

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Sehat adalah hal yang paling utama untuk bisa melakukan aktivitas keseharian, karena aktivitas yang harus dilakukan bisa tertunda saat kita merasakan tidak enak badan atau sakit. Pada penderita asma aktivitas yang berlebihan bisa mengakibatkan sesak napas karena kelelahan, alergi makanan atau pun cuaca juga bisa membuat sesak napas. Namun, olahraga yang dilakukan seperti senam asma bisa dilakukan karena bermanfaat untuk meningkatkan fungsi otot respirasi dan dapat meningkatkan kebugaran jasmani.

Salah satu dalil dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan kesehatan adalah Surah Al-Maidah ayat 88.

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي  
أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

*Terjemahan artinya: "Dan makanlah dari apa yang telah diberikan Allah kepada kalian sebagai rezeki yang halal dan baik dan bertakwalah kamu kepada Allah yang kamu beriman kepada-Ny*

Penyakit asma ialah gangguan inflamasi kronik pada jalan napas. Inflamasi kronik dapat menyebabkan peningkatan *hiperresponsif* jalan napas yang ditandai dengan *wheezing*, sulit bernapas, dada sesak dan batuk. (Lewis dalam Manese et al., 2021)

Asma adalah gangguan inflamasi kronik saluran napas. Hal ini menyebabkan peningkatan *hiperresponsif* jalan napas yang ditandai dengan *wheezing*, sulit bernapas, dada terasa berat, dan batuk, terutama terjadi malam hari atau menjelang pagi hari. (Rosfadilla & Sari, 2022)

Dilaporkan prevalensi asma di Amerika Utara berdasarkan usia tertinggi di tahun 2019 (10.399,3 per 100.000) dan terendah di Asia Timur (2.025,5 per 100.000). dari tahun 1990 sampai 2019, jumlah kasus prevalensi asma meningkat dari 226,9juta menjadi 262,4 juta dengan jumlah kasus terbanyak di Asia Selatan dan Amerika Utara. Di Indonesia, terdapat 19 provinsi yang mempunyai prevalensi penyakit asma melebihi angka nasional dan salah satunya termasuk aceh. (Rosfadilla & Sari, 2022)

Problematika akibat asma yaitu sesak napas. Sesak napas seringkali terjadi apabila individu tidak bisa mengendalikan dan mencegah kontak dengan faktor pemicu sesak napas seperti faktor perubahan cuaca, aktivitas berlebih, infeksi saluran pernapasan, obat obatan, polusi udara, lingkungan kerja. (craig dalam Manese et al., 2021)

Dari permasalahan yang terjadi, fisioterapi bertanggung jawab terhadap penurunan kapasitas paru yang diakibatkan oleh efek tersebut maka fisioterapi memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang. Pada kondisi ini untuk mengurangi keluhan yang dirasakan seseorang dapat diberikan terapi seperti senam asma untuk meningkatkan kapasitas paru dan menguatkan otot pernafasan. (Oktaviani, 2014)

Senam asma adalah suatu jenis terapi latihan yang dilakukan secara berkelompok yang melibatkan aktivitas gerakan tubuh dan merupakan kegiatan yang membantu proses rehabilitasi pernafasan, meningkatkan kemampuan otot-otot pernapasan, mencegah dan mengurangi kelainan bentuk dan sikap tubuh, mengendalikan dan meningkatkan kapasitas pernafasan dan meningkatkan percaya diri pasien penderita asma. Senam asma sebaiknya dilakukan rutin 3-4 kali seminggu dan setiap senam kurang lebih selama 30 menit. Senam asma akan memberikan hasil bila dilakukan 6-8 minggu. (Isa dalam Darmayasa, 2011)

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk mengangkat dalam karya tulis ilmiah yang berjudul “APLIKASI SENAM ASMA PADA KONDISI RIWAYAT ASMA”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Problematika yang muncul pada pasien Nn.N dan Nn.H dengan kondisi Riwayat Asma dalam Karya Tulis Ilmiah :

1. adanya sesak napas
2. adanya ketegangan otot bantu pernapasan
3. potensial penurunan kapasitas paru
4. potensial terjadi gangguan postur berupa kifosis oleh karena riwayat asma
5. potensial terjadi penurunan aktivitas sehari hari berupa duduk terlalu lama didepan komputer oleh karena sesak napas
6. potensial terjadi penurunan aktivitas sosial masyarakat oleh karena riwayat Asma.

## **1.3. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulis membatasi masalah pada penurunan kapasitas paru pada klien dengan riwayat Asma yang ditangani dengan pemberian aplikasi Senam Asma.

## **1.4. Perumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh senam asma dalam meningkatkan kapasitas paru pada klien dengan riwayat asma?

## **1.5. Tujuan penelitian**

Tujuan penelitian dalam karya tulis ilmiah ini untuk mengetahui peran fisioterapi dalam peningkatan kapasitas fungsi paru pada klien dengan kondisi riwayat asma menggunakan modalitas aplikasi senam asma.

## **1.6. Manfaat penelitian**

Manfaat penelitian terhadap aplikasi senam asma pada kondisi riwayat asma adalah sebagai berikut:

1. Untuk diri sendiri

Agar dapat mengaplikasikan ilmu yang dipelajari selama ini dengan baik, yang dimana nanti berguna dimasa yang akan datang.

2. Untuk Institusi

Memberikan informasi tentang pengaruh aplikasi senam asma pada kondisi riwayat asma.

3. Untuk masyarakat

Untuk memberikan informasi tentang peran fisioterapi pada kondisi riwayat asma.

4. Untuk Fisioterapis

Sebagai referensi untuk penanganan kasus selanjutnya tentang kondisi riwayat asma.