

## DAFTAR ISI

<b>SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KTI</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN PENGUJI</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK BAHASA INDONESIA</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK BAHASA INGGRIS</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	<b>3</b>
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>3</b>
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus.....	3
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>3</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
<b>A. Konsep Asma</b> .....	<b>5</b>
1. Definisi Asma.....	5
2. Jenis Asma.....	5
3. Etiologi Asma.....	7
4. Gejala Asma .....	9
5. Patofisiologi Asma .....	9
6. Penatalaksanaan Asma .....	10
7. Komplikasi Asma .....	11
<b>B. Arus Puncak Ekspirasi</b> .....	<b>11</b>
1. Definisi Arus Puncak Ekspirasi .....	11

2. Faktor Yang Mempengaruhi Nilai Arus Puncak Ekspirasi .....	11
3. Cara Pengukuran Arus Puncak Ekspirasi .....	12
<b>C. Senam Asma .....</b>	<b>15</b>
1. Definisi Senam Asma .....	15
2. Manfaat Senam Asma .....	15
3. Langkah-langkah Senam Asma .....	15
<b>D. Pengaruh Senam Asma Untuk Menurunkan Kambuhan Asma Terhadap Penderita Asma Bronchial .....</b>	<b>31</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
<b>A. Rancangan Penelitian .....</b>	<b>32</b>
<b>B. Subyek Penelitian .....</b>	<b>32</b>
<b>C. Definisi Operasional .....</b>	<b>33</b>
<b>D. Tempat dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>33</b>
<b>E. Pengumpulan Data .....</b>	<b>33</b>
<b>F. Cara Pengolahan Data .....</b>	<b>34</b>
<b>G. Etika Penelitian .....</b>	<b>34</b>
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMAHASAN .....</b>	<b>36</b>
<b>A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....</b>	<b>36</b>
<b>B. Gambaran Umum Responden .....</b>	<b>36</b>
<b>C. Hasil Penelitian.....</b>	<b>37</b>
<b>D. Pembahasan .....</b>	<b>38</b>
1. Arus Puncak Ekspirasi sebelum dilakukan senam asma.....	38
2. Arus Puncak Ekspirasi sesudah dilakukan senam asma .....	39
3. Perbedaan hasil pengukuran Arus Puncak Ekspirasi sebelum dan sesudah dilakukan senam asma .....	40
<b>E. Keterbatasan .....</b>	<b>41</b>
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMAHASAN.....</b>	<b>42</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>42</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>42</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1 Gerakan Pemanasan .....</b>	<b>16</b>
<b>Gambar 2.2 Gerakan Pemanasan .....</b>	<b>17</b>
<b>Gambar 2.3 Gerakan Inti A .....</b>	<b>22</b>
<b>Gambar 2.4 Gerakan Aerobik .....</b>	<b>26</b>
<b>Gambar 2.5 Gerakan Pendinginan .....</b>	<b>29</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1 Nilai Prediksi Arus Puncak Ekspirasi Laki-laki .....</b>	<b>13</b>
<b>Tabel 2.2Nilai Prediksi Arus Puncak Ekspirasi Perempuan .....</b>	<b>14</b>
<b>Tabel 3.1 Definisi Operasional .....</b>	<b>33</b>
<b>Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Arus Puncak Ekspirasi Sebelum diberikan Penerapan Senam Asma .....</b>	<b>37</b>
<b>Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Arus Puncak Ekspirasi setelah diberikan Penerapan Senam Asma .....</b>	<b>38</b>
<b>Tabel 4.3Perkembangan Arus Puncak Ekspirasi Pada Penderita Asma Sebelum dan Setelah Penerapan Senam Asma .....</b>	<b>38</b>

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>Lampiran 1</b> .....	<b>43</b>
<b>Lampiran 2</b> .....	<b>44</b>
<b>Lampiran 3</b> .....	<b>45</b>
<b>Lampiran 4</b> .....	<b>46</b>
<b>Lampiran 5</b> .....	<b>47</b>
<b>Lampiran 6</b> .....	<b>48</b>
<b>Lampiran 7</b> .....	<b>49</b>