

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul :

“Efektifitas Tehnik Pernapasan *Buteyko* Terhadap Terkontrolnya Gejala Sesak Di RSUD Prof  
Dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo”

Oleh

**NUURHIKMAH SEDI LAMUKA**

841413094

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Hari : Jum'at

Tanggal : 28 Juli 2017

Penguji :

1. dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes  
NIP. 19740106 200604 2 001

2. Ns. Andi Mursyidah, S.Kep., M.Kes  
NIDK. 8870430017

3. dr. Vivien Novarina A. Kasim, M.Kes  
NIP. 19830519 200812 2 002

4. Ns. H. Ahmad Aswad S. Kep., M.PH  
NIP. 19671231 198711 1 002

Gorontalo, ..... 2017

Mengetahui

**Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan**



Dr. Hj. Lintje Boekoesoe, M.Kes  
NIP. 19590110 198603 2 003

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**EFEKTIFITAS TEHNIK PERNAPASAN *BUTEYKO* TERHADAP  
TERKONTROLNYA GEJALA SESAK RSUD PROF. DR. H. ALOE SABOE  
KOTA GORONTALO**

**SKRIPSI**

**OLEH  
NURHIKMAH SEDI LAMUKA  
NIM. 841 413 094**

*Telah diperiksa dan disetujui*

**Pembimbing I**



**dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes  
NIP. 19740106 200604 2 001**


**Pembimbing II**



**Ns. Andi Mursyidah, S.Kep., M.Kes  
NIDK. 8870430017**

**Mengetahui**

**Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan**



**dr. Nanang R. Paramata, M.Kes  
NIP. 19771028 200812 2 003**

## ABSTRAK

**Nurhikmah Sedi Lamuka.** 2017. Efektifitas Teknik Pernapasan Buteyko Terhadap Terkontrolnya Gejala Sesak Di Rsud Prof. Dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo. Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Olah Raga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes dan pembimbing II Ns. Andi Mursyidah S.Kep.,M.Kes

Pada gejala sesak yang sering terjadi adalah pernapasan cuping hidung, takipnea dan hiperventilasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas teknik pernapasan *Buteyko* terhadap terkontrolnya gejala sesak di RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo.

Desain penelitian menggunakan *pre experimental design* dengan rancangan *one-group test design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* dengan populasi semua pasien gejala sesak. Sampel berjumlah 16 responden. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Analisa data menggunakan uji t-berpasangan.

yang didapatkan sebelum dilakukan teknik pernafasan *Buteyko* pada gejala sesak seluruhnya mengalami gejala sesak tidak terkontrol yaitu (100%). Setelah dilakukan teknik pernafasan *Buteyko*, didapatkan gejala sesak tidak terkontrol (6,3%), gejala sesak terkontrol baik sebanyak (81,3%) dan gejala sesak terkontrol total sebanyak (6,3%) dengan hasil didapatkan nilai T-hitung > T-tabel ( $9,582 > 2,131$ ) dan nilai p-value <  $\alpha$  ( $0,000 < 0,05$ ).

Didapatkan kesimpulan bahwa teknik pernapasan *buteyko* efektif terhadap terkontrolnya gejala sesak di RSUD Prof. Dr. H. Aloe Saboe Kota Gorontalo. Disarankan institusi rumah sakit agar menerapkan standar operasional prosedur teknik pernapasan *buteyko* untuk mengatasi sesak

**Kata Kunci : Dispnea , Gejala Sesak, Teknik Pernafasan Buteyko.**

**Daftar Pustaka : 43, 2002-2016.**

#### ABSTRACT

Nurhikmah Sedi Lamuka. 2017. Effectiveness of Buteyko Breathing Technique towards Controlled Asphyxia Symptom in RSUD (Regional Hospital) of Prof. Dr. H. Aloi Saboe City of Gorontalo. Skripsi, Study Program of Nursing, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. Principal supervisor is dr. Zuhriana K. Yusuf, M.Kes and Co-supervisor is Ns. Andi Mursyidah S.Kep.,M.Kes.

Nostril, tachypnea and hiperventilation often occur in asphyxia symptom. This research aims to investigate Buteyko breathing technique effectiveness towards controlled asphyxia symptom in RSUD of Prof. Dr. H. Aloi Saboe City of Gorontalo.

This research uses pre experimental design with one-group test design. Research population is all patients of asphyxia symptom while its samples are 16 respondents determined by accidental sampling. Research instrument uses observation sheet. Data analysis uses t-paired test.

Research finding shows that before Buteyko breathing technique is applied, all patients of asphyxia symptom suffer uncontrolled asphyxia symptom or 100%. Meanwhile, it changes to be uncontrolled asphyxia symptom for 6,3%, good-controlled asphyxia symptom for 81,3% and total-controlled asphyxia symptom for 6,3% after the application of Buteyko breathing technique. These findings obtain T-count > T-table (9,582 > 2.131) and p-value <  $\alpha$  (0,000 < 0,005).

It can be concluded that Buteyko breathing technique is effective towards controlled asphyxia symptom in RSUD of Prof. Dr. H. Aloi Saboe City of Gorontalo. The hospital is suggested to apply standard operational procedure of Buteyko breathing technique to overcome asphyxia.

**Keywords:** Dispnea, Asphyxia Symptom, Buteyko Breathing Technique  
**Bibliographies:** 43 (2002-2016)

