

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bernapas memegang peranan penting dalam hidup manusia. Pada sistem pernapasan manusia umumnya sering terjadi penyakit ringan yang terjadi sehari-hari. Ukuran ringan disini disebabkan karena anggapan masyarakat awam yang sering memandangnya sebelah mata. Seberapa pun ringannya sebuah gangguan kesehatan, sebenarnya tetap akan berisiko tinggi bagi kehidupan manusia. Salah satu gangguan pernapasan yang sering terjadi adalah asma bronkial (Mumpuni, 2013).

Asma adalah penyakit dengan ciri meningkatnya respon trakhea dan bronkhus terhadap berbagai rangsangan dengan manifestasi adanya penyempitan jalan napas yang luas dan derajatnya dapat berubah-ubah secara spontan maupun sebagai hasil pengobatan (Muttaqin, 2012).

Pasien dengan asma akan mengalami kelemahan pada otot-otot pernapasan. Hal ini disebabkan oleh sering terjadi *dyspnoe* dan adanya pembatasan aktivitas. Melatih otot-otot pernapasan dapat meningkatkan fungsi otot respirasi, mengurangi beratnya gangguan pernapasan, meningkatkan toleransi terhadap aktivitas, dan menurunkan gejala *dyspnea* (Weiner, et al., 2003).

Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah penderita asma di dunia diperkirakan mencapai 300 juta orang dan diperkirakan meningkat hingga 400 juta pada tahun 2025. Jumlah ini dapat saja lebih besar mengingat asma merupakan penyakit yang *underdiagnosed*. Buruknya kualitas udara dan berubahnya pola hidup masyarakat diperkirakan menjadi penyebab meningkatnya penderita asma (Yunus, 2006). Penyakit asma di Indonesia termasuk dalam sepuluh besar penyakit penyebab kesakitan dan kematian. Angka kejadian asma tertinggi dari hasil survey Riskesdas di tahun

2013 mencapai 4.5% dengan penderita terbanyak adalah perempuan yaitu 4.6 % dan laki-laki sebanyak 4.4% (Kemenkes RI, 2014).

Peningkatan kualitas hidup pasien asma dapat diwujudkan dengan penatalaksanaan asma yang tepat. Tujuan akhir adalah kualitas hidup penderita meningkat dengan tingkat keluhan minimal, tetapi memiliki aktivitas maksimal. Penatalaksanaan yang tepat diantaranya membuat fungsi paru mendekati normal, mencegah kekambuhan penyakit hingga mencegah kematian, pendidikan pada pasien dan keluarganya. Karakteristik asma yang diderita perlu diketahui untuk mengontrol secara berkala untuk evaluasi dan meningkatkan kebugaran dengan olahraga yang dianjurkan seperti renang, bersepeda, dan senam asma (Yunus, 2006).

Yayasan Asma Indonesia (YAI) telah merancang senam bagi peserta Klub Asma yang disebut dengan Senam Asma Indonesia. Tujuannya meningkatkan kemampuan otot-otot yang berkaitan mekanisme pernapasan, meningkatkan kapasitas serta efisiensi dalam proses respirasi/ pernapasan (Supriyantoro, 2004).

Senam asma adalah salah satu cara penanganan asma selain dengan pengobatan medis. Uji latih dan patologi latihan makin mendapat perhatian para ahli karena kapasitas individu untuk berfungsi sangat erat hubungannya dengan tampilan maksimal paru dan sistem kardiovaskular. Respons fisiologi dari latihan ini mencakup kardiorespirasi, neurohumoral, vaskuler, darah, dan otot (Christoph TAZ, 2011).

Selama ini masih terdapat keraguan dalam masyarakat mengenai latihan fisik bagi penyandang asma sebab latihan fisik atau kegiatan jasmani yang intensitas tinggi kadang justru dapat mencetuskan serangan asma yang dikenal dengan istilah *Exercise Induced Asthma* (EIA). Meskipun latihan fisik berat dapat menimbulkan serangan asma, hal ini tidak boleh menjadi penghalang bagi penderita asma untuk tetap melakukan latihan fisik dengan

lebih terukur dan sesuai metode yang disarankan. Dibutuhkan masukan dan bahkan perubahan persepsi bagi masyarakat luas dan penyandang asma itu sendiri bahwa peranan latihan fisik dengan metode yang disarankan bagi penyandang asma penting untuk meningkatkan fungsi paru (Murgi H, 2004).

Senam asma berguna untuk mempertahankan dan atau memulihkan kesehatan khususnya pada penderita asma. Senam asma yang dilakukan secara teratur akan menaikkan volume oksigen maksimal, selain itu dapat memperkuat otot-otot pernapasan sehingga daya kerja otot jantung dan otot lainnya jadi lebih baik sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup penderita asma (Murgi H, 2004).

Berdasarkan penelitian Camalia et al, 2011 didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa dengan senam asma yang dilakukan oleh pasien asma baik derajat ringan maupun sedang selama delapan minggu berturut-turut, dimana seminggu melakukan senam tiga kali, secara statistik dapat meningkatkan kekuatan otot pernapasan sekitar 280 ml (41,4%).

