



**HUBUNGAN DURASI SENAM ASMA DENGAN TINGKAT  
KONTROL ASMA MENGGUNAKAN *ASTHMA CONTROL  
TEST* DI RSUP PERSAHABATAN TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**DAINTY YUANDINI PUTRI**

**1310211009**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
TAHUN 2017**



**HUBUNGAN DURASI SENAM ASMA DENGAN TINGKAT  
KONTROL ASMA MENGGUNAKAN *ASTHMA CONTROL  
TEST* DI RSUP PERSAHABATAN TAHUN 2017**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**DAINTY YUANDINI PUTRI**

**1310211009**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
TAHUN 2017**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dainty Yuandini Putri

NRP : 1310211009

Tanggal : 07 Juli 2017

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 07 Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Dainty Yuandini Putri)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dainty Yuandini Putri

NRP : 1310211009

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“HUBUNGAN DURASI SENAM ASMA DENGAN TINGKAT KONTROL ASMA MENGGUNAKAN *ASTHMA CONTROL TEST* DI RSUP PERSAHABATAN TAHUN 2017”**.

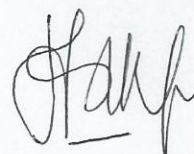
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 07 Juli 2017

Yang Menyatakan,



(Dainty Yuandini Putri)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Dainty Yuandini Putri

NRP : 1310211009

Program Studi : Sarjana Kedokteran

Judul Skripsi : Hubungan Durasi Senam Asma Dengan Tingkat Kontrol Asma  
Menggunakan *Asthma Control Test* Di RSUP Persahabatan  
Tahun 2017.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

**Disetujui,**



Sugeng Wiyono, SKM, M.Kes

Ketua Penguji



dr. Kasum Supriadi, Sp.P

Pembimbing I



dr. Hanna Windyantini, M.Pd.Ked

Pembimbing II

**Mengesahkan**



dr. Mariono Reksoprodjo, Sp. OG, Sp. KP (K)

Dekan



dr. Niniek Hardini, Sp. PA

Ka Prodi Sarjana Kedokteran

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 07 Juli 2017

# HUBUNGAN DURASI SENAM ASMA DENGAN TINGKAT KONTROL ASMA MENGGUNAKAN *ASTHMA CONTROL TEST* DI RSUP PERSAHABATAN TAHUN 2017

Dainty Yuandini Putri

## Abstrak

Asma adalah inflamasi kronik saluran napas yang menimbulkan gejala seperti mengi dan sesak napas akibat bronkospasme saluran pernapasan. Orang dengan asma yang disebabkan bukan karena faktor latihan, dianjurkan untuk melakukan latihan atau olahraga. Senam asma adalah latihan yang membantu meningkatkan daya tahan kardiorespirasi sehingga mencegah terjadinya kekambuhan saat melakukan aktivitas sehari-hari. Hal tersebut dapat mempengaruhi tingkat kontrol asma seseorang, baik mempercepat asma yang terkontrol maupun mempertahankannya. Senam asma akan memberikan hasil jika dilakukan rutin selama 6-8 minggu. *Asthma Control Test* merupakan kuesioner yang dapat menilai tingkat asma seseorang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian dan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk analisis data. Hasil analisis bivariat menunjukkan semakin lama durasi mengikuti senam asma maka semakin terkontrol tingkat kontrol asma seseorang. Hasil uji menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0.005 yang berarti diterimanya H1. Hal itu menandakan adanya hubungan antara durasi senam asma terhadap tingkat kontrol asma.

