

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pasien Asma harus membatasi aktivitas fisiknya karena dapat menyebabkan episode kekambuhan lebih sering. Dimana pengelolaan aktivitas fisik sangat penting untuk efektivitas pencegahan kekambuhannya. Kurang sadarnya terhadap pengelolaan aktivitas fisik pada individu dengan asma dapat menyebabkan kemunculan gejala asma kembali atau kekambuhan asma, dengan ciri seperti sesak napas dan dada ampeg yang sifatnya ringan atau berat, apabila melakukan aktivitas fisik berlebihan seperti berolahraga, maka tubuh mengkompensasi kelelahan dengan pernapasan lebih cepat untuk mendapatkan lebih banyak oksigen untuk metabolisme (Hanifah, 2020). Hal yang mampu dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup individu yang menderita asma adalah dengan mengelola aktivitas fisik. Aktivitas fisik dengan intensitas sedang dan rutin dapat mengurangi inflamasi secara sistemik dan inflamasi kronis pada organ tertentu, terutama paru-paru pada pasien asma.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 235 juta orang di seluruh dunia menderita asma dan berdasarkan pada laporan pada bulan Desember, terdapat 383.000 kasus kematian akibat asma pada tahun 2018. Di Indonesia sendiri berdasarkan data KEMENKES tahun 2018 asma adalah salah satu penyakit yang paling umum di Indonesia yaitu dari sebanyak 12 juta lebih penduduk Indonesia 4,5 persennya mengidap asma. Asma diperkirakan

terjadi pada 2,4% dari populasi pada tahun 2018 dan prevalensi asma di provinsi Jawa Timur masih sekitar 6,47% dari populasi (Kemenkes, 2018). Data dari dinkes kabupaten Pasuruan bahwa pada tahun 2018 didapatkan data sebanyak 2,8% dan mengalami kenaikan menjadi 5,1% pasien asma. Sedangkan data dari puskesmas rembang pada bulan februari 2024 didapatkan sebanyak 50 orang yang menderita asma. Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 februari 2024 yang dilakukan peneliti dengan mewawancarai 5 pasien yang ada di puskesmas rembang, 3 pasien (60%) mengatakan ia sering mengalami kekambuhan pada asma yang dideritanya yang sudah dialami bertahun-tahun lamanya. 1 pasien mengatakan sering kambuh pada saat setelah melakukan aktivitas yang berlebihan, seperti mengangkat/memindahkan barang berat (galon), 2 pasien mengatakan setelah berkegiatan dari sawah dan saat setelah pulang bekebun. Dan 2 pasien lainnya (40%) mengatakan jarang mengalami kekambuhan pada asmanya, asma kambuh hanya saat ia sangat kelelahan atau pada malam hari dengan intensitas kurang lebih 2 bulan sekali.

Aktivitas fisik didefinisikan sebagai sebuah kegiatan dengan melakukan pergerakan bagian tubuh yang dilakukan oleh otot-otot tubuh yang menyebabkan penggunaan energi. Salah satu dari empat penyebab kematian yang diidentifikasi adalah mengurangi aktivitas fisik, yang menjamin sekitar 6% kematian di seluruh dunia (WHO , 2018).

Asma adalah penyakit pernapasan kronis yang biasanya ditandai dengan peradangan yang terjadi pada saluran pernapasan. Inflamasi kronis tersebut menyebabkan terjadinya hiperresponsif pada saluran pernapasan dan

menimbulkan timbulnya gejala seperti mengi, sesak napas, dada sesak, dan batuk, yang muncul dan hilang secara bertahap, Gejala tersebut dapat muncul dikarenakan adanya sumbatan aliran napas yang secara luas yang disebabkan oleh penebalan dinding bronkus maupun produksi mukus yang berlebih baik dengan pengobatan maupun tidak (GINA, 2022).

Sedangkan asma kambuh merupakan suatu keadaan asma atau biasanya sesak napas dan dada ampeg yang sifatnya ringan atau berat, sangat berbahaya. Dalam penelitian, alergen, aktivitas yang berlebihan, asap rokok, bau menyengat, pilek, virus, emosi, stress, cuaca, dan polusi udara adalah beberapa penyebab terjadinya kekambuhan asma (Nurman & Safitri, 2022).

Telah diketahui dari beberapa temuan penelitian bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kekambuhan asma, faktor yang seringkali menyebabkan gejala asma yang berat adalah olahraga dan pekerjaan yang membutuhkan banyak tenaga, sehingga pasien asma tidak dapat menahan rasa lelah yang dirasakan. Setelah tubuh melakukan aktivitas berat atau berolahraga, tubuh mengkompensasi kelelahan dengan pernapasan lebih cepat untuk mendapatkan lebih banyak oksigen untuk metabolisme (Setiawan & Syahfrianti, 2020).

Tenaga kesehatan setidaknya dapat memberikan edukasi kepada pasien atau keluarga pasien agar dapat mengurangi aktivitas fisik yang dapat menimbulkan kekambuhan pada penyakit asmanya. Pasien asma dapat menerima pencegahan tersier untuk mencegah serangan yang dapat disebabkan oleh berbagai jenis pencetus. Karenanya menghindari paparan pencetus akan

memperbaiki kondisi asma dan mengurangi penggunaan akan obat-obatan (I Made Kusuma, 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut “Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan asma

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan tingkat kekambuhan asma pada pasien pasienasma

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi aktivitas fisik pasienasma.
2. Mengidentifikasi terjadinya kekambuhan asma.
3. Mengevaluasi hubungan aktivitas fisik dengan frekuensi terjadinya kekambuhan asma.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Mafaat Teoritis

Hasil dari studi ini diharapkan dapat mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kekambuhan asma, informasi ini dapat dihgunakan sebagai penguat teori yang sudah ada mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kekambuhan asma

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pencegahan kekambuhan bagi pasien Asma dan bisa mengurangi aktivitas fisik sebagai masukan yang bisa digunakan dalam upaya peningkatan kesehatan.

1.4.2.2 Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para profesional kesehatan, terutama perawat, dalam memberikan Pendidikan kesehatan kepada pasien asma di UOBF Puskesmas Rembang. Terutama untuk meningkatkan pengontrolan terjadinya kekambuhan Asma.

1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi bagi mahasiswa dalam bidang Ilmu Keperawatan, khususnya bagi mereka yang fokus pada stase Keperawatan Medikal Bedah.

1.4.2.4 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan wawasan dan pengetahuanpeneliti terkait penerapan Ilmu Keperawatan Medikal Bedah dengan lebih baik.