

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang begitu pesat seperti sekarang ini menimbulkan banyak perubahan-perubahan. Dari perkembangan dan perubahan-perubahan ini, banyak menimbulkan dampak baik dan buruk. Walaupun begitu banyak dampak baik yang dapat dirasakan tetapi dampak buruk yang ditimbulkan juga tidak kalah banyaknya. Sebagai contoh adalah pembangunan gedung-gedung bertingkat dan pembangunan lahan-lahan industri hingga pada akhirnya banyak menimbulkan polusi dan pencemaran udara. Selain karena perubahan-perubahan akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi seperti yang dipaparkan diatas, ternyata juga membawa pengaruh terhadap perubahan gaya hidup seseorang baik perubahan ke arah positif ataupun perubahan ke arah negatif. Salah satu bentuk perubahan yang bersifat negatif adalah kebiasaan merokok. Tidak sedikit masyarakat kita yang mengetahui bahaya yang ditimbulkan oleh rokok, tetapi perkembangan yang menyebabkan perubahan gaya hidup masyarakat, mengakibatkan masyarakat kurang peduli akan kesehatan yang pada akhirnya akan menimbulkan gangguan terutama gangguan fungsi paru (Soemarno & Astuti, 2005).

Asma merupakan gangguan inflamasi kronis saluran napas yang melibatkan banyak sel dan elemennya. Inflamasi kronis menyebabkan

peningkatan hiperesponsif jalan napas yang menimbulkan gejala episodik berulang berupa mengi, sesak napas, dada terasa berat, dan batuk-batuk terutama malam atau pada dini hari. Episodik tersebut berhubungan dengan obstruksi jalan nafas yang luas, bervariasi, dan sering kali bersifat reversibel dengan atau tanpa pengobatan (Ukhalima *et al*, 2016).

Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah penyandang 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 (Ukhalima *et al*, 2016).

Prevalensi penyakit asma terus mengalami peningkatan baik di negara maju maupun negara berkembang. Saat ini jumlah pasien asma diperkirakan mencapai 300 juta orang dan jumlah pasien meninggal karena serangan asma mencapai 255.000 orang. Penelitian terbaru tahun 2013 yang merupakan analisis lanjut data RISKESDES (Riset Kesehatan Dasar) Nasional tahun 2007 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit asma di Indonesia sebesar 3,32% dari 972.642 ART. Prevalensi tertinggi penyakit asma adalah provinsi Gorontalo (7,23%) dan terendah adalah NAD (Aceh) sebesar 0.09%. Sedangkan prevalensi asma di DKI Jakarta sebesar 2,94% (Ukhalima *et al*, 2016).

Pasien dengan asma akan mengalami kelemahan pada otot-otot pernafasan. Hal ini disebabkan oleh sering terjadi *dyspnea* dan adanya pembatasan aktivitas, oleh sebab itu pasien dengan asma dianjurkan untuk selalu melatih otot-otot pernafasan karena dapat meningkatkan fungsi otot respirasi, mengurangi beratnya gangguan pernafasan, meningkatkan toleransi terhadap aktivitas, dan menurunkan gejala *dyspnea* (Weiner, *et al.*, 2003 dalam Camalia, 2011).

Fisioterapi merupakan pelayanan kesehatan profesional yang bekerja untuk manusia segala umur yang bertujuan memelihara, mengembalikan fungsi gerak tubuh dan ketergantungan bila seorang atau individu mendapatkan kekurangan atau gangguan kemampuan fisik, psikis dan lain sebagainya. Oleh karena itu, fisioterapi sangat berperan dalam menangani permasalahan-permasalahan ini seperti pada kondisi asma.

