

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian dan pembahasan mengenai intervensi pemberian teknik relaksasi Buteyko dapat disimpulkan bahwa :

1. Pengkajian

Tn. T berusia 35 tahun, datang ke Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Soeradji Tirtonegoro Klaten pada tanggal 17 April 2025 karena mengalami sesak napas. Saat ia sedang berbaring dadanya terasa berat, perutnya kembung, dan sulit bernapas. Pasien mengatakan memiliki riwayat penyakit asma. Tn. T juga mengaku cepat merasa lelah saat menjalani aktivitas sehari-hari.

Ny. L berusia 33 tahun, datang ke Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Soeradji Tirtonegoro Klaten pada tanggal 16 April 2025 dengan keluhan utama sesak napas. Ia baru saja pulang dari pasar bersama suaminya. Sesampainya di rumah, ia tiba-tiba merasakan sesak napas disertai rasa panas di ulu hati. Ny. L juga mengeluhkan sulit buang air besar (BAB), buang air kecil (BAK) hanya sedikit, dan menyebutkan bahwa ia memiliki riwayat penyakit asma.

2. Diagnosa Keperawatan

Penulis menegakkan diagnosa pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya nafas karena pada pasien pertama tampak berkeringat di seluruh tubuh dan terlihat berusaha mengatur napas untuk mengurangi rasa sesaknya. Pasien duduk di tempat tidur karena sesaknya tidak membaik saat berbaring. Kedua tangan dan kaki teraba dingin. Hasil pemeriksaan tanda vital menunjukkan tekanan darah 142/85 mmHg, nadi 119 kali per menit, respirasi 36 kali per menit, suhu tubuh 36,0°C, dan saturasi (SpO₂) sebesar 90%. Pemeriksaan fisik lebih lanjut menunjukkan bahwa pola pernapasan pasien cepat dan dangkal. Sedangkan pasien kedua terlihat gelisah dan cemas. Ia mengeluhkan sesak napas yang tidak membaik. Hasil pemeriksaan tanda vital menunjukkan tekanan darah 138/84 mmHg, denyut nadi 85 kali per menit, frekuensi

napas 32 kali per menit, suhu tubuh 36,3°C, dan saturasi oksigen (SpO₂) sebesar 92%. Pemeriksaan fisik lebih lanjut menunjukkan bahwa pasien bernapas dengan cepat.

3. Rencana Keperawatan

Intervensi yang dilakukan penulis pada pasien asma : pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas yang dilakukan pada Tn. T dan Ny. L dengan diagnosa pola napas tidak efektif berhubungan dengan hambatan upaya napas ditandai dengan dada terasa berat saat menarik napas, sesak napas saat berbaring, gelisah, sesak napas yang tidak kunjung membaik. Studi kasus ini yaitu dengan pemberian manajemen jalan napas meliputi observasi, teraupetik, edukasi, dan kolaborasi. Pada tahap observasi yang dilakukan yaitu monitor pola napas, dan monitor bunyi napas. Peneliti mengevaluasi pada tahap kolaborasi dengan dilakukan pemberian teknik relaksasi Buteyko.

4. Implementasi Keperawatan

Dalam studi kasus ini, pada tahap observasi terhadap pasien dengan diagnosis keperawatan pola napas tidak efektif, dilakukan tindakan berupa pemantauan pola pernapasan yang mencakup frekuensi, kedalaman, dan usaha napas, serta pengamatan terhadap bunyi napas tambahan. Posisi *semi fowler* dipertahankan pada pasien Ny. L, sementara pasien Tn. T diposisikan *fowler* dan menolak berbaring karena merasa sesak napas saat berbaring. Selain itu, intervensi juga mencakup kolaborasi dalam pemberian terapi pernapasan Buteyko.

1. Evaluasi Keperawatan

Hasil evaluasi terhadap implementasi teknik pernapasan Buteyko pada pasien dengan diagnosis keperawatan pola napas tidak efektif yang berhubungan dengan hambatan upaya napas menunjukkan respons yang positif. Evaluasi dilakukan pada Tn. T setelah sesi latihan selama 15 menit pada tanggal 17 April 2025, menunjukkan perbaikan kondisi pernapasan. Pasien menyatakan bahwa napas terasa lebih lega dan ringan dibandingkan sebelumnya, serta mengungkapkan bahwa sensasi berat di dada yang sempat dirasakan saat inspirasi sudah jauh berkurang. Data objektif menunjukkan frekuensi napas 20 kali/menit, nadi 119 kali/menit, dan SpO₂ sebesar 98%, dengan

kondisi umum (KU) pasien tergolong sedang. Sementara itu, pada pasien Ny. L, intervensi dilakukan pada 16 April 2025. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pasien menyampaikan keluhan sesak napasnya sudah berkurang, dengan frekuensi napas 20 kali/menit, nadi 86 kali/menit, dan SpO₂ mencapai 99%, serta kondisi umum juga dalam kategori sedang.

