

ABSTRAK

Nenden Meilasari.

Pengaruh Frekuensi Senam Asma Indonesia Terhadap Keluhan Serangan Asma Pada Pasien Asma di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang Tahun 2011.

VI + 80 halaman + 18 tabel + 15 gambar + 15 lampiran

Asma merupakan salah satu penyakit tidak menular yang saat ini berkembang di masyarakat. Penderita asma mengalami keterbatasan dalam aktivitasnya guna menghindari faktor pencetus. Yayasan Asma Indonesia telah merancang senam asma yang bertujuan melatih cara bernafas dan memperkuat otot pernafasan. Namun, senam asma masih belum dikenal luas oleh pasien asma. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam asma Indonesia terhadap frekuensi keluhan intensif serangan asma pada penderita asma di Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang tahun 2011.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu dengan pendekatan *Pre-test-Post-test Control Group Design*. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo pada tanggal 16 Januari-27 Februari 2011. Sampel dalam penelitian ini adalah 40 orang, yaitu penderita asma di wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo. Pengambilan sampel dengan cara *non random sampling* dengan teknik *Purpose Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah senam asma Indonesia serta lembar *check list*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji t berpasangan dan uji *Wilcoxon*.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil signifikansi atau nilai *p* pada kelompok eksperimen dan kontrol adalah 0,000. Karena nilai *p* (0,000) lebih kecil dari 0,05, maka diperoleh hasil bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah media kegiatan senam asma memberikan pengaruh untuk mengurangi frekuensi keluhan intensif serangan asma pada penderita asma di wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo tahun 2011. Saran yang diajukan bagi: (1) masyarakat (penderita asma) agar rutin mengikuti senam asma setiap minggu; (2) pihak puskesmas untuk mengadakan program senam asma bagi penderita asma di wilayah Puskesmas; (3) Dinas Kesehatan Kota Semarang melakukan pemantauan program puskesmas tentang penyakit asma; (4) Pemerintah Kota Semarang dapat menjadikan skripsi ini sebagai bahan kajian dalam menentukan kebijakan yang berhubungan dengan penyakit asma.

Kata Kunci: Frekuensi Senam Asma Indonesia, Keluhan Serangan Asma.

Kepustakaan: 25 (1998 – 2009)