

**PENGARUH SENAM ASMA INDONESIA TERHADAP FREKUENSI
KEKAMBUIHAN ASMA PADA PENDERITA ASMA DI BALAI
KESEHATAN PARU MASYARAKAT (BKPM) SEMARANG**

Sinta Tri Ciptarini¹, Zulfachmi Wahab², Merry Tiyas Anggraeni³

ABSTRAK

Latar Belakang : Asma merupakan penyakit saluran pernapasan kronik. Salah satu penatalaksanaan asma jangka panjang adalah dengan menjaga kebugaran jasmani melalui Senam Asma Indonesia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh Senam Asma Indonesia terhadap frekuensi kekambuhan asma.

Cara : Jenis penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Cara pengambilan sample dilakukan secara quota sampling, dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga didapatkan 56 responden, yang terdiri atas 28 responden yang mengikuti Senam Asma Indonesia dan 28 responden yang tidak mengikuti Senam Asma Indonesia. Data yang didapatkan kemudian diolah menggunakan uji Mann-Whitney dan Kruskal-Wallis.

Hasil : Pada responden yang tidak mengikuti Senam Asma Indonesia sebagian besar responden termasuk dalam kategori asma tidak terkontrol (82,1%), pada responden yang mengikuti Senam Asma Indonesia sebagian besar responden termasuk dalam kategori asma terkontrol baik (57,1%). Pada uji Mann-Whitney didapatkan p-value 0,001 (<0,05). Pada uji Kruskal-Wallis didapatkan p-value 0,003 (<0,05).

Kesimpulan : Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan yaitu Senam Asma Indonesia berpengaruh terhadap frekuensi kekambuhan asma.

Kata Kunci : Senam Asma Indonesia, asma

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

²Tim Pengajar Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

³Tim Pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang