

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN BUKAN PLAGIAT .....	ii
ABSTRAK .....	iii
ABSTRACT .....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	v
PENGESAHAN SKRIPSI.....	vi
RIWAYAT HIDUP PENULIS .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR SKEMA .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	8
E. Kebaruan ( <i>Novelty</i> ) .....	8
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Latihan Pernapasan Buteyko	
1. Definisi Latihan Pernapasan Buteyko .....	13
2. Teori Dasar Teknik Pernapasan Buteyko.....	13
3. Tujuan Latihan Pernapasan Buteyko .....	15
4. Manfaat Latihan Pernapasan Buteyko .....	15
5. Pelaksanaan Latihan Pernapasan Buteyko .....	16
B. Arus Puncak Ekspirasi (APE) Pada Pasien Asma	
1. Definisi .....	24
2. Indikasi Pengukuran APE .....	24
3. Faktor-Faktor Yang Menentukan APE .....	25

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi APE .....	25
5. Macam-Macam Cara Pengukuran APE .....	27
6. <i>Peak Flow Meter</i> .....	29
7. Interpretasi Pengukuran APE .....	31
C. Kerangka Teori .....	32

### **BAB III. KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL,**

#### **KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN**

A. Kerangka Konsep .....	33
B. Definisi Operasional .....	34
C. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....	40
D. Hipotesis .....	44

### **BAB IV. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Desain Penelitian .....	45
B. Populasi dan Sampel .....	46
C. Tempat Penelitian .....	48
D. Waktu Penelitian .....	49
E. Sumber Data Penelitian .....	49
F. Teknik Pengumpulan Data .....	49
G. Instrumen Penelitian .....	50
H. Prosedur Pengumpulan Data .....	50
I. Pengolahan Data .....	52
J. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas .....	53
K. Uji Normalitas .....	54
L. Teknik Analisis Data .....	55
M. Etika Penelitian .....	57

### **BAB V. HASIL PENELITIAN**

A. Analisis Univariat	
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	59
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	59
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggi Badan .....	60
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan .....	61

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan .....	61
6. Perubahan Rata-Rata Arus Puncak Ekspirasi Diukur Dengan <i>Peak Flow Meter</i> .....	62
7. Perubahan Rata-Rata Arus Puncak Ekspirasi (APE) Berdasarkan Pelangi Asma .....	63
B. Analisis Bivariat .....	63
<b>BAB VI. PEMBAHASAN</b>	
A. Karakteristik Responden	
1. Usia .....	65
2. Jenis Kelamin .....	66
3. Tinggi Badan .....	67
4. Latar Belakang Pendidikan .....	67
5. Pekerjaan .....	68
B. Analisis Pengaruh Latihan Buteyko Terhadap Arus Puncak Ekspirasi (APE) pada Pasien Asma di UPTD Puskesmas Majalengka Tahun 2017.....	68
C. Keterbatasan Penelitian .....	71
<b>BAB VII. PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	73
B. Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tempat Menghitung Denyut Nadi .....	20
Tabel 2.2 Pelangi Asma .....	28
Tabel 3.1 Definisi Oprasional .....	35
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....	40
Tabel 4.1 Koding .....	52
Tabel 4.2 Kualifikasi/Kriteria Persentase .....	56
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan usia ...	59
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan jenis Kelamin .....	60
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan tinggi Badan .....	60
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan latar Belakang Pendidikan .....	61
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan .....	61
Tabel 5.6 Perubahan Rata-rata Arus Puncak Ekspirasi Diukur Dengan <i>Peak Flow Meter</i> .....	62
Tabel 5.7 Data Hasil Test Arus Puncak Ekspirasi (APE) Berdasarkan Pelangi Asma .....	63
Tabel 5.8 Uji Hipotesis <i>Independent Sample T-Test</i> .....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Konstantin Falovich Buteyko .....	12
Gambar 2.2 Gerakan <i>Nodding</i> .....	19
Gambar 2.3 Gerakan <i>Tipping</i> .....	20
Gambar 2.4 Pelaksanaan Control Pause .....	22
Gambar 2.5 Cara Menggunakan <i>Peak Flow Meter</i> .....	30

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Set Buteyko Minggu ke-1 .....	17
Skema 2.2 Set Buteyko Minggu ke-2 .....	18
Skema 2.3 Kerangka Teori Penelitian .....	32
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian .....	36
Skema 4.1 Pre-Eksperimen Design .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Persetujuan Responden ( <i>Informed Consent</i> ) .....	78
Lampiran 2 : Kuesioner Karakteristik Responden .....	79
Lampiran 3 : Lembar Observasi Pelaksanaan Latihan Pernapasan Buteyko Minggu Pertama .....	80
Lampiran 4 : Lembar Observasi Pelaksanaan Latihan Pernapasan Buteyko Minggu Kedua .....	81
Lampiran 5 : Lembar Observasi Arus Puncak Ekspirasi (APE) .....	82
Lampiran 6 : Satuan Acara Penyuluhan (SAP) Latihan Pernapasan Buteyko	83
Lampiran 7 : Panduan Latihan Pernapasan Buteyko .....	85
Lampiran 8 : Perhitungan Interval Kelas Usia Responden .....	87
Lampiran 9 : Perhitungan Interval Kelas Tinggi Badan Responden .....	88
Lampiran 10 : Nilai Prediksi APE Normal Untuk Laki-laki .....	89
Lampiran 11 : Nilai Prediksi APE Normal Untuk Perempuan .....	90
Lampiran 12 : Uji Reliabilitas (Cronback's Alpha) .....	91
Lampiran 13 : Uji Normalitas (Kolmogorov-Smirnov Test).....	93
Lampiran 14 : Rekapitulasi Hasil Lembar Kuesioner Karakteristik Responden	94
Lampiran 15 : Rekapitulasi Hasil Lembar Observasi Nilai Arus Puncak Ekspirasi ( <i>Peak Flow Meter</i> ) .....	96
Lampiran 16 : Rekapitulasi Hasil Lembar Observasi Nilai Arus Puncak Ekspirasi (Pelangi Asma) .....	98
Lampiran 17 : Hasil Olahan SPSS Analisis Univariat .....	100
Lampiran 18 : Hasil Olahan SPSS Analisis Bivariat .....	107