada penelitian tahun 2014 yang dilakukan oleh Baroroh, teknik pernafasan Buteyko juga terbukti meningkatkan saturasi oksigen pada penderita asma, dengan saturasi oksigen asma meningkat dari 89,7 sebelum pengobatan menjadi 97,8 setelah pengobatan melakukan teknik napas Buteyko. terapi olahraga. (Yosifine dkk., 2022). Menurut penulis, kedua pelanggan tersebut memiliki jawaban yang sama.

Teknik latihan pernafasan dangkal dengan kontrol napas dan apnea merupakan salah satu upaya yang diterapkan pada pasien asma untuk menghilangkan hambatan aliran udara dan membantu menormalkan laju, kedalaman, dan laju pernafasan. Oleh karena itu, tujuan latihan pernafasan dengan kontrol nafas dan apnea adalah untuk melatih otot pernafasan untuk memperlama proses pengeluaran udara dari dalam tubuh guna meningkatkan saturasi oksigen (Kusuma & Hidayat, 2019).

## **Kesimpulan**

Bedasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa memberikan teknik buteyko terbukti efektif untuk meningkatkan saturasi oksigen klien.

## **Ucapan Terima Kasih**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKes Pemkab Purworejo, Direktur Rumah Sakit RSUD Prembun yang telah memberikan izin dorongan dalam penyelesaian naskah publikasi ini.

## **Daftar Pustaka**

Bachri, Y. (2018). Pengaruh Teknik Pernafasan Buteyko Terhadap Frekuensi Kekambuhan Asma Pada Penderita Asma Bronkhial Di Upt Puskesmas Wilayah Kerja Lima Kaum 1 Kabupaten Tanah Datar Tahun 2017. *Repository, XII*(8), 174–179.

<https://www.jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/881/792>

Desa, D. I., & Lampung, B. (2022). *PENERAPAN PURSED LIPS BREATHING TERHADAP KETIDAKEFEKTIFAN POLA NAPAS PADA PASIEN ANAK DENGAN ASMA BRONCHIALE DI DESA BUMIMAS LAMPUNG TIMUR*. 5, 1554–1559.

Dewi, N. H., Suryati, E., Mulyanasari, F., & Yupartini, L. (2021). Pengembangan

- Format Dokumentasi Asuhan Keperawatan Gawat Darurat Berbasis SDKI, SLKI, dan SIKI. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 554–565. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1817>
- Kusuma, D., Putri, A., Kristinawati, B., & Hidayat, T. (2019). Aplikasi Teknik Pernapasan Buteyko untuk Memperbaiki Pernapasan Diafragma pada Pasien dengan Sesak Napas di Ruang Gawat Darurat. *The 10th University Research Colloquium 2019 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong, Asma; frekuensi pernapasan; pernapasan diafragma; teknik pernapasan buteyko*, 716–720. [j210140080@student.ums.ac.id](mailto:j210140080@student.ums.ac.id)
- Nurarif, Amin Huda dan Kusuma, H. (2016). *Asuhan Keperawatan Praktis* (N. H. Rahlil (Ed.); Edisi jili). Mediacion Publishing Jogjakarta.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (T. P. S. D. PPNI (Ed.); 1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI, T. P. S. D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia* (T. P. S. D. PPNI (Ed.); 1st ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- PPNI, T. P. S. D., & 2017. (n.d.). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (3rd ed.).
- Salsabila, P. O., & Faradisi, F. (2021). Literature Review: Penerapan Teknik Pernafasan Buteyko Terhadap Penurunan Frekuensi Kekambuhan Asma Pada Pasien Asma Bronkhial. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, 1*, 969–976. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.777>
- Suwaryo, P. A. W., Yunita, S., Waladani, B., & Safaroni, A. (2021). Studi Kasus: Terapi Blowing Ballon Untuk Mengurangi Sesak Nafas Pada Pasien Asma. *Nursing Science Journal (NSJ)*,
- Suwondo, A. (2018). Konsep Pola Napas. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 2(2014). <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/458/>
- Wijaya, Andra Saferi, Y. M. P. (2013). *kMB 1(Keperawatan Medikal Bedah )* (Isna (Ed.); 1st ed.). Nuha Medika.
- Yosifine, Y., Margaretha, M., Fatik, R., Saputra, R., Naning, D., Meiliana, R., Lestari, S., Septiana, R., Octaviana, W., Nurjanah, S., & Rokhmiati, E. (2022). Intervensi Teknik Pernafasan Buteyko terhadap Penurunan Respirasi Rate dan Saturasi Oksigen pada Pasien Asma Bronchial. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, Yulianti, Dwi, D.

(2015). *Asma Bronkial* (T. U. Press (Ed.);  
1st ed.). UB Press.