

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan suatu kelompok masyarakat yang memiliki kerentanan terhadap kesehatan fisik serta mental dan penurunan kemampuan berbagai organ, fungsi sistem tubuh yang bersifat alamiah maupun fisiologis (Akbar, 2021). Pada lansia fungsi paru mengalami kemunduran dengan datangnya usia yang disebabkan elastisitas paru dan dinding dada semakin berkurang. Dalam usia yang lebih lanjut, kekuatan kontraksi otot pernapasan dapat berkurang sehingga sulit bernapas (Muhammad Amin, 2023), semakin bertambahnya umur maka kapasitas paru lansia akan mengalami penurunan yang dikaitkan dengan penurunan structural dan fungsi dalam system pernapasan, salah satunya adalah kemampuan fungsi paru yang berubah (Mauliku, 2019).

Meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya angka kematian seiring dengan kemajuan dibidang kesehatan mengakibatkan terjadinya jumlah geriatric, berdasarkan data Badan Pusat Statistika (2020) persentase jumlah geriatri di Indonesia mengalami dua kali lipat menjadi 9,6% (25 juta-an) pada tahun 2019. Provinsi dengan persentase geriatri terbesar adalah Daerah Istimewa Yogyakarta (14,5%), Jawa Tengah (13,36%) dan Jawa Timur (12,96%) (Aji & Susanti, 2022). Berdasarkan data WHO 2019, sebanyak 4,8% (2,75 juta orang) mengalami kematian karena penyakit ini. Di Indonesia angka penurunan fungsi paru pada lansia menjangkau 9,2 juta orang atau kisaran 3,7% dan prevalensi penyakit Asma di Jawa Timur sebanyak 3,6% (Khasanah, 2023) Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha

Kabupaten Jember didapatkan 27 lansia memiliki riwayat penyakit Asma.

Terdapat beberapa pencetus serangan Asma seperti Batuk dengan atau tanpa produksi mucus dan bertambah berat saat malam hari atau dini hari, Kesulitan bernapas yang bertambah berat ketika beraktivitas atau olahraga, Retraksi intercostal, Wheezing, Dada terasa sesak dan napas cuping hidung, Takikardi hingga kegelisahan serangan Asma dapat memberikan dampak yang luas terhadap aktivitas, produktivitas dan berbagai kondisi social masyarakat khususnya pada penderita Asma, yang tentunya dapat meningkatkan beban pembiayaan kesehatan dan beban ekonomi masyarakat. Asma dapat dikendalikan dengan menghindari factor pencetus dan pemberian terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi seperti bronkodilator, kortikosteroid dan anti-lekotrien. Terapi non farmakologi dapat berupa edukasi, pola hidup sehat dan teknik pernafasan. Salah satu teknik yang dapat digunakan merupakan teknik pernapasan. Teknik pernapasan merupakan sarana memperoleh kesehatan yang bisa mengefektifkan semua organ tubuh dengan keunggulan teknik pernapasan dapat melenturkan dan memperkuat otot pernafasan dan meningkatkan efisiensi fase ekspirasi. Dalam teknik ini diajarkan teknik mengatur napas bila Asma kambuh. Salah satu teknik yang dikembangkan melalui metode untuk memperbaiki cara bernapas ketika Asma kambuh adalah teknik olah napas dapat berupa Senam Asma, *Buteyko* dan Slow Deep Breath (Ramadhona, 2023).

Teknik pernapasan *Buteyko* adalah terapi non farmakologi yang berdampak pada peningkatan fungsi paru yang merupakan gabungan dari pernapasan melalui hidung (*Nasal Breathing*), dengan menahan napas

