

ABSTRAK

PERBANDINGAN TINGKAT TERKONTROL ASMA PADA PASIEN ASMA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI SENAM ASMA

Jeldita Pali, 1510140, Pembimbing I : Dr. J. Teguh Widjaja, dr., Sp.P., FCCP
Pembimbing II : Decky Gunawan, dr., M.Kes., AIFO

Senam asma merupakan salah satu pilihan olahraga bagi penderita asma yang bermanfaat untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan meningkatkan kemampuan bernapas sehingga dapat meminimalkan frekuensi serangan. Senam asma yang dilakukan secara teratur akan memberikan manfaat diantaranya meningkatkan kemampuan otot pernapasan sehingga menjadi lebih baik. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbandingan tingkat terkontrol asma pada pasien asma yang mengikuti dan tidak mengikuti senam asma. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 60 orang dengan 30 orang penderita asma yang mengikuti senam asma dan 30 orang penderita asma yang tidak mengikuti senam asma. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney dengan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov. Hasil penelitian menunjukkan rerata skor ACT (*Asthma Control Test*) pada pasien asma yang mengikuti senam asma ($22,57 \pm 3,803$) lebih tinggi daripada pasien asma yang tidak mengikuti senam asma ($15,13 \pm 3,758$). Berdasarkan uji Mann-Whitney diperoleh nilai $p = 0,000$, hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan sangat bermakna antara pasien asma yang mengikuti senam asma dan yang tidak mengikuti senam asma ($p < 0,01$). Simpulan penelitian adalah terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat terkontrol asma pada pasien asma yang mengikuti senam asma dan yang tidak mengikuti senam asma.

Kata Kunci : *Asthma Control Test*, asma, senam asma, tingkat terkontrol

ABSTRACT

COMPARISON OF ASTHMA CONTROL DEGREE IN PATIENTS WHO PERFORMED AND DID NOT PERFORMED ASTHMA EXERCISE

Jeldita Pali, 1510140,

Tutor I : Dr. J. Teguh Widjaja, dr., Sp.P., FCCP

Tutor II : Decky Gunawan, dr., M.Kes., AIFO

Asthma exercise is one choice of exercises for asthmatic that benefits by improving physical fitness and breathing ability, thus minimizing frequency of attacks. Asthma exercise that performed consistently gives benefits such as maximizing the function of respiratory muscles. The aim of this study was to compare the degree of asthma control in asthmatic who performed and not performed asthma exercise. This is an observational analytic study with cross-sectional design. The samples were 60 asthmatics who 30 asthmatics performed asthma exercise and 30 asthmatics who did not performed asthma exercise. The data was analyzed using Mann-Whitney test. Results showed that the average ACT (Asthma Control Test) score in asthmatics who received asthma exercise was 22.57 ± 3.803 higher compared to those who did not receive asthma exercise (15.13 ± 3.758). The result of Mann-Whitney test showed p value of 0.000 which means that there was a significant difference between asthmatics who received asthma exercise and those who did not ($p < 0.01$). This study concludes that there was a significant difference of asthma control degree between asthmatics who performed asthma exercise and those who did not.

Keywords: Asthma Control Test, asthma, asthma exercise, control degree

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Penelitian	2
1.5 Kerangka Pemikiran	3
1.6 Hipotesis Penelitian	3
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Definisi Asma	4
2.2 Epidemiologi Asma	4
2.3 Klasifikasi Asma	5
2.4 Patogenesis Asma.....	6
2.4.1 Inflamasi Akut.....	6
2.4.2 Inflamasi Kronik.....	6
2.4.3 Eosinofil.....	7
2.4.4 <i>Airway Remodelling</i>	8

2.5	Diagnosis Asma	9
2.5.1	Spirometri.....	11
2.5.2	Arus Puncak Ekspirasi	12
2.6	Penatalaksanaan Asma	12
2.7	Senam Asma	13
2.7.1	Sejarah Senam Asma	13
2.7.2	Rangkaian dan Tujuan Senam Asma.....	14
2.8	<i>Asthma Control Test</i>	24

BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN

3.1	Alat dan Bahan	26
3.1.1	Alat Penelitian.....	26
3.2	Subjek Penelitian	26
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
3.4	Besar Sampel	27
3.5	Rancangan Penelitian.....	27
3.5.1	Desain Penelitian	27
3.5.2	Variabel Penelitian.....	28
3.5.3	Definisi Operasional	28
3.6	Prosedur Penelitian	28
3.7	Analisis Data	29
3.8	Etik Penelitian	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian	31
4.2	Pembahasan	33
4.3	Uji Hipotesis	34

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

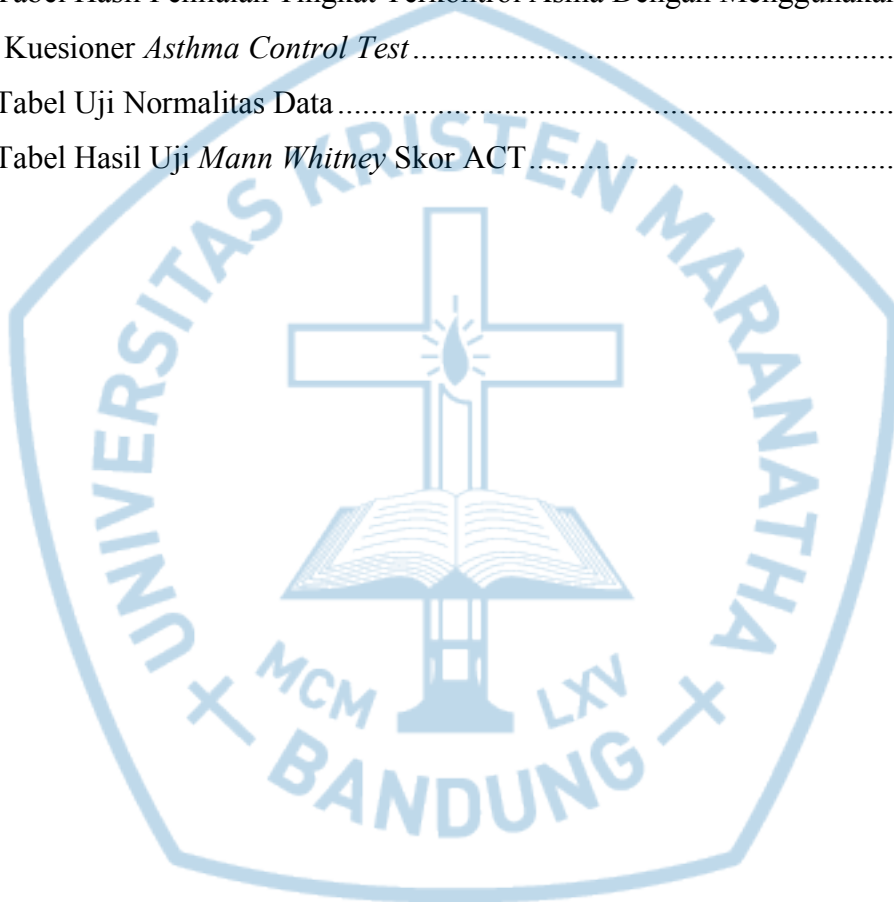
5.1	Simpulan	36
5.2	Saran	36

DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	40
RIWAYAT HIDUP	47



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Tabel Klasifikasi Asma berdasarkan Tingkat Terkontrolnya Gejala Asma	5
4.1 Tabel Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin.....	31
4.2 Tabel Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Usia.....	31
4.3 Tabel Hasil Penilaian Tingkat Terkontrol Asma Dengan Menggunakan Kuesioner <i>Asthma Control Test</i>	32
4.4 Tabel Uji Normalitas Data.....	32
4.5 Tabel Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Skor ACT.....	32



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Mekanisme Inflamasi Akut dan Kronik pada Asma	8
2.2 Siklus Penatalaksanaan Asma Berdasarkan Kontrol Gejala.....	13



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. <i>Ethical Approval</i>	40
2. Surat Izin Penelitian Rumah Sakit Immanuel	41
3. <i>Informed Consent</i>	42
4. Kuesioner <i>Asthma Control Test</i>	43
5. Hasil Penelitian	44
6. Hasil Uji Statistik	45
7. Dokumentasi	46

