

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Asma merupakan salah satu masalah kesehatan global yang dapat menyerang segala usia. Penyakit ini dikarakteristikkan dengan adanya inflamasi jalan napas yang bersifat kronik, menimbulkan gejala seperti, mengi, sesak, batuk dengan intensitas yang bervariasi dalam kurun waktu tertentu (Reddel et al., 2022). Asma termasuk ke dalam salah satu dari lima penyebab umum penyakit parah dan kematian di dalam bidang penyakit respirasi bersama dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), Infeksi Saluran Napas Bawah, Tuberkulosis, dan Kanker Paru. Asma juga termasuk ke dalam salah satu penyakit respirasi kronik yang secara konstan mengalami peningkatan serta merupakan penyakit kronik yang paling banyak menyerang anak dengan jumlah 14% dari seluruh anak di dunia (Yusuf, 2023).

World Health Assosiation (WHO) tahun 2019 pernah merilis data jumlah penderita Asma sebanyak 262 juta jiwa. Akibat penyakit ini di tahun yang sama didapatkan sekitar 461.000 kematian (World Health Organization, 2022). Data lain menyebutkan bahwa sekitar 1- 18% dari populasi di dunia menderita asma (Reddel et al., 2022). Di Indonesia, kasus asma cukup tinggi mencapai 2,4% dari 1.017.290 orang penduduk berdasarkan diagnosis dokter. Prevalensi asma di Kalimantan Barat juga cukup tinggi dengan jumlah 3,2% dari 19.190 penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Di Kabupaten Landak, prevalensi penderita asma mencapai 3,17% dari 2.112 orang berdasarkan diagnosis dokter (Riskesdas, 2018)

Risiko eksaserbasi pada pasien asma dapat dipengaruhi oleh banyak hal diantaranya, tingkat keparahan asma, riwayat penggunaan SABA, pemakaian ICS

yang tidak adekuat, rendahnya VEPI, masalah psikologis, pajanan terhadap rokok, kondisi komorbid, eosinofilia darah, riwayat intubasi, dan riwayat perawatan intensif akibat asma. Salah satu faktor yang paling mempengaruhi eksaserbasi asma adalah tingkat keparahan asma pada keadaan stabil dan belum mendapatkan pengobatan. Tingkat keparahan asma harus selalu dinilai. Hal ini didapatkan melalui penilaian gejala asma, terbangun malam hari karena asma, gangguan aktivitas, nilai faal paru dan variasi diurnal. Dari penilaian tersebut nantinya akan didapatkan empat kelompok tingkat keparahan asma yaitu, intermitten, persisten ringan, persisten sedang, dan persisten berat (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, 2019).

Penanganan kasus asma dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi, Obat-obat yang digunakan dalam penatalaksanaan asma dibagi menjadi tiga kategori umum, yaitu kontroler (controller medication), pelega (reliever medication), serta terapi tambahan (add-on therapy) untuk pasien asma berat. Kontroler digunakan secara rutin untuk mengurangi inflamasi jalan nafas, mengontrol gejala, dan mengurangi risiko eksaserbasi dan penurunan fungsi paru dimasa depan. Pelega diberikan untuk meredakan gejala terutama saat serangan asma dialami oleh pasien. Add-on therapy dipertimbangkan pada kasus-kasus dengan gejala persisten atau tambahan pada terapi pelega saat terjadi serangan, contohnya terapi untuk menangani faktor risiko serangan asma (Khalimah, 2021). Namun penggunaan obat-obatan ini tidak sedikit menimbulkan beberapa efek samping setelah penggunaan obat-obat ini berupa nyeri ulu hati, gangguan pencernaan dan palpitasi (Lutfiyati et al., 2015).

Pasien asma dapat memanfaatkan terapi komplementer (nonfarmakologis) untuk mengendalikan asma yang dideritanya. Pengontrolan asma dengan terapi komplementer dapat dilakukan dengan teknik pernapasan, teknik relaksasi, akupunktur, chiropractic, homoeopati, naturopati dan hipnosis. Teknik-teknik seperti ini merupakan teknik yang banyak dikembangkan oleh para ahli. Salah satu teknik yang banyak digunakan dan mulai populer adalah teknik pernapasan. Dalam

teknik ini diajarkan teknik mengatur napas bila pasien sedang mengalami asma atau bias juga bersifat latihan saja. Teknik ini juga bertujuan mengurangi gejala asma dan memperbaiki kualitas hidup (Kadam et al., 2022).

Teknik olah napas ini dapat berupa olahraga aerobik, senam, dan teknik pernapasan seperti Thai chi, Waitankung, Yoga, Mahatma, Buteyko dan Pranayama. Olahraga pernapasan sebagai salah satu bentuk olah napas efektif terhadap menurunkan gejala asma mingguan dan gejala asma bulanan pada pasien asma (Firdaus & Wahyuni, 2017). Beberapa teknik olah napas ini tidak hanya khusus dirancang untuk pasien asma, karena sebagian dari teknik pernapasan ini dapat bermanfaat untuk berbagai penyakit lainnya. Namun demikian, ada juga beberapa teknik pernapasan yang memang khusus untuk pasien asma yaitu terapi pernapasan Buteyko (Indrawati & Anggiarti, 2021). Salah satu tehnik napas yang sering digunakan berupa tehnik napas buteyko.

Dupler (2019) menyatakan bahwa terapi pernapasan Buteyko merupakan sebuah metode untuk mengatur asma. Terapi ini didasari oleh latihan pernapasan yang bertujuan untuk mengurangi konstriksi jalan nafas. Buteyko merupakan sebuah terapi yang mempelajari terapi pernapasan yang dirancang untuk memperlambat dan mengurangi masuknya udara ke paru-paru, jika teknik ini dipraktikkan sering, maka dapat mengurangi gejala dan tingkat keparahan masalah pernapasan. Pemberian latihan terapi pernapasan Buteyko secara teratur akan memperbaiki buruknya sistem pernapasan pada pasien asma sehingga akan menurunkan gejala asma dimana prinsip latihan terapi pernapasan Buteyko ini adalah latihan bernapas dangkal dan terapi pernapasan Buteyko ini efektif terhadap peningkatan derajat kontrol asma (Kusuma et al., 2022).

Siswanti (2019) menyatakan bahwa teknik pernapasan Buteyko dapat memengaruhi perubahan pada gejala dispnea didasari pada efisiensi biomekanik pernapasan. Metode pernafasan Butekyo juga memberikan pengaruh terhadap pasien asma yang sedang mengalami terapi kortikosteroid inhalasi yaitu mengurangi penggunaan terapi pengobatan tersebut (Wijaya et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Erlia et al (2022) menjelaskan terapi pernapasan buteyko secara signifikan dapat menurunkan gejala asma. Penelitian lain yang sejalan juga menjelaskan bahwa tehnik pernapasan buteyko dapat meningkatkan fungsi paru pada penderita asma (Sutrisna & Arfianti, 2020). Pernapasan buteyko juga dapat menurunkan frekuensi kekambuhan pada penderita asma (Bachri, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Mandor menemukan data tahun 2022 angka kejadian penyakit Asma cukup tinggi. adapun jumlah penderita Asma yang datang berobat ke Puskesmas mencapai 26 orang. Tidak sedikit pasien yang datang berobat ke Puskesmas dengan kekambuhan Asma. Wawancara yang dilakukan peneliti pada 2 keluarga penderita Asma yang sering kambuh menemukan bahwa selama ini pasien hanya melakukan penanganan Asma dengan mengkonsumsi obat yang sudah diresepkan oleh dokter. Tidak sedikit pasien mengeluh efek samping pengobatan yang dirasakan berupa kepala pusing, mual, muntah bahkan jantung berdebar-debar. Hal ini tentunya membuat permasalahan pada pasien.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka perlu adanya upaya yang dilakukan untuk membantu pasien mengurangi permasalahan asma yang muncul melalui pendekatan latihan napas yang dapat mendukung proses pengobatan asma lebih baik. Terapi buteyko menjadi salah satu alternatif dalam mengatasi permasalahan asma pasien. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menganalisis asuhan keperawatan dalam penerapan tehnik relaksasi buteyko pada Ny. I dengan asma di wilayah puskesmas mandor.