(*Control Pause*) kemudian relaksasi yang dikenal dengan jeda kontrol dan jeda yang diperpanjang (Yosifine, 2022). dapat membantu mengatasi otot-otot pernafasan agar tidak kelelahan. Tujuan dari metode *Buteyko* yang sederhana dan mudah dipraktikkan ini adalah untuk mengurangi kekambuhan Asma, dikarenakan teknik tersebut bertujuan untuk mengontrol pola pernafasan dengan cara menarik napas dan mengeluarkan karbondioksida secara perlahan melalui hidung.(Mahfud Hidayat, 2020) Teknik pernafasan *Buteyko* dilakukan dengan posisi duduk, kemudian pasien diminta untuk mengambil napas dangkal melalui hidung dan tahan selama mungkin sesuai dengan kemampuan sampai terasa ada dorongan untuk menghembuskan napas. Pada saat menghembuskan napas, dilakukan secara perlahan dalam hitungan 1 – 5, kemudian pasien diminta untuk menahan napas kembali sesuai dengan kemampuan hingga terasa ada dorongan untuk menarik napas. Setelah itu, pasien diminta untuk mengambil napas secara normal melalui hidung, dan kemudian mengulangi kembali seluruh proses yang sudah dilakukan selama ± 15 menit penelitian ini juga berbeda dengan penelitian lainnya, pada penelitian ini dilakukan untuk melihat kemampuan fungsi paru sebelum dan sesudah diberikan intervensi sedangkan pada penelitian sebelumnya dilakukan untuk melihat perubahan pola napas tidak efektif pada pasien Asma bronkial sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Berdasarkan pemaparan tersebut perlu dilakukan penelitian tentang judul Pengaruh Teknik Pernafasan *Buteyko* Terhadap Kemampuan Fungsi Paru Pada Lansia Dengan Riwayat Asma Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Adanya perubahan fisiologis karena faktor umur dapat menyebabkan penyakit yang dapat membahayakan lansia, seperti penurunan kapasitas fungsi paru, teknik pernafasan *Buteyko* dapat mengurangi kekambuhan Asma, dikarenakan teknik tersebut bertujuan untuk mengontrol pola pernapasan dengan cara menarik napas dan mengeluarkan karbondioksida secara perlahan melalui hidung. Berdasarkan pernyataan tersebut diduga adanya Pengaruh Teknik Pernapasan *Buteyko* Terhadap Kemampuan Fungsi Paru Pada Lansia Dengan Riwayat Asma Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana kemampuan fungsi paru pada lansia Riwayat Asma sebelum dilakukan teknik pernapasan *Buteyko* di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.?
- b. Bagaimna kemampuan fungsi paru pada lansia Riwayat Asma setelah dilakukan teknik pernapasan *Buteyko* di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.?
- c. Apakah ada Pengaruh Teknik Pernapasan *Buteyko* Terhadap Kemampuan Fungsi Paru Pada Lansia Dengan Riwayat Asma Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Teknik Pernapasan *Buteyko* Terhadap Kemampuan Fungsi Paru Pada Lansia Dengan Riwayat Asma Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kemampuan fungsi paru sebelum dilakukan teknik pernapasan *Buteyko* pada lansia dengan Riwayat Asma di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
- b. Mengidentifikasi kemampuan fungsi paru setelah dilakukan teknik pernapasan *Buteyko* pada lansia dengan Riwayat Asma di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
- c. Menganalisis Pengaruh Teknik Pernapasan *Buteyko* Terhadap Kemampuan Fungsi Paru Pada Lansia Dengan Riwayat Asma Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung, antara lain

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang pengaruh teknik pernapasan *Buteyko* terhadap kemampuan fungsi paru pada lansia dengan penderita Asma, yang juga berguna untuk perkembangan

penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan bagi tenaga kesehatan terkait untuk mencegah terjadinya kemampuan fungsi paru dengan cara melakukan teknik pernapasan *Buteyko* pada pada lansia dengan penderita Asma

b. Masyarakat Khususnya Lansia

Penelitian ini memberikan informasi bagi lansia yang menderita penyakit paru untuk mengetahui bahwa teknik pernapasan *Buteyko* mempunyai pengaruh terhadap kemampuan fungsi paru pada lansia dengan Riwayat Asma

c. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber atau acuan bagi peneliti selanjutnya yang membahas mengenai pengaruh teknik pernapasan *Buteyko* terhadap kemampuan fungsi paru pada lansia dengan Riwayat Asma