

PENGARUH LATIHAN BUTEYKO TERHADAP PENURUNAN SESAK NAFAS PADA PASIEN ASMA BRONKIALE DENGAN MENGUNAKAN PARAMETER SKALA BORG

Renny Septia Anggraeni Kurniawan

ABSTRAK

Latar belakang: Asma bronchial adalah suatu penyakit dengan ciri meningkatnya respon trakea dan bronkus terhadap berbagai rangsangan dengan manifestasi adanya penyempitan jalan nafas yang luas dan derajatnya dapat berubah-ubah. Pasien asma yang sering dikeluhkan adalah sesak nafas. Sesak nafas disebabkan oleh adanya penyempitan saluran nafas. Pemberian latihan teknik pernapasan Buteyko secara teratur akan memperbaiki buruknya system pernapasan pada penderita asma sehingga akan menurunkan gejala asma.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh latihan buteyko terhadap penurunan sesak nafas dengan menggunakan parameter skala borg.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode quasieksperimental Pre dan Post. Pada penelitian ini terdapat 5 sample yang diambil dari populasi pasien asma di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu dan Klinik UPNVJ. Latihan buteyko ini dilakukan 3 kali perminggu selama 2 minggu dengan durasi 18 menit.

Hasil Penelitian: Hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh latihan buteyko terhadap penurunan sesak nafas dibuktikan dengan adanya penurunan skala sesak nafas sebelum diberikan latihan buteyko dan sesudah diberilatihan buteyko.

Kata kunci: Asma Bronkiale, Latihan Buteyko, Sesak Nafas

THE INFLUENCE OF BUTEYKO EXERCISES TO DECREASE BREATHING DIFFICULTIES IN PATIENTS WITH ASTHMA BRONKIALE USING THE BORG SCALE PARAMETERS

RennySeptiaAnggraeniKurniawan

ABSTRACT

Background: asthma edema is a disease with characteristics of increasing response to the trachea and the bronchi to various stimulations with the manifestation of the existence of a narrowing of the way the breath of the vast and rank can change. Asthma patients who often complained of is breathing difficulties. Breathing difficulty caused by the existence of a narrowing of the airways. The giving of the respiratory Buteyko technique exercise regularly will improve the bad of the respiratory system in patients with asthma so that will reduce asthma symptoms.

Purpose: To know the influence of buteyko exercises to decrease breathing difficulties with using the borg scale parameters.

Methods: this research using quasioeksperimental method pre and post. In this research there are 5 samples taken from the population of patients with asthma in the sub-district health week and the clinic UPNVJ Market. This buteyko exercise done 3 times weekly for 2 weeks with time frequency 18 minutes.

Research Results: results from this research is that there is a decline of buteyko exercise influence breathing difficulties proved with reduced the scale of shortness of breath before given buteyko exercise and after given buteyko exercise.

Key Words: Asthma Bronkiale, Buteyko Exercise, breathing difficulties