Senam Asma sebaiknya dilakukan rutin tiga sampai empat kali seminggu dan setiap kali senam kurang lebih selama tiga puluh menit. Senam Asma akan memberikan hasil bila dilakukan lima sampai tujuh minggu. Sejumlah penelitian membuktikan bahwa dengan senam Asma bagi penderita Asma bisa mengurangi tingkat kekambuhan dan terkontrolnya Asma tersebut. Sebelum melakukan senam perlu diketahui bahwa pasien tidak sedang dalam kondisi serangan asma, tidak dalam keadaan gagal jantung tetapi dalam kondisi kesehatan cukup baik. (Supriyantoro, 2004).

Pengukuran faal paru lebih objektif untuk menilai derajat obstruksi saluran napas dengan cara pengukuran APE menggunakan *peak flow meter* sedangkan volume ekspirasi detik pertama (VEP1) dan kapasitas vital paksa (KVP) diukur dengan spirometer (Pompini Agustina, 2005). Sedangkan APE adalah jumlah aliran udara maksimal yang dapat dicapai saat ekspirasi paksa

dalam waktu tertentu yang dilakukan dengan menggunakan *peak flow meter* atau spirometer (Menaldi Rasmin et al., 2001). Variasi nilai APE sangat dipengaruhi oleh umur, jenis kelamin, ras, tinggi badan, dan merokok. Angka normal APE pada pria dewasa adalah 500-700 L/menit dan pada wanita dewasa 380-500 L/menit (Jain et al., 1998). Pentingnya pengukuran nilai APE adalah untuk menilai obstruksi saluran napas yaitu dengan mengukur APE (Wijanarko, 1995). Disini APE dapat digunakan untuk memonitor kondisi asma pasien serta mendeteksi tanda obstruksi awal asma (Hueston, 2003).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28 Januari 2018 terhadap 8 pasien Asma yang mengikuti senam Asma diperoleh keterangan bahwa 5 pasien club senam Asma yang mengikuti dengan teratur mereka merasakan tubuhnya menjadi lebih bugar dan merasa lebih sehat dan serangan Asma berkurang, sedangkan 3 pasien Asma yang tidak rutin mengikuti senam Asma sering kali mengalami sesak dada pada malam hari, jika dibiarkan saja bisa mengalami sesak dan mengi sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah ada Hubungan Senam Asma dengan Nilai APE pada pasien Asma di RSUD Ulin Banjarmasin tahun 2018.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Hubungan Senam Asma dengan Nilai APE pada pasien Asma di RSUD Ulin Banjarmasin tahun 2018 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa apakah ada Hubungan Senam Asma dengan Nilai APE pada pasien Asma di RSUD Ulin Banjarmasin tahun 2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi Senam Asma pada penderita Asma di RSUD Ulin Banjarmasin

1.3.2.2 Mengidentifikasi nilai APE pada penderita Asma di RSUD Ulin Banjarmasin

1.3.2.3 Mengidentifikasi Hubungan Senam Asma dengan Nilai APE di RSUD Ulin Banjarmasin

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjawab teori tentang intervensi pada pasien Asma khusus intervensi fisik yang dapat meningkatkan kerja pernapasan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Responden

Memberikan informasi secara ilmiah kepada penderita asma tentang manfaat senam asma terhadap fungsi paru.

1.4.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam menjadikan senam Asma sebagai salah satu intervensi keperawatan pada sistem respirasi pada pasien Asma.

1.4.2.3 Bagi RSUD Ulin Banjarmasin

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi RSUD Ulin Banjarmasin dalam meningkatkan pelayanan kesehatan terutama untuk intervensi pasien Asma tentang manfaat dari senam Asma.

1.4.2.4 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data awal penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan berbagai macam latihan atau *exercise* yang dapat mempengaruhi peningkatan fungsi paru (arus puncak ekspirasi) pada pasien asma.

1.5 Penelitian Terkait

Martina Oktavia, 2008. Hubungan antara senam asma dengan tingkat kekambuhan penyakit asma pada peserta senam asma di RSUD Ulin Banjarmasin.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara senam asma dengan tingkat kekambuhan penyakit asma pada peserta senam asma di RSUD Ulin Banjarmasin.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah analitik dan menggunakan rancangan penelitian cross sectional. Sampel yang penulis teliti adalah peserta senam asma yang mengikuti senam di RSUD Ulin Banjarmasin dan memiliki penyakit asma. Saat penulis melakukan penelitian seluruh sampel berjumlah 28 orang, pengambilan dengan non probability sampling tipe incidental sampling, data yang diproses dengan menggunakan chi-square dengan angket signifikan ($p < 0,05$).

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel Dependen, yaitu antara tingkat kekambuhan Asma sedangkan penelitian ini variabel Dependen nya adalah Nilai APE, pada teknik pengambilan data diatas menggunakan incidental sampling, sedangkan penelitian ini menggunakan teknik *Simple random sampling* dan analisisnya menggunakan uji chi-square sedangkan penelitian ini dengan Spearman Rank