

ABSTRAK

Penyempitan saluran pernapasan pada penderita asma menyebabkan inspirasi dan ekspirasi tidak adekuat. kondisi ini menyebabkan pola napas menjadi tidak efektif. Salah satu terapi untuk memperbaiki pola pernapasan adalah teknik pernapasan buteyko. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik pernapasan buteyko terhadap pola pernapasan pasien asma.

Desain penelitian ini *Quasy-Experiment*. Populasinya seluruh pasien asma post rawat inap RSI. A. Yani Surabaya sebesar 50 orang. Besar sampel 46 responden dengan kelompok intervensi 23 responden dan kontrol 23 responden, diambil dengan teknik *simple random sampling*. Variabel bebas adalah teknik pernapasan buteyko sedangkan variabel terikat adalah pola pernapasan. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Analisa data menggunakan uji *Chi Square* dan *Mc Square* dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan teknik buteyko, seluruh (100%) responden kelompok intervensi dan hampir seluruh (91,3%) responden kelompok kontrol memiliki pola pernapasan tidak efektif. Setelah dilakukan teknik buteyko, hampir seluruh (82,6%) responden kelompok intervensi memiliki pola pernapasan efektif, sedangkan hampir seluruh (87,0%) kelompok kontrol masih memiliki pola pernapasan tidak efektif. Analisa uji *Chi Square* $P=0,000 < \alpha=0,05$, sehingga H_0 ditolak artinya ada pengaruh teknik pernapasan buteyko terhadap pola pernapasan.

Teknik pernapasan buteyko efektif memperbaiki pola pernapasan penderita asma. Perawat sebaiknya dapat melakukan teknik pernapasan buteyko secara mandiri sebagai bagian dari manajemen pola napas pada layanan komunitas maupun rawat inap.

Kata kunci: Pola Pernapasan, Teknik Pernapasan Buteyko, Asma.