

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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 napas 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 napas bila pasien mengalami asma. Salah satu metode yang dikembangkan untuk memperbaiki cara bernapas pada pasien asma adalah teknik olah napas, 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 di atas 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”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dijabarkan rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Pengaruh Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Pola Napas Tidak Efektif Pada Klien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi Penerapan Teknik Pernafasan Buteyko Terhadap Pola Nafas Tidak Efektif Pada Pasien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan Pola Nafas Sebelum Dilakukan Penerapan Teknik Pernafasan Buteyko Pada Pasien Asma Bronkial Sebelum Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali.

- b. Mendeskripsikan Pola Nafas Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Pernafasan Buteyko Pada Pasien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali.
- c. Mendiskripsikan Pola Nafas Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Teknik Pernafasan Buteyko Pada Pasien Asma Bronkial Di IGD RSUD Pandan Arang Boyolali.
- d. Mendeskripsikan Perbandingan Hasil Akhir Antara 2 Responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini akan menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya bagi tenaga Kesehatan dalam pemulihan pola nafas pasien yang tidak efektif di RSUD Pandan Arang Boyolali.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis diharapkan persepsi perawat dalam melakukan teknik pernapasan buteyko terhadap pola nafas tidak efektif pada pasien asma bronkial.

a. Bagi Responden

Dapat digunakan sebagai terapi mandiri terhadap responden untuk pemulihan pola nafas pada pasien asma.

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi perawat dalam Upaya peningkatan pelayanan keperawatan dalam penanganan pola nafas tidak efektif bagi pasien yang memiliki asma.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi mahasiswa tentang cara penanganan pola nafas tidak efektif pada pasien asma.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber dan acuan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti cara penanganan pola nafas tidak efektif pada pasien yang menderita asma.