

ABSTRAK

PENGARUH SENAM ASMA BRONKHIAL TERHADAP ARUS PUNCAK EKSPIRASI DAN FREKUENSI KEKAMBUHAN PASIEN ASMA BRONKHIAL

¹Lungguh Tarenaksa suranggana, ²Koesbaryanto, ³Azizah Khoiriyati

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Email: lungguhlombok@gmail.com

Latar Belakang: Penyakit asma merupakan masalah hampir diseluruh dunia, bahkan pada beberapa kasus asma dapat menyebabkan kematian. Penderita asma berdasarkan data dari WHO dan GINA sebanyak 300 juta penderita asma di perkirakan pada tahun 2025 mencapai 400 juta, sedangkan di Indonesia Penyakit asma termasuk dalam sepuluh besar penyakit penyebab kesakitan dan kematian dengan jumlah prevalensi 4,5% dan di Nusa Tenggara Barat (NTB) penderita asma 4,5% menempati peringkat kelima. Puskesmas penujuk populasinya 65 penderita asma.

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh senam asma bronkhial terhadap arus puncak ekspirasi (APE) dan frekuensi kekambuhan pasien asma bronkhial Di Puskesmas Penujak Lombok Tengah Nusa Tenggara Barat tahun 2018.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen dengan kontrol grup desain, yaitu peneliti mencari hubungan sebab akibat senam asma dengan peningkatan puncak ekspirasi pada klien asma, menggunakan total sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi pada pasien asma bronkhial dalam kriteria sedang sebanyak 55 responden. Peneliti menentukan kelompok intervensi di daerah Desa Mentokok dan kelompok kontrol di daerah Desa Ketapang. Penelitian dilakukan dengan cara time series pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, setiap 3 kali seminggu selama 4 minggu di Puskesmas Penujak Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat.

Hasil: Hasil uji menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan kategori usia terbanyak antara usia 31-40 tahun sebesar 45,4% dengan *p value* 0,616; berdrkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan sebesar 81,8% dengan *p value* 0,949; dan berdasarkan tingkat pendidikan terbanyak adalah SMA sebesar 34,5% dengan *p value* 0,258. Berdasarkan analisis data bahwa nilai APE pada kelompok intervensi adalah 241,43±20,50 L/Menit dan setelah intervensi adalah 352,86±11,82 dengan *p value* 0,001; sedangkan frekuensi kekambuhan pada kelompok intervensi adalah 2,75±0,70 dan setelah intervensi adalah 1,21±0,42 dengan *p value* 0,001.

Kesimpulan: Pada pasien asma yang melakukan latihan senam asma terdapat peningkatan APE lebih besar dan penurunan frekuensi kekambuhan lebih besar dibandingkan dengan pasien yang tidak melakukan senam asma.

Kata kunci : Asma bronkhial, APE, frekuensi kekambuhan, senam asma

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF ASTHMA BRONKHIAL GYMNASTICS ON EXPIRATORY PEAK FLOW AND FREQUENCY OF RECURRENCE OF BRONCHIAL ASTHMA PATIENTS

¹Lungguh Tarenaksa suranggana, ²Koesbaryanto, ³Azizah Khoiriyati

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Email: lungguhlombok@gmail.com

Background: Asthma is a problem almost all over the world, even in some cases asthma can cause death. Asthma sufferers based on WHO and GINA data as many as 300 million people with asthma are estimated in 2025 to reach 400 million, while in Indonesia Asthma is included in the top ten diseases that cause morbidity and mortality with a prevalence of 4.5% and in West Nusa Tenggara (NTB) 4.5% asthma sufferers ranked fifth. Health center Penujak population 65 pasien The research aimed at analyzing the effect of bronchial asthma exercise towards peak expiratory flow and bronchial asthma patients' frequency of recurrence at Puskesmas Penujak Lombok Tengah Nusa Tenggara Barat 2018.

Method: The research used quasi experiment with control group design in which the researcher searched for cause and effect relationship between asthma exercise and the increase of peak expiratory on asthma patients using total sampling in accordance to inclusion and exclusion criteria on bronchial asthma patients in medium criteria with 55 respondents. The researcher determined the intervention group in Mentokok Village and control group in Ketapang Village. The research was conducted by time series on the intervention and control group, 3 times a week for 4 weeks at Puskesmas Penujak Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat.

Result: The test result indicated that the respondent characteristic based on age category was mostly between 31-40 years old or 45,4% with p value of 0,616; based on sex was mostly female as much as 81,8% with p value of 0,949; and based on education level was mostly SMA (High School) as much as 34,5% with p value of 0,258. Based on the data analysis, the APE value on the intervention group was 241,43 +- 20,50 L/minute and after intervention was 352,86 +- 11,82 with p value of 0,001; meanwhile the frequency of recurrence on the intervention group was 2,75 +- 0,70 and after intervention was 1,21 +- 0,42 with p value of 0,001.

Conclusion: Asthma patients who performed asthma exercise had bigger APE (value) increase and bigger decrease in frequency of recurrence compared to asthma patients who did not perform asthma exercise.

Key Words: Asthma exercise, APE, bronkhial asma, frequency of recurrence