

Implementasi Terapi Latihan Nafas Buteyko Pada Pasien Asma Dengan Gangguan Oksigenasi
Di Rumah Sakit TK. II Pelamonia

Ashyfa Nadzifah Salsabilah
(2025)

Program Studi Diploma III Keperawatan
Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Makassar

Nurlina, S.Kep.Ns.,M.Kep
Dr. Sitti Zakiyyah Putri, S.ST., M.Kes

ABSTRAK

Latar belakang: Asma adalah penyakit inflamasi kronik saluran napas yang sering menyebabkan gangguan oksigenasi akibat penyempitan bronkus dan pola napas tidak efektif. Terapi latihan napas Buteyko merupakan pendekatan nonfarmakologis yang dapat membantu memperbaiki ventilasi paru dan meningkatkan saturasi oksigen. Pelaksanaan terapi ini memerlukan edukasi dan pendampingan agar teknik dilakukan dengan benar dan konsisten sehingga manfaatnya optimal. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh hasil penerapan implementasi terapi latihan napas Buteyko pada pasien Asma dengan gangguan oksigenasi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan pre-test dan post-test. Intervensi berupa terapi latihan napas Buteyko dilakukan dua sesi per hari selama tiga hari, dengan teknik yang meliputi pernapasan hidung, memperlambat laju napas, dan memperpanjang fase ekspirasi. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran skor dyspnea, frekuensi napas, pemakaian otot bantu napas, dan saturasi oksigen sebelum dan sesudah terapi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan napas Buteyko secara signifikan memperbaiki pola napas pasien, menurunkan dyspnea, menurunkan penggunaan otot bantu napas, serta meningkatkan saturasi oksigen dari hari pertama hingga hari ketiga. **Kesimpulan:** Implementasi terapi latihan napas Buteyko secara terstruktur dan konsisten efektif memperbaiki gangguan oksigenasi pada pasien asma. Keberhasilan terapi ini didukung oleh teknik yang benar, kepatuhan pasien, dan lingkungan yang mendukung bebas dari pemicu asma.

Kata kunci: Asma, gangguan oksigenasi, terapi latihan napas Buteyko

Implementation of Buteyko Breathing Technique Therapy in Asthma Patients with Oxygenation Disorders
At Kindergarten Hospital. II Pelamonia

Ashyfa Nadzifah Salsabilah
(2025)

Diploma III Nursing Study Program
Faculty Of Medicine And Health Sciences
Muhammadiyah University Of Makassar

Nurlina, S.Kep.Ns.,M.Kep
Dr. Sitti Zakiyyah Putri, S.ST., M.Kes

ABSTRACT

Background: Asthma is a chronic inflammatory disease of the airways that often leads to oxygenation disorders due to bronchial narrowing and ineffective breathing patterns. The Buteyko breathing technique is a non-pharmacological approach that can help improve lung ventilation and increase oxygen saturation. Successful implementation of this therapy requires proper education and guidance to ensure the techniques are performed correctly and consistently for optimal benefit. **Objective:** This study aimed to obtain the results of implementing the Buteyko breathing exercise therapy in asthma patients with oxygenation disorders. **Methods:** This study employed a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach. The intervention consisted of Buteyko breathing exercises conducted twice daily for three consecutive days. The techniques included nasal breathing, slowing the respiratory rate, and prolonging the expiratory phase. Evaluation was performed using dyspnea scores, respiratory rate, use of accessory respiratory muscles, and oxygen saturation before and after the intervention. **Results:** The results showed that the Buteyko breathing technique significantly improved patients' breathing patterns, reduced dyspnea, decreased the use of accessory respiratory muscles, and increased oxygen saturation progressively from the first to the third day of therapy. **Conclusion:** Structured and consistent implementation of the Buteyko breathing technique is effective in improving oxygenation disorders in asthma patients. The success of this therapy is supported by correct technique, patient compliance, and an asthma trigger-free environment.

Keywords: Asthma, oxygenation disorders, Buteyko breathing technique