2. Hasil evaluasi kasus dan teori

Hasil evaluasi terhadap implementasi teknik pernapasan Buteyko pada pasien dengan diagnosis keperawatan pola napas tidak efektif yang berhubungan dengan hambatan upaya napas menunjukkan respons yang positif. Evaluasi dilakukan pada Tn. T setelah sesi latihan selama 15 menit pada tanggal 17 April 2025, menunjukkan perbaikan kondisi pernapasan. Pasien menyatakan bahwa napas terasa lebih lega dan ringan dibandingkan sebelumnya, serta mengungkapkan bahwa sensasi berat di dada yang sempat dirasakan saat inspirasi sudah jauh berkurang. Data objektif menunjukkan frekuensi napas 20 kali/menit, nadi 119 kali/menit, dan SpO₂ sebesar 98%, dengan kondisi umum (KU) pasien tergolong sedang. Sementara itu, pada pasien Ny. L, intervensi dilakukan pada 16 April 2025. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pasien menyampaikan keluhan sesak napasnya sudah berkurang, dengan frekuensi napas 20 kali/menit, nadi 86 kali/menit, dan SpO₂ mencapai 99%, serta kondisi umum juga dalam kategori sedang.

Hasil ini didukung oleh (Yosifine et al., 2022) Dalam studi kasus ini, kelompok kami mengambil dua pasien berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia antara 33 hingga 35 tahun. Keduanya memiliki riwayat asma dan mendapatkan terapi inhalasi berupa Ventolin 3 x 1 ampul dan Pulmicort 3 x 1 ampul. Keluhan utama yang disampaikan adalah sesak napas, batuk, dan pilek. Pada pemeriksaan awal, laju pernapasan pasien pertama tercatat 26 kali per menit, sedangkan pasien kedua 28 kali per menit. Berdasarkan keluhan dan data objektif tersebut, kelompok kami mengidentifikasi diagnosis keperawatan bersihan jalan napas tidak efektif, dengan salah satu intervensi utama berupa manajemen asma, khususnya melalui latihan pernapasan Buteyko. Intervensi berupa latihan pernapasan Buteyko diberikan selama tiga hari berturut-turut, satu kali per hari, dengan durasi 15 menit per sesi. Setelah intervensi dilakukan, diperoleh hasil bahwa laju pernapasan pasien menurun, dari 26

menjadi 22 kali per menit, dan terjadi peningkatan saturasi oksigen (SpO₂) dari 94% menjadi 98%. Hal ini menunjukkan adanya respons positif terhadap terapi non-farmakologis yang diberikan.

B. Saran

1. Pasien

Diharapkan adanya keterlibatan aktif serta kerja sama yang baik antara pasien, keluarga, dan perawat dalam proses keperawatan, sehingga dapat tercipta asuhan keperawatan yang berkesinambungan, efektif, dan tepat sasaran. Kolaborasi ini penting untuk mempercepat pemulihan pasien dan meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan secara keseluruhan.

2. Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan dan pendampingan kepada anggota keluarganya yang menderita asma, khususnya dalam menerapkan teknik pernapasan Buteyko. Keterlibatan keluarga ini sangat penting untuk meningkatkan efektivitas latihan pernapasan serta mempercepat proses pemulihan pasien.

3. Perawat

Perawat diharapkan mampu memberikan edukasi yang tepat mengenai teknik pernapasan Buteyko sebagai bagian dari tindakan keperawatan yang relevan dalam menangani pasien dengan asma. Edukasi ini bertujuan untuk membantu pasien memahami manfaat teknik tersebut serta meningkatkan partisipasi aktif dalam proses pengelolaan penyakitnya.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi pendidikan keperawatan dapat membekali mahasiswa dengan wawasan dan pengetahuan yang lebih mendalam terkait asuhan keperawatan pada pasien dengan pola napas tidak efektif akibat asma. Dengan pemahaman yang kuat, mahasiswa akan lebih siap dalam mengelola studi kasus dengan masalah keperawatan yang lebih kompleks di lingkungan klinis.

5. Penelitian Selanjutnya

Bagi mahasiswa yang akan melaksanakan studi kasus selanjutnya, disarankan untuk lebih memperhatikan penerapan manajemen keperawatan komplementer dalam perawatan pasien. Pendekatan ini dapat menjadi alternatif intervensi yang mendukung

efektivitas asuhan keperawatan, khususnya dalam meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien