

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Asma adalah penyakit paru inflamasi kronik dari saluran pernafasan karena terjadinya penyempitan bronkus dengan produksi mukus dan mukosa yang berlebih (Shaw, *et al*, 2008). Adanya hipereaktivitas saluran pernafasan terhadap berbagai rangsang, dalam hal ini ada sel inflamator yang berperan, khususnya *sel mast*, *eosinofil* dan *limfosit*. Pada penyandang asma terjadinya proses inflamasi ini menyebabkan adanya *wheezing*, sesak nafas, rasa dada tertekan, dan batuk. Asma sebagai penyakit saluran pernafasan kronik mempunyai prevalensi yang terus meningkat baik angka morbiditas maupun mortalitasnya.

Berdasarkan catatan *World Health Organisation* (WHO), ada sekitar 100 sampai 150 juta penyandang asma di seluruh dunia, angka ini terus melonjak sebanyak 180.000 juta setiap tahunnya. Sedangkan di Indonesia, Departemen Kesehatan (Depkes) sempat menobatkan asma sebagai penyebab kematian nomor tujuh (Noorcahyati, 2003). Data yang diperoleh dari Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat (BBKPM) Surakarta tentang daftar kunjungan penyandang penyakit asma yang tercatat di tahun 2006 jumlah kunjungan penyandang asma mencapai 448 penyandang, tahun 2007 terdapat 558 kunjungan dan status asmatikus 2, tahun 2008 mencapai 728 kunjungan

dan status asmatikus 2, tahun 2009 terdapat 747 kunjungan, tahun 2010 terdapat 3060 kunjungan dan ditahun 2011 sampai bulan april mencapai 1082 kunjungan penyandang asma. Data ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan penyandang asma pada setiap tahunnya di kota Surakarta dan sekitarnya.

Permasalahan yang muncul pada penyandang asma selain pada sistem pernafasan adalah gangguan gizi, resiko gangguan pertumbuhan tinggi badan, materi dan emosional, salah satu permasalahan emosional adalah penurunan rasa percaya diri penyandang asma, dan penurunan kualitas hidup (Reichenberg, 2004).

Kualitas hidup adalah konsep yang mencakup karakteristik fisik, mental, sosial, emosional, yang mencakup komplikasi dan efek terapi suatu penyakit secara luas yang menggambarkan kemampuan individu untuk berperan dalam lingkungannya dan memperoleh kepuasan dari yang dilakukannya. Kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan menggambarkan kualitas hidup seseorang setelah, dan atau sedang mengalami suatu penyakit yang mendapatkan suatu pengelolaan (Suharto, 2005). Kualitas hidup menurut Junniper (1999) adalah konsep yang mencakup gejala, lingkungan, emosi dan aktifitas.

Faktor penyebab turunnya kualitas hidup baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama belum diketahui secara pasti. Permasalahannya antara lain sulitnya melakukan penelitian terhadap manusia untuk mencari hubungan sebab-akibat. Diakui masalahnya sangat kompleks dan banyak faktor yang

berpengaruh terhadap kualitas hidup. Beberapa penulis menyatakan kualitas hidup dipengaruhi oleh faktor-faktor, yaitu kondisi global, kondisi eksternal, kondisi interpersonal, dan kondisi personal (Suharto, 2005).

Upaya pengobatan asma telah dilakukan, baik yang bersifat kuratif maupun rehabilitatif. Salah satu kegiatan terapi tersebut adalah dengan senam yang berdasarkan latihan pernafasan (PDPI, 2004). Senam asma merupakan suatu jenis terapi latihan yang dilakukan secara kelompok yang melibatkan aktifitas gerakan tubuh atau merupakan suatu kegiatan yang membantu proses rehabilitasi pernafasan pada penyandang asma (Soeparman, 1994).

Berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan, menunjukkan senam asma dapat meningkatkan nilai Arus Puncak Ekspirasi (APE) (Erlina, 2008), karena dengan senam asma dapat melemaskan otot-otot pernafasan, memulihkan kemampuan gerak yang berkaitan dengan mekanisme pernafasan, dan mengatasi masalah penurunan volume paru sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup penyandang asma. Penelitian yang dilakukan oleh Joni Anwar, dkk (1999) yang dikutip oleh Sahat (2008) tentang pengaruh senam asma terhadap penyandang asma, dimana dengan senam asma yang dilakukan selama dua bulan didapatkan hasil terjadi penurunan serangan asma, mudah batuk dan ekspektorasi, mudah mengatasi serangan asma, asma lebih cepat terkontrol, aktifitas fisik normal atau mendekati normal, dan kualitas hidup lebih baik. Dari hasil penelitian-penelitian tersebut didapatkan penjelasan bahwa faktor-faktor penyebab penurunan kualitas hidup dapat ditekan melalui senam asma.

Manfaat dari senam asma ini antara lain melatih cara bernapas yang benar, melenturkan dan memperkuat otot pernapasan, melatih ekspektorasi yang efektif, meningkatkan VO_2 maks, pengurangan pemakaian obat, pengurangan frekuensi serangan, serta peningkatan kualitas hidup (Yunus, 2003).

Melihat uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang “Pengaruh Senam Asma terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Penyandang Asma”.

B. Identifikasi Masalah

Permasalahan yang ditimbulkan dari berbagai faktor pencetus asma meliputi rasa sesak didada atau *dyspnea*, dada terasa berat, mengi, serta batuk. Serangan asma sangat mempengaruhi dan mendominasi dalam kegiatan penyandang setiap hari. Apabila serangan tersebut semakin progresif atau sering terjadi akan membatasi penyandang untuk menjalani gaya hidup yang normal. Sehingga hal ini akan menurunkan atau memperburuk kualitas hidup penyandang bahkan mampu menyebabkan suatu kematian yang mendadak. Untuk mencegah serta menghindari serangan diatas maka diperlukan suatu kegiatan yang mampu membantu para penyandang asma dalam hal tersebut, yaitu dengan *Senam Asma* (Putri, 2008).

C. Batasan Masalah

Masalah yang diangkat oleh peneliti adalah pengaruh senam asma terhadap peningkatan kualitas hidup penyandang asma. Penelitian dilakukan di Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat (BBKPM) Surakarta. Penilaian ini dilakukan dengan menggunakan parameter quisoner yaitu *Mini Asthma Quality of Life Questionnaire (MAQLQ)* (Juniper, *et al*, 1999).

D. Rumusan Masalah

Masalah yang peneliti lihat pada penelitian ini adalah sebagian besar kualitas hidup penyandang asma menurun dibandingkan dengan kualitas hidup orang normal. Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti dapat mengemukakan perumusan masalah yaitu: Apakah ada pengaruh senam asma terhadap peningkatan kualitas hidup penyandang asma?

E. Tujuan

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui kualitas hidup penyandang asma yang mengikuti senam asma.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui pengaruh senam asma terhadap peningkatan kualitas hidup penyandang asma.

F. Manfaat

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Memberikan khasanah dan ilmu pengetahuan dalam penanganan kasus.

2. Bagi Penulis

a. Menambah pengetahuan dan pemberi jalan keluar tentang bagaimana menangani kasus.

b. Mengetahui apakah ada pengaruh antara senam asma terhadap peningkatan kualitas hidup penyandang asma.

c. Menambah pengetahuann dan keterampilan penanganan kasus asma dan penatalaksanaan fisioterapi.

3. Bagi Fisioterapis

Agar dapat mengembangkan ilmu yang dimiliki terhadap kondisi respirasi.

4. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan tentang arti asma dan mengajarkan cara melakukan latihan pernapasan.