

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Akhir-akhir ini perhatian masyarakat terhadap olahraga mulai meningkat. Hal ini dapat dilihat dari kegiatan olahraga yang dilakukan di tempat-tempat tertentu baik secara kelompok maupun perorangan dalam lingkungan sekolah, kantor, masyarakat. Kegiatan olahraga yang dilakukan ini merupakan wujud dari upaya pemerintah dalam menyebarluaskan olahraga sebagai sarana untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani masyarakat. Kenyataan tersebut dapat kita lihat pada hari-hari libur orang-orang **pada** melakukan senam di lapangan, lari di jalan-jalan dan melakukan olahraga permainan seperti sepakbola, bulutangkis, bola basket, dan bola voli.

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, tergantung kondisi fisik dan berat tidaknya asma yang di derita oleh seseorang. 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.

1.2 Identifikasi masalah

Seberapa jauh manfaat senam asma terhadap frekuensi serangan asma pada peserta senam asma ?

1.3 Maksud dan Tujuan

Untuk mengetahui seberapa jauh manfaat senam **asma** terhadap frekuensi serangan asma pada peserta senam asma

1.4 Kegunaan penelitian

1. Memahami manfaat senam asma **dalam** mengurangi frekuensi serangan asma.
2. Mengerti tentang penyakit asma, bahayanya dan cara pencegahannya.

1.5 Metodologi penelitian

Penelitian ini bersifat quasi eksperimental.

Pengambilan data dengan cara kuesioner

Analisis data memakai statistik deskriptif.

1.6 Lokasi dan Waktu

Di Rumah **Sakit Immanuel** ,pada bulan Mei 2001