

ABSTRAK

MANFAAT SENAM ASMA TERHADAP FREKUENSI SERANGAN ASMA PADA PESERTA SENAM ASMA DI RUMAH SAKIT IMMANUEL BANDUNG

Harry Kurniawan, 2001.

Pembimbing : Andre Suhendra, dr., SpP.; DR. Iwan Budiman, dr., MS.

Latar belakang : Akhir-akhir ini perhatian masyarakat terhadap olahraga mulai meningkat. Hal ini dapat dilihat dari kegiatan olahraga yang dilakukan di tempat-tempat tertentu. Demikian halnya pada penderita asma olahraga pun merupakan salah satu alat yang dapat digunakan untuk menanggulangi kesukaran bernafas, meskipun olahraga bagi setiap penderita asma berbeda-beda. Melalui senam akan dijadikan kebiasaan untuk memperbaiki tingkat kebugaran dan secara tidak langsung memperbaiki asma, maka hendaknya senam tersebut mudah dilakukan, dinamis, menarik, menyenangkan, bervariasi dan tanpa disertai efek samping yang tidak diinginkan.

Tujuan : Untuk mengetahui seberapa jauh manfaat senam asma terhadap frekuensi serangan asma pada peserta senam asma.

Metode : Pada peserta senam asma di Rumah Sakit Immanuel yang diberi kuesioner. Analisis data memakai statistik deskriptif.

Hasil : Setelah mengikuti senam asma didapatkan peserta senam asma yang mengalami gejala asma dengan frekuensi serangan $> 1 \times$ perminggu, setiap hari dan terus menerus menurun. Sedangkan peserta senam asma yang mengalami serangan asma malam dengan frekuensi serangan $> 2 \times$ perbulan, $> 1 \times$ perminggu dan sering menurun.

Kesimpulan : Senam asma dapat menurunkan gejala asma dan serangan asma malam (Frekuensi serangan berkurang).

Saran : Untuk penderita asma yang belum pernah ikut senam asma dianjurkan ikut senam asma untuk mengurangi frekuensi serangan asmanya dan untuk yang telah ikut lebih rajin dan teratur dalam mengikuti senam asma.

ABSTRACT

THE USE OF ASTHMA'S EXERCISE TO THE ASTHMA'S ATTACK FREQUENCY OF THE ASTHMA'S EXERCISE PARTICIPANTS AT IMMANUEL HOSPITAL IN BANDUNG

Harry Kurniawan, 2001.

Tutors : Andre Suhendra, **dr.**, SpP.; DR Iwan Budiman, dr., **MS.**

Background : Recently, the people's attention to sport begin to increase. This, can be seen from the sport activity done in the certain places. It's also done by the asthma's sufferers, sport is also one method which can be used to cope with a difficulty of breathing, Although for every asthma's sufferer the sport it self is different. Through the exercise, this will become a habit to improve the health's level and indirectly healing asthma, so the exercise should be easy to do, dynamic, interesting, enjoyable, have variation and without having side effects that unwanted.

Objectives: To know how far the use **of** asthma's exercise to the asthma's attack frequency of the asthma's exercise participants.

Methods: The asthma's exercise participants at the Immanuel Hospital given a questionnaire. Analisis of data with using descriptif statistic.

Results : After doing asthma's exercise, the asthma's exercise participants who experience asthma's symptoms with the attack frequency more than once per week, the attack frequency is decreasing everyday and more. Whereas, the asthma's exercise participants who experience asthma's attack in the night with the attack frequency more than **twice** per month, more than once per week, the attack frequency **will** more often.

Conclusion : Asthma's exercise can decrease asthma's symptoms and asthma's in the night (the attack frequency decrease).

Recommendation : For asthma's participants who never asthma's exercise **as** recommended asthma's exercise for more decrease asthma's attack frequency and for them **who** have been asthma's exercise hope be more active and regularly to do the asthma's exercise.

DAFTAR ISI

	Halaman
Abstrak	iv
Abstract	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar lampiran.....	xii

BAB I

PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan	2
1.4 Kegunaan Penelitian.....	2
1.5 Metodologi Penelitian	2
1.6 Lokasi dan waktu... ..	3

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Definisi Asma.....	4
2.2 Faktor resiko memperoleh asma	4
2.2.1 Faktor predisposisi	5
2.2.2 Faktor kausal	5
2.2.3 Faktor kontribusi	6
2.3 Faktor pencetus serangan asma	6
2.4 Gambaran patologi	7
2.5 Patogenesis asma	7
2.6 Klasifikasi asma	10
2.7 Pengobatan asma	11
2.8 Status asthmaticus	12
2.9 Senam	13
2.9.1 Senam asma	14

BAB III

BAHAN DAN METODE	16
3.1 Subjek penelitian	16
3.2 Kuesioner yang digunakan	16
3.3 Metode Penelitian	18
3.3.1 Vanabel Perlakuan	18
3.3.2 VariabelRespon	18
3.4 Prosedur penelitian	18
3.5 Data yang di ukur	18

BAB IV	
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	20
4.1 Hasil penelitian	20
4.2 Pembahasan	24
 BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN	26
5.1 Kesimpulan.....	26
5.2 Saran	26
 Daftar pustaka	 27
Daftar riwayat hidup	69

Daftar Tabel

Halaman

Tabel 4.1	Distribusi peserta senam asma berdasarkan kelompok umur	20
Tabel 4.2	Mengikuti senam asma.....	20
Tabel 4.3	Mengikuti senam asma dalam sebulan.....	21
Tabel 4.4	Melakukan senam asma sendiri di rumah dalam seminggu.....	21
Tabel 4.5	Sebelum mengikuti senam asma gejala asma.....	21
Tabel 4.6	Sebelum mengikuti senam asma serangan asma malam	22
Tabel 4.7	Setelah mengikuti senam asma gejala asma.....	22
Tabel 4.8	Setelah mengikuti senam asma serangan asma malam	21
Tabel 4.9	Frekuensi gejala asma.....	23
Tabel 4.10	Frekuensi serangan asma malam.....	23
Tabel 4.11	Perubahannya setelah mengikuti senam asma malam selama.....	24
Tabel 4.12	Derajat asma sebelum dan setelah mengikuti senam asma	24

Daftar lampiran

	Halaman
Lampiran 1 Senam Asma indonesia	29