

## ABSTRAK

### **PENGARUH PERNAPASAN *BUTEYKO* TERHADAP PENINGKATAN ARUS PUNCAK EKSPIRASI (APE) PADA PASIEN ASMA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KLEGO**

Sevina Diah Ajeng Saputri, Dian Kartikasari

**Pendahuluan :** Asma merupakan penyakit kronis atau jangka panjang yang memengaruhi kemampuan bernapas seseorang, yang biasanya disebabkan oleh penyumbatan saluran pernapasan akibat peradangan dan penebalan dinding saluran napas, sehingga akan terjadi kesulitan dalam ekspirasi. Hal ini dapat diukur secara obyektif dengan menilai perubahan volume udara yang dihembuskan melalui aliran puncak ekspirasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pernapasan *buteyko* terhadap peningkatan arus puncak ekspirasi (ape) pada pasien asma di wilayah kerja puskesmas klego.

**Metode :** Desain penelitian ini menggunakan *Pra-Eksperimen* dengan metode *One-Group Pretest-Posttest*. Teknik pengambilan sampel penelitian ini dengan purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita asma di wilayah kerja Puskesmas Klego, Kota Pekalongan berjumlah 20 orang. Subjek diberikan perlakuan dengan metode Latihan Pernapasan Buteyko, yang dilakukan satu kali sehari selama 3 hari, kemudian sebelum dan sesudah perlakuan dilakukan tes Arus Puncak Ekspirasi dengan satuan liter/menit (L/min). Instrumen penelitian ini menggunakan tes *peak flow meter* yang baru pertama kali digunakan dengan merk Rossmax GmbH, yang sudah melalui tahap uji kalibrasi dengan nomor uji ISO 13458, sehingga instrumen ini valid dan reliabel.

**Hasil :** Hasil penelitian dari 20 responden penderita asma, yang menunjukkan rata-rata usia responden adalah 44,20 yaitu masa dewasa akhir, rata-rata jenis kelamin responden adalah perempuan yaitu 15 responden (75%), rata-rata pendidikan terakhir responden adalah SMA yaitu 11 responden (55%), rata-rata responden yang bekerja yaitu 14 responden (70%), rata-rata responden memiliki riwayat asma dari keluarga yaitu 12 responden (60%). rata-rata arus puncak ekspirasi yaitu 252 sebelum diberikan intervensi, dan 272,50 setelah diberikan intervensi pernapasan *buteyko*.

**Simpulan :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pernapasa *buteyko* terhadap peningkatan arus puncak ekspirasi (APE) pada penderita asma dengan nilai signifikansi  $<0,05$ .

**Kata Kunci :** Asma, Arus puncak ekspirasi (APE), Pernapasan *buteyko*.

**Daftar Pusaka :** 38 (2015-2023)