

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Tahun 2013 *World Health Organization* (WHO) memperkirakan penderita asma di dunia mencapai 235 juta orang (*World Health Organization* 2013, p.1). Prevalensi penyakit tidak menular di Indonesia seperti asma, PPOK, dan kanker di Indonesia adalah 4,5 persen per mil untuk asma, 3,7 persen per mil untuk PPOK, dan 1,4 persen per mil untuk kanker. Prevalensi asma tertinggi terdapat di Sulawesi Tengah yaitu sekitar 7,8 persen per mil dan hasil terendah terdapat di Lampung yaitu sekitar 1,6 persen per mil. Untuk DKI Jakarta prevalensi asma mencapai 5,2 persen per mil (Balitbang Kemenkes RI 2013, hlm.85-86).

Serangan asma dapat timbul dikarenakan pencetus seperti alergen. Namun pada beberapa orang, serangan asma timbul karena adanya aktivitas ataupun latihan fisik atau yang biasa dikenal dengan *Exercise Induced Asthma* (EIA). Patogenesis serangan asma pada penderita EIA belum banyak diketahui, namun faktor yang dicurigai sebagai penyebab timbulnya bronkospasme pada penderita EIA adalah peningkatan aliran udara yang melalui saluran pernapasan dan perubahan pada biokimia darah. Peningkatan aliran udara selama melakukan latihan fisik merupakan kompensasi meningkatnya kebutuhan oksigen dan hal tersebut memberikan trauma langsung terhadap mukosa bronkus. Pada saat yang bersamaan, perubahan biokimia yang terjadi dalam darah merupakan akibat dari peningkatan metabolisme yang sangat besar saat melakukan latihan fisik. Perubahan tersebut ditandai dengan adanya perubahan keseimbangan cairan dan elektrolit darah seperti peningkatan CO₂, penurunan O₂, serta penurunan pH darah yang berkontribusi terhadap timbulnya serangan asma (Afriwardi 2008, hlm.94-95)

Orang dengan asma akan sering mengalami dispneu karena kurang latihan dan melemahnya otot-otot pernapasan. Latihan atau olahraga meningkatkan fungsi otot respirasi, mengurangi beratnya gangguan pernapasan, dan menurunkan gejala dispneu (Purwaningsih 2013, hlm.2). Olahraga yang biasanya dianjurkan untuk

orang dengan asma adalah berenang, bersepeda, dan senam asma. (Proverawati 2010, hlm.85).

Tahun 1985, terbentuk Klub Asma Persahabatan yang juga merupakan awal dari terbentuknya Senam Asma Indonesia. Senam asma merupakan salah satu pilihan latihan yang tepat bagi penderita asma karena membantu proses rehabilitasi paru. Salah satu manfaat senam asma yaitu mempercepat dan mempertahankan asma yang terkontrol. Senam asma akan memberikan hasil bila dilakukan selama 6-8 minggu (Subagyo 2013, hlm.1). Terkontrolnya asma seseorang dapat dinilai menggunakan kuesioner sederhana yaitu *Asthma Control Test (ACT)*. Anggota senam asma di Rumah Sakit Umum Pusat Persahabatan (RSUP Persahabatan) berjumlah 100 orang. Untuk itu sesuai dengan latar belakang diatas, maka peneliti ingin menilai hubungan durasi senam asma dengan tingkat kontrol asma menggunakan *Asthma Control Test* di RSUP Persahabatan dengan jumlah sampel sebanyak 33 orang.

I.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : adakah hubungan durasi senam asma dengan tingkat kontrol asma menggunakan *Asthma Control Test*?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan durasi senam asma dengan tingkat kontrol asma menggunakan *Asthma Control Test* di RSUP Persahabatan tahun 2017.

I.3.2 Tujuan Khusus

Mengetahui adanya hubungan durasi senam asma dengan tingkat kontrol asma yang dinilai berdasarkan gangguan aktivitas harian akibat asma, frekuensi gejala asma (sesak), frekuensi gejala malam, frekuensi penggunaan obat pelega dan persepsi penderita terhadap kontrol asma penderita di RSUP Persahabatan tahun 2017.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teori, penelitian ini bermanfaat sebagai bahan dalam menambah ilmu pengetahuan mengenai peranan dan jenis program latihan yang efektif dalam mendukung penanganan penyakit asma.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi RSUP Persahabatan

Sebagai media promotif terhadap pengunjung terutama pasien di RSUP Persahabatan yang menderita asma untuk mengikuti senam ini mengingat banyaknya manfaat yang diperoleh.

b. Manfaat bagi Peneliti, Masyarakat Umum, dan Penderita Asma

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan mengenai manfaat senam asma yang merupakan preventif terhadap gangguan pernapasan bagi masyarakat umum dan upaya kuratif dan rehabilitatif yang dapat dilakukan pengidap asma untuk mengurangi gejala dan keterbatasan aktivitas yang timbul akibat asma sehingga lebih meningkatkan kualitas hidupnya karena asma merupakan penyakit yang tidak bisa disembuhkan tetapi bisa dikontrol.

c. Manfaat bagi Program Studi

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan pemacu diterapkannya senam asma di Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta di masa mendatang mengingat banyaknya manfaat yang diperoleh dari senam ini