

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Asma Bronchial adalah suatu penyakit yang ditandai dengan obstruksi jalan nafas yang bersifat kambuh berulang dan reversibel (Widianti, 2010). Penyakit asma termasuk lima besar penyebab kematian di dunia, yaitu mencapai 17,4% sementara di Indonesia penyakit ini masuk dalam 10 besar penyebab kesakitan dan kematian. Selama 20 tahun terakhir, epidemiologi penyakit ini cenderung meningkat dengan kasus kematian yang diprediksi meningkat sebesar 20% hingga 10 tahun mendatang.

Penyakit asma berasal dari kata *asthma* yang diambil dari bahasa Yunani yang mengandung arti “sulit bernapas”. Secara umum, penyakit asma merupakan suatu jenis penyakit gangguan pernapasan, khususnya pada paru-paru. Asma biasanya dikenal luas sebagai “penyakit sesak napas”. Sesak napas terjadi karena penyempitan saluran pernapasan akibat adanya aktivitas berlebihan terhadap rangsangan tertentu (Mumpuni, 2013)

WHO (*World Health Organization*) tahun 2011, menyatakan 300 juta orang di Dunia terdiagnosa asma dan diperkirakan akan meningkat menjadi 400 juta orang di tahun 2015. Kematian asma mencapai 250.000 per tahun. Di Amerika Serikat prevalensi asma mencapai 8,4% pada tahun 2009 dan terus meningkat hingga mencapai 17,8% pada tahun 2011.

Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 mendapatkan hasil prevalensi nasional untuk penyakit asma pada semua umur adalah 4,5%. Prevalensi tertinggi asma terdapat di Sulawesi Tengah (7,8%), diikuti Nusa Tenggara Timur (7,3). Di Yogyakarta (6,9%), dan Sulawesi Selatan (6,7%) dan untuk provinsi Jawa

Tengah memiliki prevalensi asma sebesar 4,3% disampaikan pula bahwa prevalensi asma lebih tinggi pada perempuan dibandingkan pada laki-laki.

Upaya pengobatan asma telah dilaksanakan baik yang bersifat kuratif maupun rehabilitatif. Untuk itu keberhasilan pengobatan asma tidak hanya ditentukan oleh obat-obatan yang dikonsumsi juga tapi harus ditunjang dengan faktor gizi dan olahraga. Salah satu bentuk upaya pengobatan tersebut adalah dengan senam asma.

Senam asma merupakan salah satu pilihan yang tepat bagi penderita asma, oleh karena itu senam asma ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan bernafas. Senam asma bertujuan untuk melatih cara bernafas yang benar, melenturkan dan memperkuat otot pernafasan, melatih ekspektorasi yang efektif, meningkatkan sirkulasi darah, mempertahankan asma yang terkontrol, dan kualitas hidup menjadi lebih baik (Proverawati (2010) dalam jurnal kesehatan Antoro (2015)).

Dalam jurnal penelitian Antoro (2015) terdapat 38 responden dipilih menggunakan purposive sampling. Hasil uji statistik tidak ada perbedaan rerata peningkatan arus puncak ekspirasi setelah senam asma pada kelompok intervensi dan kontrol. Namun hasil uji statistik pada kelompok intervensi terdapat perbedaan yang signifikan rerata peningkatan arus puncak ekspirasi setelah senam asma terstruktur pada kelompok intervensi. Usia paling signifikan mempengaruhi arus puncak ekspirasi, sedangkan jenis kelamin dan pekerjaan tidak signifikan dalam pengaruh arus puncak ekspirasi

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Teras tahun 2017 terdapat 69 orang yang menderita penyakit asma.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis di Desa Tawang Sari, Kecamatan Teras, Kabupaten Boyolali terdapat beberapa orang dewasa muda yang memiliki riwayat penyakit asma. Penyebab asma tersebut yaitu karena cuaca dingin, terkena debu saat bersih-bersih rumah, makan gorengan dan minum es. Penanganan asma tersebut ada yang periksa ke dokter, segera minum obat, minum rebusan jahe merah, dan

rutin terapi. Penulis memilih di Desa Tawang Sari karena sebelumnya belum ada penyuluhan tentang cara meningkatkan APE pada penderita asma dengan cara senam asma. Untuk itu penulis mengambil judul “Penerapan Senam Asma Untuk Meningkatkan Arus Puncak Ekspirasi (APE) Pada Penderita Asma Bronchial” di Desa Tawang Sari, Kecamatan Teras, Kabupaten Boyolali.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka pokok permasalahan yang dapat dirumuskan adalah “Bagaimana Penerapan Senam Asma Untuk Meningkatkan Arus Puncak Ekspirasi (APE) Pada Penderita Asma Bronchial?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan penerapan senam asma untuk meningkatkan arus puncak ekspirasi (APE) pada penderita asma bronchial.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan arus puncak ekspirasi (APE) sebelum dilakukan senam asma pada penderita asma bronchial.
- b. Mendeskripsikan arus puncak ekspirasi (APE) setelah dilakukan senam asma pada penderita asma bronchial.
- c. Menganalisis perbedaan arus puncak ekspirasi (APE) sebelum dan setelah dilakukan senam asma pada penderita asma bronchial.

D. Manfaat Penelitian

1. Penulis

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan dan pengetahuan tentang senam asma untuk meningkatkan Arus Puncak Ekspirasi pada penderita asma bronchial.

2. Masyarakat

Membudidayakan senam asma untuk penderita asma dengan cara tindakan mandiri.

3. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Sebagai referensi dalam melakukan penelitian tentang penerapan senam asma untuk meningkatkan arus puncak ekspirasi pada penderita asma.
- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penerapan senam asma pada klien asma pada masa yang akan datang.