

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Terapi relaksasi napas dalam adalah pernapasan pada abdomen dengan frekuensi lambat serta perlahan, berirama, dan nyaman dengan cara memejamkan mata saat menarik nafas (Hartanti, 2016). Tujuan dari relaksasi napas dalam adalah dapat membuat aktivitas otot pernapasan menjadi menurun dan dapat meningkatkan perfusi darah, dapat meningkatkan konsentrasi O₂ di dalam paru-paru, serta dapat meningkatkan saturasi oksigen pada pasien dengan pola napas tidak efektif (Yulia, A., Dahrizal, D., & Lestari, W., 2019). Relaksasi napas dalam juga mampu meningkatkan efisiensi batuk untuk meningkatkan alveolus, mencegah atelektasis, mempertahankan pertukaran gas, dan mengendurkan otot yang tegang dan meningkatkan pernafasan (Fithriana, D., Atmaja, H. K., & Marvia, 2017).

Dalam proses fisiologi, Teknik relaksasi napas dalam dapat meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas O₂ dan CO₂, memperbaiki ventilasi paru yaitu meningkatkan saturasi oksigen. Ketika dilakukan penelitian klien diminta untuk menarik napas secara dalam, hal ini dapat merangsang otot-otot inspirasi diafragma dan otot antar iga untuk berkontraksi dan adanya pengembangan rongga toraks. Ketika rongga toraks mengembang, organ paru akan dirangsang untuk mengembang dan mengisi rongga toraks yang membesar. Saat organ paru mengembang, tekanan intraalveolus akan menurun. Kondisi inspirasi yang lebih dalam yang pada hal ini adalah relaksasi napas dalam akan merangsang pengembangan yang lebih maksimal sehingga udara yang masuk akan menjadi lebih optimal yang dapat membuat pola napas menjadi membaik (Dimas Eko Saputro, 2023).

Relaksasi napas dalam juga dapat melatih otot-otot diafragma yang digunakan untuk mengkompensasi kekurangan oksigen dan meningkatkan efisiensi pernafasan sehingga dapat mengurangi sesak napas pada pasien dengan masalah pola napas tidak efektif. Latihan napas yang dilakukan berulang kali

secara teratur dapat melatih otot-otot pernafasan, mengurangi beratnya gangguan pernapasan, menurunkan gejala dyspnea, sehingga terjadi peningkatan perfusi dan perbaikan alveoli yang dapat meningkatkan kadar oksigen dalam paru sehingga terjadi peningkatan saturasi oksigen, (Yunica Astriani, N. M. D., Pratama, A. A., & Sandy, P. W. S. J., 2021). Teknik relaksasi napas dalam dan terapi *guided imagery* dapat mengurangi sesak napas pada pasien asma (Husain, F., Purnamasari, A. O., Istiqomah, A. R., & Putri, 2020).

Terapi relaksasi napas dalam, efektif untuk mengurangi hiperventilasi dan menstimulasi sistem saraf simpatik meningkatkan endorphen, menurunkan *heart rate*, meningkatkan ekspansi paru sehingga berkembang maksimal dan otot-otot menjadi rileks, terapi relaksasi napas dalam juga merupakan eksperimen non farmakologis berupa teknik pernapasan yang dapat dilakukan secara mandiri untuk memperbaiki ventilasi paru dan meningkatkan perfusi oksigen ke jaringan perifer, (Nurjanah & Yuniartika, 2020).

Dari penelusuran literatur, penyakit yang dapat menyebabkan hiperventilasi salah satunya adalah asma. Pada penyakit asma terdapat 40% pasien mengalami hiperventilasi, dimana 17% mengalami hiperventilasi akut dan 23% mengalami hiperventilasi kronis (Deenstra et al., 2022). Asma adalah keadaan dimana saluran napas mengalami penyempitan karena hiperaktivitas terhadap rangsangan tertentu, yang mana penyempitan ini bersifat berulang namun reversible. Penyempitan inilah yang menyebabkan saluran napas mengalami hiperventilasi yang menyebabkan masalah ketidakefektifan pola napas (Nurarif, A. H., & Kusuma, 2015).

RSU Handayani adalah rumah sakit yang terletak di Kabupaten Lampung Utara yang selama ini banyak merawat pasien Asma bronkial. Berdasarkan data catatan register RSU Handayani Kotabumi Lampung Utara tahun 2023, dari 4.556 terdapat 518 (11,37%) pasien yang mengalami asma. Berdasarkan data Prevalensi asma, menurut world Health Organization (WHO) tahun 2019, terdapat sekitar 235 juta penderita asma atau 1%- 18% populasi dunia

(Kemenkes RI, 2020). Dampak dari penyakit asma sendiri antara lain dapat menyebabkan hipoksia atau kekurangan oksigen, berhentinya napas, hingga kematian. Bantuan yang dapat diberikan perawat untuk menyelamatkan pasien berupa memberikan intervensi keperawatan salah satunya dengan teknik non farmakologis latihan pernapasan agar dapat mengurangi keparahan gejala asma yang di alami ketika terjadi serangan.

Berdasarkan uraian di atas, dan dampak dari asma dapat mengganggu aktivitas bahkan kematian maka penulis tertarik untuk mengangkat tindakan relaksasi napas dalam menjadi laporan tugas akhir dengan judul “Penerapan Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Asma Bronkial Dengan Masalah Keperawatan Pola Napas Tidak Efektif Di Ruang Fresia Lantai 3 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada LTA ini “Bagaimanakah Penerapan Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Asma Bronkial Dengan Masalah Keperawatan Pola Napas Tidak Efektif Di Ruang Fresia Lantai 3 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara?”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran dalam melakukan penerapan terapi relaksasi napas dalam pada pasien asma yang mengalami masalah pola napas tidak efektif di Ruang Fresia Lantai 3 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan gambaran pelaksanaan relaksasi napas dalam pada pasien dengan pola napas tidak efektif.
- b. Memberikan gambaran tentang penerapan relaksasi napas dalam pada pasien asma yang mengalami masalah pola napas tidak efektif.

- c. Melakukan evaluasi pola napas pasien setelah dilakukan tindakan relaksasi napas dalam kepada pasien asma bronkial.
- d. Menganalisis penerapan terapi relaksasi napas dalam terhadap pola napas pola napas tidak efektif pada pasien asma bronkial.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

Manfaat hasil studi kasus secara teoritis Diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk memperbaiki dan mengembangkan kualitas pendidikan ataupun kualitas asuhan keperawatan, khususnya yang berkaitan dengan penerapan teknik relaksasi napas dalam pada pasien asma yang mengalami masalah keperawatan pola napas tidak efektif. Sebagai kajian pustaka bagi mereka yang akan melaksanakan studi kasus dalam bidang yang sama.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti/Mahasiswa

Hasil dari studi kasus ini diharapkan penulis dapat mengaplikasikan pengetahuan yang didapat dari pengalaman nyata dalam penerapan teknik relaksasi napas dalam pada pasien asma bronkial yang mengalami masalah keperawatan pola napas tidak efektif serta dapat meningkatkan wawasan dan keterampilan khususnya bagaimana merawat pasien dengan asma yang mengalami masalah keperawatan pola napas tidak efektif.

b. Manfaat Bagi Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi Lampung Utara

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat khususnya menambah referensi perpustakaan Rumah Sakit Handayani sebagai acuan studi kasus yang akan datang.

c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Studi kasus ini bermanfaat untuk pasien asma yang mengalami masalah keperawatan pola napas tidak efektif sehingga mempercepat proses penyembuhan penyakitnya.