## **B. Batasan Masalah**

Batasan masalah pada laporan ini berupa menganalisis asuhan keperawatan dalam penerapan asuhan keperawatan dalam penerapan tehnik relaksasi buteyko pada Ny. I dengan asma di wilayah puskesmas mandor.

### **C. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah pada laporan ini yaitu bagaimana analisis asuhan keperawatan dalam penerapan tehnik relaksasi buteyko pada Ny. I dengan asma di wilayah puskesmas mandor?

### **D. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Penulisan karya ilmiah akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan dalam penerapan tehnik relaksasi buteyko pada Ny. I dengan asma di wilayah puskesmas mandor.

#### 2. Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis asuhan keperawatan pada klien dengan Penyakit Asma
- 2) Menganalisis hasil penerapan tehnik relaksasi Buteyko dalam mengatasi penyakit Asma.
- 3) Mencari alternatif pemecahan masalah atau solusi yang dapat dilakukan dalam penerapan intervensi

### **E. Manfaat**

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat bermanfaat dalam dua aspek yaitu

#### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai dasar pengembangan dan referensi terkait penerapan tehnik relaksasi buteyko pada pasien dengan asma.

#### **2. Manfaat Praktis**

Pasien dapat mengurangi gejala asma dengan tehnik relaksasi buteyko.

### Penelitian Terkait

No	Nama Penulis	Judul	Sampel	Metode	Hasil
1	(Erlia et al., 2022)	Pengaruh Terapi Pernaafasan Buteyko Terhadap Penurunan Gejala Asma Di Puskesmas Air Beliti Kabupaten Musi Rawas	15 orang	Consecutive sampling	Hasil penelitian didapatkan rata – rata gejala asma sebelum yaitu 15,67 dan setelah terapi buteyko 22,70. Hasil uji statistic p value 0,0001 (p<0,0005).
2	(Sutrisna & Arfianti, 2020)	Pengaruh Teknik Pernafasan Buteyko Terhadap Fungsi Paru Pada Pasien Asma Bronchial	14 orang	Consecutive sampling	Pemeriksaan fungsi paru dilakukan dengan menggunakan spirometri (nilai FEV1) pada pretest minggu pertama dan post test minggu ke empat. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif dan inferensial dengan skala signifikansi p<0,05. Uji paired t-test menunjukkan perbedaan signifikan(p=0,00) dengan nilai FEV1 lebih tinggi setelah diberikan teknik pernafasan buteyko (69,57%±6,836) daripada nilai FEV1 sebelum diberikan teknik pernafasan buteyko (37,43%±6,513). Disimpulkan bahwa ada pengaruh positif teknik pernafasan buteyko terhadap fungsi paru. Dengan demikian, penting menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan telaah bagi petugas

3	(Bachri, 2018)	Pengaruh Teknik Pnafasan Buteyko Terhadap Frekuensi Kekambuhan Asma Pada Penderita Asma Bronkhial Di Upt Puskesmas Wilayah Kerja Lima Kaum 1 Kabupaten Tanah Datar Tahun 2017	12 orang	Pre experimental with randomized control group	kesehatan di Rumah Sakit dalam upaya meningkatkan fungsi paru pada pasien asthma.
					Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan frekuensi kekambuhan asma bronkial sebelum dan sesudah diberikan teknik pernafasan buteyko pada pasien asma bronkial. Implikasi dari hasil penelitian pasien asma dapat melakukan teknik pernafasan buteyko pernafasan buteyko untuk mengurangi kekambuhan asma.

