

**PENERAPAN SENAM ASMA DISERTAI TEKNIK  
PERNAFASAN *BUTEYKO* SEBAGAI UPAYA  
MENURUNKAN KEKAMBUHAN ASMA  
DENGAN MEDIA VIDEO**

**LAPORAN TUGAS AKHIR**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
pada Program Studi DIII Keperawatan**



Oleh

**ANNIDA CANDRA MUSTIKASARI**

**NIM. B2018012**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA  
2021**

**PENERAPAN SENAM ASMA DISERTAI TEKNIK  
PERNAFASAN *BUTEYKO* SEBAGAI UPAYA  
MENURUNKAN KEKAMBUHAN ASMA  
DENGAN MEDIA VIDEO**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
pada Program Studi DIII Keperawatan**



**Oleh**

**ANNIDA CANDRA MUSTIKASARI**

**NIM. B2018012**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2021**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM ASMA DISERTAI TEKNIK PERNAFASAN *BUTEYKO* SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN KEKAMBHUHAN ASMA DENGAN MEDIA VIDEO**

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar keparipindahan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan tugas akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Desember 2020



Annida Candra Mustikasari  
NIM B2018012

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Annida candra Mustikasari

NIM : B2018012

Jenis Karya : KIE

Judul : “Senam Asbut (*asma-buteyko*) Cara Ampuh Cegah Asma  
Kambuh”

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonesklusif (*Non-Ekklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal 13 Desember 2020

Yang menyatakan



(Annida Candra Mustikasari)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM ASMA DISERTAI TEKNIK PERNAFASAN BUTEYKO SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN KEKAMBUHAN ASMA DENGAN MEDIA VIDEO**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi  
DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Desember 2020

Pembimbing



Riyani Wulandari, M. Kep  
NIDN 0624087901

Mengetahui  
Kaprodidi DIII Keperawatan



Ns. Norman Wijaya Gati, S.Kep., M. Kep. Sp. Kep. J  
NIDN 0615018601

## PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM ASMA DISERTAI TEKNIK PERNAFASAN *BUTEYKO* SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN KEKAMBUHAN ASMA DENGAN MEDIA VIDEO**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana atau Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 4 Januari 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai project akhir pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 4 Januari 2021

Mengesahkan,

Penguji

1. Mulyaningsih, M. Kep  
NIDN. 0007047310

(.....)

2. Tri Susilowati, M. Kep  
NIDN. 0621018203

(.....)

3. Riyani Wulandari, M. Kep  
NIDN. 0624087901

(.....)



NIDN. 0602058501



NIDN. 0615018601

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusui untuk melengkapai sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Progam Studi DIII Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapn terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membanu sehingga tugas akhir ini terlaksana dengan baik dan lancar, yakni kepada :

- a. Riyani Wulandari, S. Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan sekaligus sebagai Pembimbing yang telah membimbing dan memberikan pengarahan sehingga proposal ini dapat terselesaikan.
- b. Endah Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
- c. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu.
- d. Karyawan beserta jajaran Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir ini.
- e. Bapak Heru Sunarto dan Ibu Dwi Susanti selaku orang tua saya, yang sellau meningkatkan saya dan tidak pernah lelah berhenti memberikan doa serta dukungan. Ayom Panji Lukito selaku kakak saya yang juga selalu memberikan motivasi.
- f. Teman-teman seperjuangnku Universitas ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2018 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.
- g. Teman-teman sekelompok bimbingan saya yang sudah berjuang bersma hingga akhir ini.

- h. Semua pihak lainnya yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini yang tidak bisa saya sebutkan satu-satu.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik ALLAH SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun akan proposal ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 13 Desember 2020

Penulis



Annida Candra Mustikasari

NIM B2018012