

PENERAPAN TEKNIK PERNAPASAN BUTEYKO PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN OKSIGENASI (ASMA BRONKIAL) DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT

Dinda Hapsari Cahya Mawar Sharon, S.Tr.Kep.
Rudi Hamarno, S.Kep., Ns., M. Kep.

ABSTRAK

Latar Belakang: Asma adalah penyakit kronis yang menyebabkan penyempitan saluran napas dan gangguan oksigenasi. Terapi obat sering kurang efektif karena ketidakpatuhan dan efek samping. Di Indonesia, tingginya kasus asma memerlukan pendekatan tambahan, salah satunya teknik pernapasan Buteyko. Teknik ini membantu mengatur napas dan mengurangi hiperventilasi. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan mengevaluasi penerapan teknik Buteyko pada pasien asma dengan sesak napas di Instalasi Gawat Darurat. **Metode Penelitian:** Penelitian menggunakan metode studi kasus pada seorang pasien dengan riwayat asma bronkial. Intervensi yang diberikan berupa kombinasi pemberian bronkodilator inhalasi dan teknik pernapasan Buteyko dalam posisi Fowler 90°. **Hasil Penelitian:** Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan frekuensi napas, peningkatan saturasi oksigen menjadi 99%, serta penurunan keluhan sesak napas dan batuk berdahak. **Kesimpulan:** Temuan ini menunjukkan bahwa teknik pernapasan Buteyko bekerja dengan cara mengoreksi pola pernapasan yang berlebihan (hiperventilasi), sehingga mampu menstabilkan kadar karbon dioksida (CO₂) dalam darah. Melalui pelatihan yang konsisten dalam perawatan asma akut dapat menjadi strategi efektif dan holistik dalam meningkatkan status respirasi pasien, pernapasan yang lebih lambat dan terkontrol membuat pertukaran oksigen di paru-paru menjadi lebih efisien, sehingga saturasi oksigen (SpO₂) dalam darah ikut membaik. Secara keseluruhan, latihan ini membantu paru-paru bekerja lebih optimal dan meningkatkan kualitas pernapasan pada pasien asma.

Kata kunci : Asma, Buteyko, Teknik pernafasan