

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
DENGAN GANGGUAN PERNAPASAN PADA
ANAK PENDERITA ASMA DI RSUD
SITI FATIMAH AZ-ZAHRA
TAHUN 2026**



MAYA MUTIARA
PO.71.20.12.3.139

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI TERAPI RELAKSASI NAPAS DALAM
DENGAN GANGGUAN PERNAPASAN PADA
ANAK PENDERITA ASMA DI RSUD
SITI FATIMAH AZ-ZAHRA
TAHUN 2026**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan**



**MAYA MUTIARA
PO.71.20.12.3.139**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALEMBANG
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
TAHUN 2026**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Asma merupakan salah satu penyakit paru kronis dengan ciri khas yakni obstruksi jalan nafas yang reversibel diakibatkan oleh adanya spasme jalan nafas dan sekresi mukus yang menumpuk akibat dari reaksi alergi atau hipersensitivitas sehingga mengakibatkan penderita asma mengalami kesulitan bernapas (Windari, 2023). Diperkirakan dalam kurun waktu 10 tahun mendatang akan semakin meningkat yaitu sebesar 20%, bila tidak terkontrol dengan baik. Asma yang dapat dikontrol yaitu keadaan asma yang tanpa gejala. Relaksasi pernafasan mempunyai banyak teknik diantaranya dengan menggunakan teknik nafas dalam.

Menurut Badan Penelitian Kesehatan Dunia (WHO, 2022) asma diperkirakan menyerang 262 juta orang pada tahun 2019 dan menyebabkan 455.000 kematian di seluruh dunia, angka kematian akibat asma di negara berkembang dan maju lebih dari 80%. Asma adalah penyakit yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat hampir di seluruh dunia. Diperkirakan akan meningkat 20 % untuk 10 tahun mendatang, jika tidak terkontrol dengan baik. Hal ini disebabkan karena kondisi lingkungan rumah dan perilaku keluarga. Komponen kondisi lingkungan seperti debu, bahan perabotan rumah tangga yang digunakan (karpet, kasur, bantal), memelihara binatang yang berbulu (seperti anjing, kucing, burung), dan adanya keluarga yang merokok dalam rumah.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan (2022), sebanyak 12,5 juta orang di Indonesia menderita asma, semua kelompok umur dapat terserang asma. Namun, anak-anak paling mungkin terkena asma 30% penderitanya berusia di bawah 1 tahun, dan 80–90% berusia antara 4-5 tahun. Anak-anak lebih rentan terkena penyakit asma karena sistem kekebalan tubuhnya tidak sekuat orang dewasa. Penyebaran penyakit asma pada anak usia 1-4 tahun sebesar 1,6%, dan pada anak usia 5-14 tahun sebesar 1,9%. Anak usia 1-4 tahun yang mengalami kekambuhan asma pada tahun sebelumnya sebesar 68,2%, sedangkan pada anak usia 5-14 tahun sebesar 53,9%. Meskipun asma sulit diobati secara medis, penyakit ini dapat ditangani dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.

Menurut Pusat Informasi dan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2019 menunjukkan pada tahun 2018 prevalensi penyakit asma lebih tinggi dari angka nasional di sembilan belas provinsi dengan provinsi tertinggi di DI Yogyakarta. Namun, berdasarkan data kasus penyakit asma di Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2019 berjumlah 13.555 dan tahun 2021 berjumlah 18.716 kasus. Kota Palembang kasus asma sebanyak 496 (Harokan & Wahyudi, 2023)

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, prevalensi asma pada anak tertinggi adalah kategori usia 5-14 tahun yaitu sekitar 1,9% pada tahun 2018. Berdasarkan data demografis, asma lebih banyak diderita oleh anak-anak dengan usia 3-14 tahun dengan prevalensi asma pada tahun 2011 sebesar 3,81% dan pada tahun 2013 mengalami peningkatan menjadi 5,8% (Putri, Rahmawati, & Mardihusodo, 2022)

Asma banyak menyerang anak-anak karena pada usia anak-anak dipengaruhi oleh sistem kekebalan tubuh yang belum terbentuk dengan baik serta asupan gizi yang masuk digunakan tubuh. Jika asma tidak ditangani dengan baik. Asma dapat menurunkan kualitas hidup anak, membatasi aktivitas sehari-hari, mengganggu tidur, meningkatkan angka absensi sekolah, dan menyebabkan prestasi di sekolah menurun (UKK Respirologi PP IDAI, 2016). Pada kasus penyakit asma masalah yang sering muncul seperti gangguan pada status oksigenasi. Karakteristik gangguan oksigenasi pada asma yaitu sesak nafas, tekanan inspirasi dan ekspirasi mengalami penurunan, penurunan pertukaran udara per menit, adanya tambahan penggunaan otot pernapasan. Bervariasinya karakteristik tersebut mengakibatkan banyak anak mendapatkan penanganan yang tidak rasional, tidak mendapat pencegahan dengan baik sehingga penyakit dapat berlanjut ke keadaan yang lebih gawat (Rahajoe et al., 2016).

Terapi nafas dalam, yang sering disebut sebagai teknik pernapasan dalam atau latihan pernapasan seperti teknik Buteyko, merupakan pendekatan non-farmakologis yang semakin populer dalam manajemen asma. Teknik ini melibatkan latihan untuk mengatur pola nafas, meningkatkan kapasitas paru-paru, dan mengurangi hiperventilasi yang sering menjadi pemicu serangan asma. Pada anak-anak, implementasi terapi ini dapat dilakukan melalui pendekatan yang menyenangkan dan interaktif, seperti permainan pernapasan atau sesi terapi yang

dipandu oleh orang tua dan tenaga kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa terapi nafas dalam dapat menurunkan frekuensi serangan asma, meningkatkan kualitas hidup, dan mengurangi ketergantungan pada obat-obatan seperti inhaler (Cowie, 2017).

