

SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN TEKNIK TERAPI BUTEYKO TERHADAP
PENURUNAN FREKUENSI KEKAMBUHAN ASMA PADA PASIEN
ASMA BRONKIAL DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN**



**MITA MENEMIA SITANGGANG
NIM. P07520221028**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN TEKNIK TERAPI BUTEYKO TERHADAP PENURUNAN FREKUENSI KEKAMBUHAN ASMA PADA PASIEN ASMA BRONKIAL DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Studi dan Memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr Kep) Pada Program Studi Sarjana Terapan
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan



MITA MENEMIA SITANGGANG
NIM. P07520221028

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2025

SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN TEKNIK TERAPI BUTEYKO TERHADAP
PENURUNAN FREKUENSI KEKAMBUHAN ASMA PADA PASIEN
ASMA BRONKIAL DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN**

Diusulkan Oleh :
MITA MENEMIA SITANGGANG
NIM. P07520221028

Telah disetujui di Medan
Pada Tanggal, 24 Juni 2025

Pembimbing Utama



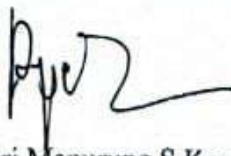
Elny Lorensi Silalahi S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP.196910081993032001

Pembimbing Pendamping



Sri Siswati SST.,S.Pd.,M.Psi
NIP. 196010201989032001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan



Dr. Risma Dumiri Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed
NIP.196908111993032001

SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN TEKNIK TERAPI BUTEYKO TERHADAP PENURUNAN FREKUENSI KEKAMBUHAN ASMA PADA PASIEN ASMA BRONKIAL DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh :
MITA MENEMIA SITANGGANG
NIM. P07520221028

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal, 02 Juli 2025

Tim Penguji :

1. Ketua Penguji : Elny Lorensi Silalahi S.Kep.,Ns.,M.Kes
2. Penguji I : Juliandi S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Kes
3. Penguji II : Nurmala Hayati Sihombing SKM.,M.Kes

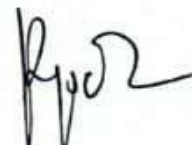
.....
.....
.....

Medan, 02 Juli 2025

Mengetahui,
Ketua Jurusan Keperawatan


Dr. Amira Perwata Sari T S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP. 197703162002122001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan


Dr. Risma D. Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed
NIP. 19690811199303032001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Mita Menemia Sitanggang
NIM : P07520221028
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

**Pengaruh Latihan Teknik Terapi Buteyko Terhadap Penurunan
Frekuensi Kekambuhan Asma pada Pasien Asma Bronkial
Di Rumah Sakit Advent Medan**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 24 Juni 2025

Hormat saya,



Mita Menemia Sitanggang
NIM : P07520221028



BIODATA PENULIS

Nama : Mita Menemia Sitanggang
Tempat/Tgl lahir : Medan, 28 Maret 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Katolik
Alamat Rumah : Jalan Kapten Muslim Bakti Luhur Gg. Dame
Nomor HP : 082294103436

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Free Methodist 1 Medan, 2015
2. SLTP : SMP Markus Medan, 2018
3. SLTA : SMA Santo Thomas 3 Medan, 2021

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN**

MEDAN, 02 JULI 2025

**MITA MENEMIA SITANGGANG
P07520221028**

XIII + 47 HALAMAN + V BAB + 1 GAMBAR + 13 TABEL + LAMPIRAN

**PENGARUH LATIHAN TEKNIK TERAPI BUTEYKO TERHADAP
PENURUNAN FREKUENSI KEKAMBUHAN ASMA PADA PASIEN
ASMA BRONKIAL DI RUMAH SAKIT ADVENT MEDAN**

ABSTRAK

Asma bronkial merupakan penyakit pernapasan kronis yang ditandai dengan kekambuhan gejala berupa sesak napas, batuk, dan mengi. Kekambuhan yang berulang dapat menurunkan kualitas hidup pasien sehingga diperlukan intervensi non-farmakologis yang efektif, salah satunya adalah latihan teknik terapi Buteyko.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan teknik terapi Buteyko terhadap penurunan frekuensi kekambuhan asma pada pasien asma bronkial, serta melihat perubahannya dari aspek kontrol gejala melalui penilaian berdasarkan kuesioner, laju pernapasan, dan saturasi oksigen sebelum dan sesudah intervensi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 38 orang pasien asma bronkial yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan menggunakan *Paired Sample t-test* untuk penilaian kuesioner serta *Wilcoxon Signed-Rank Test* untuk penilaian laju pernapasan dan saturasi oksigen.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Uji t-test pada kuesioner memperoleh $p = 0,000 (< 0,05)$, sedangkan uji Wilcoxon pada laju pernapasan dan saturasi oksigen juga menunjukkan $p = 0,000 (< 0,05)$. Hal ini membuktikan bahwa latihan teknik terapi Buteyko mampu menurunkan frekuensi kekambuhan, memperbaiki pola pernapasan, dan meningkatkan saturasi oksigen pada pasien asma bronkial.

Disarankan agar latihan teknik terapi Buteyko dijadikan terapi komplementer dalam manajemen asma, baik di fasilitas kesehatan maupun secara mandiri di rumah, untuk meningkatkan kontrol gejala dan kualitas hidup pasien.

Kata kunci : Asma Bronkial, Teknik Terapi Buteyko, Kekambuhan Asma, Laju Pernapasan, Saturasi Oksigen

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
BACHELOR PROGRAM OF APPLIED HEALTH SCIENCE IN NURSING**

JULY 02, 2025

**MITA MENEMIA SITANGGANG
P07520221028**

xiii + 47 Pages + V Chapters + 1 Figure + 13 Tables + Appendices

**THE EFFECT OF BUTEYKO THERAPY TECHNIQUE EXERCISE ON
REDUCING ASTHMA RELAPSE FREQUENCY IN PATIENTS WITH
BRONCHIAL ASTHMA AT ADVENT HOSPITAL MEDAN**

ABSTRACT

Bronchial asthma is a chronic respiratory disease characterized by the recurrence of symptoms such as shortness of breath, coughing, and wheezing. Frequent relapses can decrease a patient's quality of life, which is why effective non-pharmacological interventions, such as the Buteyko therapy technique exercise, are needed.

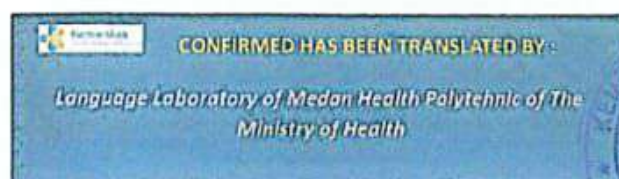
The purpose of this study was to determine the effect of Buteyko therapy technique exercise on reducing the frequency of asthma relapses in patients with bronchial asthma, and to observe changes in symptom control by assessing questionnaires, respiratory rate, and oxygen saturation before and after the intervention.

The research design was pre-experimental with a one-group pretest-posttest approach. The study sample consisted of 38 patients with bronchial asthma, selected using purposive sampling. Data analysis was performed using a Paired Sample t-test for the questionnaire assessment and a Wilcoxon Signed-Rank Test for the respiratory rate and oxygen saturation assessments.

The results showed a significant difference before and after the intervention. The t-test on the questionnaire yielded a p-value of 0.000 (< 0.05), while the Wilcoxon test for respiratory rate and oxygen saturation also showed a p-value of 0.000 (< 0.05). This proves that the Buteyko therapy technique exercise can reduce the frequency of relapses, improve breathing patterns, and increase oxygen saturation in patients with bronchial asthma.

It is recommended that the Buteyko therapy technique exercise be used as a complementary therapy in asthma management, both in healthcare facilities and at home, to improve symptom control and patient quality of life.

Keywords : Bronchial Asthma, Buteyko Therapy Technique, Asthma Relapse, Respiratory Rate, Oxygen Saturation



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Teknik Terapi Buteyko Terhadap Penurunan Frekuensi Kekambuhan Asma Pada Pasien Asma Bronkial di Rumah Sakit Advent Medan”

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bimbingan, dukungan serta arahan dari berbagai pihak. Ucapan terimakasih ini peneliti sampaikan kepada Bapak/Ibu :

1. Tengku Sri Wahyuni S.SiT.,M.Keb selaku PLT Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan.
3. Dr. Risma Dumiri Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan.
4. Elny Lorensi Silalahi S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing utama dan Sri Siswati SST.,S.Pd.,M.Psi selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan peneliti dengan penuh kesabaran.
5. Juliandi S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Kes dan Nurmala Hayati Sihombing SKM.,M.Kes selaku penguji I dan II atas kesediaannya untuk menguji skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staff pegawai Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Keperawatan yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan membantu saya selama masa pendidikan.
7. Teristimewa buat Ayahanda, Binsar Sitanggang dan Ibu tercinta, Eliana Pintu Batu, serta saudari saya yang telah memberikan motivasi dan semangat serta dana kepada saya, hingga saya bisa ada pada tahap ini.
8. Dr. Mayer Derold Panjaitan S.Kep.,M.Kep selaku ketua TIMKORDIK yang telah membantu dan memberikan saya kesempatan untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Advent Medan.

9. Buat teman-teman seangkatan ke-6 Prodi Sarjana Terapan Keperawatan saya yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam mengerjakan skripsi ini.

Peneliti menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini dan jauh dari kata sempurna. Harapan peneliti, skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi peningkatan dan pengembangan profesi keperawatan.

Medan, 24 Juni 2025

Peneliti,

Mita Menemia Sitanggang
NIM : P07520221028

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KEASLIAN PENELITIAN	iii
BIODATA PENULIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Konsep Dasar Penyakit Asma Bronkial	5
1. Definisi Asma	5
2. Klasifikasi Asma	5
3. Etiologi Asma	8
4. Manifestasi Klinis Asma	9
5. Patofisiologi Asma	10
6. Pemeriksaan Diagnostik Asma	11
7. Penatalaksanaan Asma	12
8. Komplikasi Asma	14
B. Kekambuhan Asma	15
1. Hubungan Antara Olahraga Dengan Kejadian Asma Bronkial	15
2. Hubungan Antara Stress Dengan Kejadian Asma Bronkial	15
3. Hubungan Antara Terpapar Asap Rokok Dengan Kejadian Asma Bronkial	15
4. Hubungan Antara Debu Dengan Kejadian Asma Bronkial	15
5. Hubungan Antara Cuaca Dengan Kejadian Asma Bronkial	16
6. Hubungan Antara Infeksi Saluran Napas Dengan Kejadian Asma Bronkial	15
C. Teknik Terapi Buteyko	16
1. Definisi	16
2. Tujuan Teknik Pernafasan Buteyko	16
3. Konsep Teknik Pernafasan Buteyko	17
4. Manfaat Teknik Pernafasan Buteyko	17
5. Tahapan Latihan Teknik Pernafasan Buteyko	17
6. Standar Operasional Prosedur (SOP)	19
D. Kerangka Teori	23

E. Kerangka Konsep.....	23
F. Definisi Operasional	23
G. Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....	27
E. Pengolahan Dan Analisa Data.....	28
F. Etika Penelitian	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Gambaran Lokasi Penelitian	31
B. Hasil Penelitian	33
C. Keterbatasan Penelitian.....	38
D. Pembahasan	39
BAB V PENUTUP.....	42
A. Penutup	42
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Derajat Asma Berdasarkan Gambaran Klinis Secara Umum Pada Anak/Remaja	8
Tabel 2.2	Klasifikasi Derajat Asma Berdasarkan Gambaran Klinis Secara Umum Pada Orang Dewasa	8
Tabel 2.3	Langkah-Langkah Penatalaksanaan Asma	14
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Pada Kelompok Intervensi di Rumah Sakit Advent Medan	33
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Kelompok Intervensi di Rumah Sakit Advent Medan	33
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Kelompok Intervensi di Rumah Sakit Advent Medan	34
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Pada Kelompok Intervensi di Rumah Sakit Advent Medan	34
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Hipertensi	35
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Kekambuhan Asma yang Diukur dengan Beberapa Alat Ukur	36
Tabel 4.7	Hasil Uji Normalitas Latihan Teknik Terapi Buteyko Pre Test dan Post Test	37
Tabel 4.8	Hasil Uji Statistik Paired Sample T-test Berdasarkan Kuesioner	37
Tabel 4.9	Hasil Uji Statistik Wilcoxon Signed-Rank Test Berdasarkan Laju Pernapasan	38
Tabel 4.10	Hasil Uji Statistik Wilcoxon Signed-Rank Test Berdasarkan Saturasi Oksigen	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Ilustrasi Control Pause, Breathe Very Little, dan Breathe Normal</i>	21
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi
- Lampiran 2 Jadwal Penelitian
- Lampiran 3 Surat Izin Survey Awal Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Survey Awal Penelitian
- Lampiran 5 Surat Keterangan Layak Etik
- Lampiran 6 Surat Pengantar Izin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 8 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 SOP Teknik Pernapasan Buteyko
- Lampiran 11 Lembar Pengumpulan Data
- Lampiran 12 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 13 Data Responden Penelitian
- Lampiran 14 Output SPSS Statistik
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 Hasil Turnitin