PENGARUH KOMBINASI *BUTEYKO BREATHING TECHNIQUE* DENGAN *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE* TERHADAP *ASTHMA CONTROL* DAN SATURASI OKSIGEN PADA LANSIA DENGAN ASMA

SKRIPSI

Oleh:

Azka Arsyada Hafizha

202215011

PROGRAM DIPLOMA IV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PENGARUH KOMBINASI *BUTEYKO BREATHING TECHNIQUE* DENGAN *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE* TERHADAP *ASTHMA CONTROL* DAN SATURASI OKSIGEN PADA LANSIA DENGAN ASMA

SKRIPSI

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Oleh:

Azka Arsyada Hafizha

202215011

PROGRAM DIPLOMA IV FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *BUTEYKO BREATHING TECHNIQUE* DENGAN *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE* TERHADAP *ASTHMA CONTROL* DAN SATURASI OKSIGEN PADA LANSIA DENGAN ASMA

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 07 Juli 2026

Yang menyatakan



Azka Arsyada Hafizha

NIM. 202215011

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Azka Arsyada Hafizha
NIM	: 202215011
Jenis Karya	: Skripsi
Skripsi Judul	: Pengaruh Kombinasi *Buteyko Breathing Technique* Dengan *Diaphragmatic Breathing Exercise* Terhadap *Asthma Control* Dan Saturasi Oksigen Pada Lansia Dengan Asma

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 07 Juli 2026

Yang menyatakan



Azka Arsyada Hafizha

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *BUTEYKO BREATHING TECHNIQUE* DENGAN *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE* TERHADAP *ASTHMA CONTROL* DAN SATURASI OKSIGEN PADA LANSIA DENGAN ASMA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 19 Mei 2026

Pembimbing

(Asita Rohmah Mutnawasitoh S.Tr.Ftr., M.Fis)

NIDN. 0616029401

Mengetahui,
Kaprodi Diploma IV Fisioterapi

(Dita Mirawati S.Tr.Ftr., M.Fis)

NIDN. 0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *BUTEYKO BREATHING TECHNIQUE* DENGAN *DIAPHRAGMATIC BREATHING EXERCISE* TERHADAP ASMA *CONTROL* DAN SATURASI OKSIGEN PADA LANSIA DENGAN ASMA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi Sarjana Terapan Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 25 Mei 2026 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 07 Juli 2026

Mengesahkan, Penguji

1. Dita Mirawati S.Tr.Ftr., M.Fis
   NIDN. 0615059502 (.....)
2. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M
   NIDN. 0609029501 (.....)
3. Asita Rohmah Mutnawasitoh S.Tr.Ftr., M.Fis
   NIDN. 0616029401 (.....)

Mengetahui,
Kaprodi Diploma IV Fisioterapi

Dita Mirawati S.Tr.Ftr., M.Fis
NIDN. 0615059502

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr. wb

Segala puji dan syukur kehadirat Allah Subhannahu wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh Kombinasi *Buteyko Breathing Technique* Dengan *Diaphragmatic Breathing Exercise* Terhadap *Asthma Control* dan Saturasi Oksigen pada Lansia dengan Asma". Penulis mengucap terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dyah Rahmawatie RBU, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustati, S.ST., M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati S.Tr.,Ftr., M.Fis. selaku Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Asita Rohmah Mutnawasitoh S.Tr.,Ftr., M.Fis. selaku dosen pembimbing yang sudah sabar memberikan ilmu, saran, masukan serta motivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan baik. Terima kasih atas setiap waktu dan arahan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Setiap nasihat dan bimbingan yang diberikan menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.
5. Segenap dosen Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada penulis selama menempuh pendidikan.
6. Teristimewa untuk Bapak dan Bunda serta keluarga yang selalu memberikan dukungan secara moril, materil serta tiada hentinya melangitkan doa baiknya serta memberikan dukungan anak perempuannya ini dalam memperjuangkan masa depan. Terima kasih atas curahanh kasih dan sayang yang tiada batasnya.
7. Sahabat-sahabat saya Anna Sarifah, Arista Putri, Athaya Zuhra, Gita, Helmi Nugraheni, Fika Putri, dan Salsa Zulaykha. Barangkali kenangan

kita tersimpan rapi dalam halaman buku, akan menjadi saksi bagi setiap orang yang membaca tentang sempurnanya sebuah masa saat bertemu kalian, *"nothing lasts forever"* tapi rasa hidup dan bahagia yang pernah kita punya, akan menjadi bagian yang tidak pernah terlupakan. *We were strangers and now we're best friends and I really couldn't imagine ever being a stranger to you again.* tawa yang dulu terasa biasa, cerita sepele yang tidak pernah pudar, *somehow became some of my favorite memories. Whenever life bring us, I hope a part of us will always remain here, in these memories we made together.* Mau diulang satu juta kalipun, terima kasih sudah memberikan kesempatan untuk hadir dan tumbuh bersama. Jika suatu saat kita membuka halaman lama itu, *I hope we can smile and say, "we were young and we had each other".*

8. Teman-teman Fisioterapi Angkatan 2022 yang sudah berjuang bersama sampai akhir. *The "hello's" will now be a temporary "goodbye", but I know this is not really the end of our story.* Terima kasih untuk setiap langkah dan cerita yang mengalir dalam perjalanan ini. *Congratulations, and I wish you luck on your new journey. May the world be proud of who you are and everything you will become! See ya.*
9. *People may have looked down on us, or put you down, or dismissed the wins you had achieved, but as far as I remember, they wouldn't be the ones who could tell you how successful you are or how far you've come. There were times when you doubted yourself, times when your strength was only thing holding pieces together. Yet, despite everything, you are here-still standing, still breathing, still trying. And for choosing to stay, I am grateful. Grateful for every version of myself, even when giving up seemed easier. I was not always strong, I did not always know where I was going, but somehow, I made this far. That child would look at who you've become and say, "I knew you could do it."*

Surakarta, 06 Juli 2026

Penulis