Selama ini masih terdapat keraguan dalam masyarakat mengenai latihan fisik (kegiatan jasmani) bagi penyandang asma sebab latihan fisik atau kegiatan jasmani kadang justru dapat mencetuskan serangan asma yang dikenal dengan istilah *Exercise Induced Asthma (EIA)*. Meskipun latihan fisik atau kegiatan jasmani dapat menyebabkan serangan asma, hal ini tidak dapat menghalangi penderita untuk melakukan kegiatan fisik atau jasmani. Saat ini telah banyak terapi latihan untuk penyandang asma yang dapat dilakukan dengan mudah dan tidak menimbulkan efek samping dan dirangkai dalam satu paket senam yang disebut dengan senam asma. Senam asma yang dilakukan secara teratur dapat meningkatkan volume

oksigen maksimal dan memperbaiki kerja otot-otot pernafasan sehingga daya kerja otot jantung dan otot lainnya membaik (Handari, 2004).

Senam asma merupakan salah satu latihan fisik yang dianjurkan bagi penyandang asma karena menurut penelitian terdahulu senam asma yang dilakukan teratur selama 1 kali seminggu dan 3 kali seminggu memberikan hasil yang signifikan terhadap peningkatan Kapasitas Vital Paksa (KVP) dan Volume Ekspirasi Paksa 1 Detik (VEP1) pada asma persisten sedang dengan selisih nilai senam asma 3 kali seminggu lebih besar dari pada 1 kali seminggu (Darmayasa, 2011).

Sebagai seorang muslim yang beriman hendaklah kita selalu menjaga kesehatan dan mengingat Allah SWT baik dalam keadaan sakit maupun sehat. Allah telah menurunkan Al-Qur'an kepada Nabi Muhammad SAW sebagai petunjuk bagi orang-orang beriman dan penyembuh bagi berbagai penyakit. Hal ini sesuai dengan Firman Allah SWT dalam Surah Yunus Ayat 57:

قَدْ النَّاسُ يُهَآءُ يَا لِّلْمُؤْمِنِينَ وَرَحْمَةً وَهُدًى الصُّدُورِ فِي لِمَا وَشِفَاءً رَبُّكُمْ  
مِّنْ مَّوْعِظَةٍ (Surah Yunus: 57) جَاءَتْكُمْ

*Artinya: Wahai manusia! Sungguh telah, datang kepadamu pelajaran (Al-Quran) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman (Qs Yunus Ayat 57).*

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena penelitian ini mengambil lama responden yang mengikuti senam asma selama 0 bulan - < 2 tahun sementara penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Zega, Yunus dan Wiyono (2011) mengambil lama responden mengikuti senam asma adalah < 3 bulan, jadi perbedaan kedua penelitian

ini adalah terletak di lama peserta senam asma mengikuti program senam asma.

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka penulis ingin melakukan penelitian tentang Hubungan Antara Lama Mengikuti Program Senam Asma dengan Tingkat Kontrol Asma pada Penderita Asma.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara lama mengikuti program senam asma dengan tingkat kontrol asma pada penderita asma?

## **C. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui hubungan antara lama mengikuti program senam asma dengan tingkat kontrol asma pada penderita asma.

## **D. Manfaat dalam penelitian**

Dalam penelitian terdapat dua manfaat yaitu:

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk menambah ilmu pengetahuan dibidang fisioterapi, khususnya pada fisioterapi kardiopulmonal dan sebagai tambahan intervensi fisioterapi tentang mengetahui tingkat kontrol asma pada penderita asma yang mengikuti program senam asma.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam mengembangkan diri dalam bidang kesehatan, khususnya dalam bidang fisioterapi dimasa yang akan datang.

### **b. Bagi Masyarakat.**

Memberikan masukan akan manfaat senam asma dalam meningkatkan kontrol asma pada penderita asma.

### **c. Bagi Pengetahuan Ilmiah**

1) Memberikan kepercayaan diri dari sebuah penelitian dalam penanganan fisioterapi dengan metode senam asma dalam meningkatkan kontrol asma pada penderita.

2) Dapat memberikan gambaran tentang senam asma dalam meningkatkan kontrol asma pada penderita.