**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM**

**TERHADAP DERAJAT SESAK NAPAS PADA**

**PASIEN ASMA BRONKIAL DI RS.**

**Dr. BRATANATA JAMBI**

**TAHUN 2021**

Serlyna**\***, Suryadi Imran\*\*, Apni Riama simorangkir\*\*\*

Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Garuda Putih Jambi

Email: [serlynafbyni@gmail.com](mailto:serlynafbyni@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Menurut *World Health Organization* (WHO) diperkirakan 100-150 juta penduduk dunia menderita asma. Jumlah ini diperkirakan akan bertambah sehingga mencapai 180.000 orang setiap tahun. Asma adalah suatu kelainan berupa inflamasi (peradangan) pada saluran napas yang menyebabkan hiperaktivitas bronkus terhadap berbagai rangsangan yang ditandai dengan gejala berupa mengi,batuk,sesak napas dan rasa berat didada terutama pada malam dan atau dini hari yang umumnya bersifat reversible baik dengan atau tanpa pengobatan. Ada beberapa terapi yang dapat diberikan pada penderita asma baik terapi farmakologis ataupun terapi non farmakologis salah satu nya adalah terapi teknik relaksasi napas dalam. Namun, Masih banyak pasien yang belum mengetahui hal tersebut. Untuk itu perlu dilakukan penerapan teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi derajat sesak napas pada pasien asma bronkial tersebut.

**Tujuan :** Diketahui gambaran Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Derajat Sesak NapasPada Pasien Asma Bronkial di RS.Dr.Bratanata Jambi Tahun 2021

**Metode :**Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Subjek pada studi kasus ini yaitu 1 orang dewasa yang sedang mengalami serangan Asma Bronkial . Pengkajian menggunakan skala*MMRC*  yang dilakukan saat sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi napas dalam.

**Hasil** **:** Hasil yang diperoleh dengan menggunakan observasi menunjukkan bahwa ada perubahan pada pasien sebelum dan setelah dilakukan penerapan relaksasi napas dalam ditandai dengan adanya penurunan derajat sesak napas pada pasien asma bronkial.

**Kesimpulan :**Setelah dilakukan penelitian tentang Penerapan teknik relaksasi napas dalam terhadap derajat sesak napas pada pasien Asma Bronkial dapat mengurangi derajat sesak napas pada pasien dengan asma ringan dengan riwayat Asma Bronkial akut .

**Saran :** Diharapkan penerapan teknik relaksasi napas dalam dapat digunakan sebagai salah satu sintervensi keperawatan mandiri untuk mengurangi derjat sesak napas pasien Asma Bronkial Ringan.

**Kata kunci :** Pemberian Teknik Relakasasi Napas Dalam, Asma Bronkial, Sesak Napas