**Kata Kunci:** Durasi Senam Asma, Tingkat Kontrol Asma, *Asthma Control Test*

**Relation Between Asthma Gymnastic Duration With Asthma  
Control Levels Using Asthma Control Test In RSUP  
Persahabatan On 2017**

**Dainty Yuandini Putri**

**Abstract**

Asthma is a chronic inflammation of respiratory tract that causes symptoms such as wheezing and shortness of breath caused bronchospasm of the respiratory tract. Exercise is highly recommended to people that having asthma attack. Asthma Gymnastic is an exercise that improve cardiorespiration endurance so the symptoms of asthma not easily appear when doing daily activities and affect the level of asthma control either accelerate or maintain controlled asthma. It will give results if it has been done regularly for 6-8 weeks. Asthma Control Test is a questionnaire to assess asthma control levels. An observasional analytical is used as the method of this research. Asthma Control Test questionnaire is used as the instrument and Kolmogorov-Smirnov test for data analysis. The results of data analysis showed that the longer the duration of asthma gymnastic, the more controlled levels of asthma control. The results from using Kolmogorov-Smirnov test showed the value of p-value is 0.005 which means the acceptance of H1. This indicates there is relationship between duration of asthma gymnastic with the level of asthma control

**Key Words:** Asthma Gymnastic Duration, Asthma Control levels, Asthma Control Test

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas segala rahmat dan karunia-Nya skripsi ini dapat diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Desember 2016-Mei 2017 adalah “Hubungan Durasi Senam Asma Dengan Tingkat Kontrol Asma Menggunakan *Asthma Control Test* Di RSUP Persahabatan Tahun 2017”. Penelitian ini bertempat di RSUP Persahabatan Jakarta.

Terima kasih kepada dr. Mariono Reksoprodjo, Sp.OG, Sp.KP (K), selaku dekan Fakultas Kedokteran UPN Jakarta, dr. Imam Soekoesno, Sp.P, dr. Hanna Windyantini, MpdKed, dr. Kasum Supriadi, Sp.P dan Bapak Sugeng Wiyono, SKM, M.kes selaku dosen pembimbing dan penguji skripsi yang telah banyak memberikan saran dan dukungan yang bermanfaat kepada saya dalam proses penulisan skripsi. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada dr. Mohamad Fahmi, Sp.P selaku pembimbing lapangan dan rekan di bagian SMF Paru, Prof. dr. Faisal Yunus, Ph.D, Sp.P (K) selaku ketua dewan asma Indonesia, Ibu Ami selaku koordinator senam asma dan rekan di bagian Yayasan Asma Indonesia serta Staff dibagian Diklat dan Etik RSUP Persahabatan.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga saya ucapkan kepada Teguh Kristianto (papa), Esmiati Horida (mama), Decky Horiyanto Putra (kakak), Nenek, Bapak (kakek) beserta seluruh keluarga atas doa dan dukungannya. Saya juga mengucapkan terima kasih terutama kepada Nizzah Afina, Ghina Athirah, Ramadhina Anggita, Farida Ananda, Naila Husna dan Harumi Kusuma yang selalu menerima saya apa adanya, mendukung dan menolong baik secara fisik dan psikis dari awal kuliah tingkat I hingga sekarang. Tak lupa kepada Reza Muhammad, dr. Imam's Ranger, B5♥, Sanca♥, ATM, Keluarga NRP 009, Keluarga 10 dan teman-teman lainnya yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Jakarta, 07 Juli 2017

Dainty Yuandini Putri



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	2
I.3 Tujuan Penelitian .....	2
I.4 Manfaat Penelitian .....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	4
II.1 Asma .....	4
II.1.1 Pengertian Asma .....	4
II.1.2 Faktor Resiko pada Asma .....	4
II.1.3 Klasifikasi Asma .....	5
II.1.3.1 Klasifikasi Asma berdasarkan Etiologi .....	5
II.1.3.2 Klasifikasi Asma berdasarkan Derajat Asma .....	6
II.1.4 Gejala Asma .....	6
II.1.5 Patofisiologi Asma .....	7
II.1.6 Diagnosis Asma .....	8
II.1.6.1 Anamnesis .....	8
II.1.6.2 Pemeriksaan Fisik .....	8
II.1.7 Penatalaksanaan Asma .....	9
II.1.8 Tingkat Kontrol Asma .....	10
II.1.9 <i>Asthma Control Test</i> .....	10
II.2 Olahraga .....	12
II.2.1 Faal Olahraga .....	12
II.2.2 Tujuan Olahraga .....	13
II.3 Senam Asma .....	14
II.3.1 Sejarah Senam Asma .....	14
II.3.2 Konsep Dasar Senam Asma .....	14
II.3.3 Rangkaian Senam Asma .....	14
II.4 Kerangka Teori .....	17
II.5 Kerangka Konsep .....	17
II.6 Hipotesis Penelitian .....	18
II.7 Penelitian Terkait .....	18