Perawat mempunyai peran utama yaitu sebagai yang dimana perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan. Dalam pemberian asuhan keperawatan atau rencana tindakan pada anak tentunya memiliki landasan fokus diantaranya pada keluarga, memberikan asuhan autramatic care dan melakukan praktik berbasis bukti (Nabila, 2022)

Berdasarkan dari latar belakang yang sudah dijelaskan diatas, peneliti tertarik melakukan studi kasus tentang “Implementasi Terapi Relaksasi Nafas Dalam Dengan Masalah Gangguan Pernapasan Pada Anak Asma Di Rumah Sakit Siti Fatimah Az-Zahra Tahun 2026”

B. Rumusan Masalah

Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Gangguan Pernapasan Pada Anak Penderita Asma?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Gangguan Pernapasan Pada Anak Penderita Asma

2. Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Gangguan Pernapasan Pada Anak Asma
2. Menganalisis Hasil Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Gangguan Pernapasan Pada Anak Asma

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Pasien/Keluarga

Penelitian diharapkan dapat membantu pasien/keluarga mengenai Implementasi Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Gangguan Pernapasan Pada Anak Asma

2. Bagian Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk memberikan Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Gangguan Pernapasan Pada Anak Asma

3. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam mengimplementasikan Terapi Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Gangguan Pernapasan Pada Anak Asma

DAFTAR PUSTAKA

- Afgani, A. Q., & Hendriani, R. (2020). Review Artikel: Diagnosis dan Manajemen Terapi Asma. *Farma*, 26-36.
- Ambarita, R. E., Syabini, N., Mufidah, S., Heri, R., Jihan, S., & Giacinta, C. (2025). TINJAUAN PUSTAKA: IMPLEMENTASI KEPERAWATAN UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP ANAK PENDERITA ASMA. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*.
- Asih, S. A., Hidayat, S., & Triana, N. Y. (2022). Terapi Blowing Ballon Untuk Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Asma Bronkhiale Di Ruang Parikesit Rst Wijaya Kusuma Purwokerto. *JPM Jurnal Pengabdian Mandiri*, 62-636.
- Brunner, & Suddarth. (2018). *Buku ajar keperawatan medikal bedah*. Jakarta: EGC.
- Diaconu, I. D., Gheorman , V., Grigorie, G. A., Gheonea, C., Tenea-Cojan, T.-S., Mahler, B., . . . Varut, R. (2024). A Comprehensive Look at The Development of Asthma in Chidren. *mdpi*.
- GINA. (2022). *Global Strategi for Asthma Management adn Prevention*.
- Hadinata, & Abdillah. (2022). *Metodologi Keperawatan*. Bandung: Widina Bhakti Persada.
- Harokan, A., & Wahyudi, A. (2023). Analisis pengaruh aktivitas fisik dan faktor yang berhubungan dengan kejadian asma. *Jurnal Aisyiyah Medika*, 321-329.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2022). Pedoman Nasional Asma Anak. UKK Respirologi IDAI.
- Julimar, J., Nurjannah, S., & Rahmadini, R. (2023). Penerapan Terapi Blowing Ballon Untuk Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Anak Usia (3-5) Dengan Asma Bronkial Di Instalasi Rawat Inap Anak (IRNA C) RSUD DR.Suhatman,MARS. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 13722-13727.

- Kemenkes RI. (2022). *Pedoman nasional penatalaksanaan asma*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Latiza, S., & Hartono. (2023). Gambaran manifestasi klinis asma pada anak. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 112-118.
- Melaram, R. (2024). Early life exposures of childhood asthma and allergies-an epidemiologic perspective. *Froountiers in Allergic*.
- Misra, A., Pawar, R., & Pal, A. (2023). Effect of Ballon Exercise on Oxygen Saturation in Asthma Patients. *Cureus Journal of Medical Science*.
- Ningsih, A. D. (2023). Literature Review: Benefit of Ballon Blowing Breathing Exercises on Lung function in Asma Patients. *Journal of Scientific Research, Education, and Technology*, 725-734.
- Putri, A. A., Rahmawati, I., & Mardihusodo, H. R. (2022). Prevalensi dan Faktor-Faktor Risiko Penyebab Asma Pada Anak di Puskesmas Sumbang 1Periode Januari 2018-Desember 2020. *Mandala of Health, Vol 15(1)*, 90-101.
- Santoso, E. B., Suwaryo, W. P., Iswati, N., Waladani, B., Mastuti, S., & Susilowati, Y. (2024). Pola Pernapasan Dan Faktor Lingkungan Dalam Pengendalian Gejala Asma Bronkial Pada Anak-Anak. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Syafri, S. M., Sartika, S. D., & Wahyuddin, B. (2025). Gambaran Asma Bronkhial Pada Anak Di Beberapa Wilayah Indonesia. *Bosowa Medical Journal*.
- WHO. (2022). Asthma (Fact Sheet). *World Health Organization*.
- Widianti, S., & Elly. (2026). Pengaruh Breathing Relaaion Dengan Teknik Ballon Blowing Terhadap Saturasi Oksigen Pada Anak Dengan Asma. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*.
- Widianti, S., & Elly. (2026). PENGARUH BREATHING RELAXATION DENGAN TEKNIK BALLON BLOWING TERHADAP SATURASI OKSIGEN PADA ANAK DENGAN ASMA. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 154-162.

Windari, N. I. (2023). PENGGUNAAAAN TERAPI INHALASI DAN KONTROL ASMA PADA PASIEN ANAK: NARRATIVE REVIEW. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Farmasi Klinik*, 128-135.