

## ABSTRAK

Asma merupakan penyakit yang disebabkan terhalangnya saluran nafas karena inflamasi. Asma disebabkan faktor pencetus alergen non alergen yang dapat menimbulkan pola nafas tidak efektif secara mendadak disertai dengan sesak nafas. Penanganan asma dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis, penanganan non farmakologis salah satunya adalah terapi relaksasi Jacobson. Terapi relaksasi Jacobson berguna untuk mengurangi ketegangan otot dan kecemasan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan terapi relaksasi Jacobson terhadap pasien asma dengan masalah keperawatan pola nafas tidak efektif di IGD Rumah Sakit Islam Jemursari Surabaya.

Penelitian ini dilakukan pada dua klien dengan diagnosa asma. Klien dengan diagnosa asma diberikan terapi relaksasi Jacobson selama 30 menit. Sebelum dilakukannya penelitian, peneliti membuat perjanjian waktu kemudian menjelaskan tujuan dari pemberian terapi dan dilakukan pengisian lembar *informed consent*.

Dari 2 responden yang melakukan terapi relaksasi Jacobson didapatkan, hasil pengkajian dari pasien asma dengan keluhan yaitu sesak. Kemudian ditarik diagnosa keperawatan yaitu pola nafas tidak efektif. Dengan menentukan intervensi keperawatan pada pasien asma yaitu observasi hasil *respirasi rate* dan saturasi oksigen. Kemudian dilakukan implementasi pemberian Terapi Relaksasi Jacobson, yang sebelumnya sudah berkolaborasi dengan tim dokter pemberian oksigen. Dan dilakukan evaluasi dari implementasi yaitu klien juga mengatakan sesak sudah mulai berkurang. Dan saat observasi tambahan juga didapatkan bahwa klien sudah tidak menggunakan otot bantu pernapasan dan tidak adanya pernapasan cuping hidung.

Jadi kesimpulan dari penelitian ini adalah terapi relaksasi jacobson dapat mengurangi ketegangan otot-otot pernapasan sehingga dapat menurunkan *respirasi rate* dan saturasi oksigen dalam batas normal. Sehingga keluhan sesak napas yang dialami oleh klien yang asma dapat mulai membaik.

Kata Kunci : Asma, Pola Napas Tidak Efektif, Terapi Relaksasi Jacobson