BAB III METODE PENELITIAN .....	20
III.1 Jenis Penelitian.....	20
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	20
III.3 Subjek Penelitian.....	20
III.3.1 Populasi .....	20
III.3.2 Sampel.....	20
III.3.2.1 Perhitungan Besar Sampel .....	20
III.3.2.2 Kriteria Penelitian .....	21
III.4 Metode Pengumpulan Data.....	22
III.5 Identifikasi Variabel Penelitian.....	22
III.6 Definisi Operasional Penelitian.....	23
III.7 Instrument Penelitian .....	25
III.8 Teknik Pengumpulan Data.....	25
III.9 Pengolahan Data.....	25
III.10 Analisis Data .....	26
III.11 Alur Penelitian .....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	27
IV.1 Gambaran Umum RSUP Persahabatan.....	27
IV.2 Hasil Penelitian .....	28
IV.2.1 Analisis Univariat .....	28
IV.2.1.1 Usia .....	28
IV.2.1.2 Jenis Kelamin.....	29
IV.2.1.3 Durasi Senam Asma.....	29
IV.2.1.4 Tingkat Kontrol Asma.....	30
IV.2.1.5 Frekuensi Keterbatasan Aktivitas .....	30
IV.2.1.6 Frekuensi Sesak.....	31
IV.2.1.7 Frekuensi Gejala Malam .....	32
IV.2.1.8 Frekuensi Penggunaan <i>Reliever</i> .....	32
IV.2.1.9 Persepsi Terhadap Tingkat Kontrol Asma .....	33
IV.2.2 Analisis Bivariat.....	33
IV.2.2.1 Hasil Analisis Hubungan Durasi Senam Asma Dengan Tingkat Kontrol Asma.....	34
IV.3 Pembahasan .....	35
IV.4 Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	40
V.1 Kesimpulan .....	40
V.2 Saran .....	40
DAFTAR PUSTAKA .....	42
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tingkat Kontrol Asma berdasarkan <i>Asthma Control Test</i> .....	11
Tabel 2 Penelitian Terkait.....	18
Tabel 3 Hasil Penilaian Derajat Kontrol Asma Menggunakan Kuesioner <i>Asthma Control Test</i> .....	21
Tabel 4 Definisi Operasional .....	23
Tabel 5 Variabel Usia.....	28
Tabel 6 Variabel Jenis Kelamin .....	29
Tabel 7 Variabel Durasi Senam Asma .....	29
Tabel 8 Variabel Tingkat Kontrol Asma .....	30
Tabel 9 Variabel Keterbatasan Aktivitas .....	30
Tabel 10 Variabel Frekuensi Sesak.....	31
Tabel 11 Variabel Frekuensi Gejala Malam .....	32
Tabel 12 Variabel Penggunaan <i>Reliever</i> .....	33
Tabel 13 Variabel Persepsi Terhadap Tingkat Kontrol Asma .....	33
Tabel 14 Hubungan Durasi Senam Asma Dengan Tingkat Kontrol Asma .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Pernyataan Persetujuan
- Lampiran 2 Biodata Responden
- Lampiran 3 Kuesioner *Asthma Control Test*
- Lampiran 4 Output SPSS
- Lampiran 5 Surat Lolos Uji Etik Universitas
- Lampiran 6 Surat Izin Penelitian Universitas
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Penelitian Universitas
- Lampiran 8 Surat Lolos Uji Etik RSUP Persahabatan
- Lampiran 9 Surat izin Penelitian Yayasan Asma Indonesia
- Lampiran 10 Dokumentas