

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Polusi udara di Indonesia saat ini semakin meningkat, khususnya di kota besar seperti Jakarta. Tingginya tingkat polusi udara tersebut menyebabkan peningkatan angka penderita penyakit pernapasan di Indonesia seperti asma, bronkhitis, bahkan kanker paru. Akibat tingginya polusi udara tersebut dilaporkan terjadinya lebih dari 450 kasus asma di Jakarta (Bakrie, 2007).

Menurut Rubenstein *et al* (2007), asma merupakan suatu penyakit yang terjadi akibat penyempitan lumen saluran napas. Penyakit ini dapat terjadi pada berbagai usia, baik balita, anak-anak, orang dewasa, maupun lansia. Meskipun demikian umumnya asma terjadi pada anak-anak usia di bawah 5 tahun dan orang dewasa pada usia sekitar 30 tahun. Menurut catatan WHO (*World Health Organization*) penderita asma di Indonesia mencapai 2-5% dari populasinya yang mencapai 220 juta jiwa, sedangkan di seluruh dunia penderita asma mencapai 150 juta jiwa, dan akan terus bertambah sekitar 180.000 jiwa setiap tahunnya.

Secara garis besar faktor penyebab timbulnya serangan asma dibagi menjadi dua, yaitu faktor intrinsik (antara lain emosi dan olahraga) dan faktor ekstrinsik (antara lain alergen seperti debu, serbuk sari tumbuhan, bulu halus hewan dan sebagainya). Untuk itu para penderita asma selain

menjaga kesehatan fisik juga harus memperhatikan kebersihan diri dan lingkungannya seperti dalam sebuah hadist yang artinya "*kebersihan itu adalah sebagian dari iman*" (HR. Bukhari Muslim).

Menurut catatan WHO pada tahun 2005 lebih dari 255.000 pasien di dunia meninggal karena serangan asma. Kematian pada penderita asma biasanya terjadi di rumah, pada saat bekerja, atau dalam perjalanan ke Rumah Sakit. Hal ini terjadi karena kurangnya kemampuan dan pengetahuan masyarakat khususnya penderita asma dalam menghadapi serangan asma. Hal tersebut dapat dihindari apabila penderita asma memiliki otot-otot pernafasan yang kuat dan lentur serta sudah terlatih bagaimana cara bernapas yang benar apabila terjadi serangan asma. Kemampuan tersebut bisa dimiliki apabila penderita asma melakukan senam asma secara rutin (Yayasan Asma Indonesia, 2004).

Senam asma merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan oleh penderita asma untuk membantu proses penyembuhan asma. Senam asma ini merupakan suatu olahraga yang merupakan rangkaian dari beberapa gerakan yang prinsipnya ialah untuk memperkuat otot-otot pernafasan agar penderita asma lebih mudah untuk melakukan pernafasan dan ekspektorasi (Yayasan Asma Indonesia, 2004).

Senam asma berperan penting terhadap angka dan derajat kekambuhan asma, oleh sebab itu penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan pengetahuan tentang perlunya dilakukan senam asma agar para penderita asma bisa menurunkan resiko kejadian kekambuhan asma.

BKPM (Balai Kesehatan Paru Masyarakat) Klaten merupakan suatu balai pengobatan untuk penyakit paru, di sana terdapat suatu klub asma yang salah satu kegiatannya adalah mengadakan senam asma bersama secara rutin. Peserta senam asma tersebut merupakan para penderita asma.

Berdasarkan latar belakang seperti tersebut, dapat diidentifikasi permasalahan penelitian yaitu pengaruh antara senam asma terhadap kejadian kekambuhan asma pada orang dewasa di BKPM Klaten.

B. Perumusan Masalah

Perumusan masalah penelitian ini adalah: "Apakah senam asma berpengaruh terhadap kekambuhan asma pada orang dewasa?"

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh senam asma terhadap kejadian kekambuhan asma pada orang dewasa.
2. Untuk mengetahui apakah senam asma dapat menurunkan derajat dan frekuensi kekambuhan asma.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini akan memberikan kemanfaatan antara lain:

1. Secara *scientific* penelitian ini dapat menambah informasi dan pengetahuan tentang manfaat senam asma bagi para penderita asma,

serta penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi penelitian-penelitian berikutnya.

2. Secara praktis penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang cara-cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi resiko kejadian kekambuhan asma serta derajat dan frekuensinya.

E. Keaslian Penelitian

Dari hasil pelacakan didapatkan bahwa penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Asma terhadap Kejadian Kekambuhan Asma pada Orang Dewasa di BKPM Klaten” belum pernah dilakukan.

Penelitian terkait yang berhasil ditemukan adalah penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Asma Indonesia terhadap Frekuensi Serangan Asma Bronkial dan Biaya Pengobatan” (Setyawan, 2006).

Perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah penelitian tersebut hanya meneliti tentang pengaruh frekuensi senam asma terhadap serangan asma bronkial dan biaya pengobatan. Sedangkan pada penelitian ini yang diteliti adalah tentang lama dan frekuensi senam asma terhadap kejadian kekambuhan asma, derajat kekambuhan asma dan frekuensi kekambuhan asma.