

**PENERAPAN SENAM ASMA UNTUK MENURUNKAN  
FREKUENSI KEKAMBUHAN PADA PENDERITA  
ASMA BRONKIAL DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS GARUDA**

**KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS**

**HAFSHAH RAMADHANI  
NIM. P032114401059**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
KEMENKES POLTEKKES RIAU  
PRODI D-III KEPERAWATAN  
PEKANBARU**

**2024**

**PENERAPAN SENAM ASMA UNTUK MENURUNKAN  
FREKUENSI KEKAMBUHAN PADA PENDERITA  
ASMA BRONKIAL DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS GARUDA**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**HAFSHAH RAMADHANI  
NIM. P032114401059**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
KEMENKES POLTEKKES RIAU  
PRODI D-III KEPERAWATAN  
PEKANBARU  
2024**

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Hafshah Ramadhani  
Tempat / Tanggal Lahir : Duri / 25 November 2001  
Agama : Islam  
Alamat : Kp. Bukit Atas, Tanjung Balai Karimun  
Nama Orang Tua  
Nama Ayah : Sudirman  
Nama Ibu : Nurasih Jamil Harahap

## RIWAYAT PENDIDIKAN

No.	Jenjang Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Lulus
1.	SD MI Nurul Huda	Tg. Balai Karimun	2014
2.	Ponpes Ar-Raudhah	Tg. Balai Karimun	2017
3.	SMAN 4 Karimun	Tg. Balai Karimun	2020
4.	Poltekkes Kemenkes Riau	Pekanbaru	2024

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hafshah Ramadhani

NIM : P032114401059

Program Studi : DIII Keperawatan

Instansi : Kemenkes Poltekkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 21 Mei 2024



Hafshah Ramadhani

Mengetahui:

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep, M.Kep

NIP.198702192018012001

R. Sakhnan, SKM., M.Kes

NIP.196406091989031003

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Hafshah Ramadhani NIM P032114401059 dengan judul “Penerapan Senam Asma Untuk Menurunkan Frekuensi Kekambuhan Pada Penderita Asma Bronkial di Wilayah Kerja Puskesmas Garuda” telah diperiksa dan disetujui untuk dijadikan pada seminar hasil Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau.

Pekanbaru, 21 Mei 2024

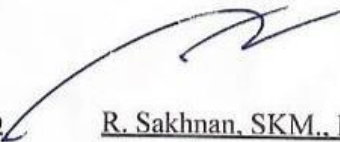
Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep. M.Kep

NIP.198702192018012001




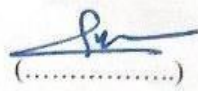

R. Sakhnan, SKM., M.Kes

NIP.196406091989031003

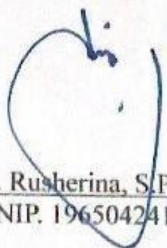
## HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Hafshah Ramadhani NIM P032114401059 dengan judul “Penerapan Senam Asma Untuk Menurunkan Frekuensi Kekambuhan Pada Penderita Asma Bronkial di Wilayah Kerja Puskesmas Garuda” telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 30 Mei 2024 dan disetujui untuk penelitian.

### Tim Penguji

Penguji Ketua	: Ns. Syafrisari Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep (NIP.198702192018012001)	
Penguji Anggota I	: Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep (197410081997032001)	
Penguji Anggota II	: Ns. Masnun, SST., S.Kep., M.Biomed (196412211985032003)	

Mengetahui Ketua  
Jurusan Keperawatan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau

  
Ns. Hj. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes  
NIP. 196504241988032002

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul **“Penerapan Senam Asma Untuk Menurunkan Frekuensi Kekambuhan Pada Penderita Asma Bronkial di Wilayah Kerja Puskesmas Garuda”**. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir Program di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Rully Hevrialni, SST., M.Keb., M.H selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Ibu Hj. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Idayanti, S.Pd., S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
4. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S. Kep., M. Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dengan penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.
5. Bapak R. Sakhnan, SKM., M.Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dengan penuh kesabaran dalam

memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik.

6. Ibu Ns. Wiwiek Delvira S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji I yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis.
7. Ibu Hj. Masnun SST., S.Kep., M.Biomed selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan dan masukan masukan kepada penulis
8. Bapak dan ibu dosen pengajar serta Bapak dan Ibu Staf Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.
9. Teristimewa rasa hormat dan cinta saya yang tak terhingga kepada kedua orang tua saya yakni Bapak Sudirman dan Ibu Nurasih Jamil Harahap serta keluarga besar yang senantiasa memberikan dukungan dan doa tiada henti-hentinya demi keberhasilan penulis dan kelancaran dalam menyelesaikan Karya Tulis Imiah ini.
10. Teruntuk sahabat tercinta saya dan teman-teman seperjuangan DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau angkatan 2021 yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, 20 Mei 2024

Penulis



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
1.1 Konsep Penyakit Asma Bronkial.....	7
2.1.1 Pengertian .....	7
2.1.2 Etiologi.....	8
2.1.3 Klasifikasi .....	8
2.1.4 Patofisiologi.....	9
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	11
2.1.6 Komplikasi.....	11
2.1.7 Pemeriksaan Diagnostik.....	12
2.1.8 Penatalaksanaan Medis.....	14
2.2 Konsep Respiratory Rate (RR).....	15
2.2.1 Pengertian <i>Respiratory Rate</i> (RR).....	15
2.2.2 Faktor Resiko yang Mempengaruhi <i>Respiratory Rate</i> (RR).....	16
2.2.3 Frekuensi <i>Respiratory Rate</i> (RR) Normal Berdasarkan Usia.....	16

2.2.4	Gangguan Dalam Pola Napas.....	17
2.2.5	Cara Menghitung Respiratory Rate.....	18
2.3	Konsep Senam Asma.....	19
2.3.1	Pengertian.....	19
2.3.2	Tujuan .....	19
2.3.3	Manfaat .....	20
2.3.4	Indikasi.....	20
2.3.5	Kontraindikasi.....	20
2.3.6	Cara Melakukan Prosedur Senam Asma.....	20
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>		<b>29</b>
3.1	Jenis dan Desain Studi Kasus.....	29
3.2	Subjek Studi Kasus.....	29
3.3	Fokus Studi Kasus .....	30
3.4	Definisi Operasional Fokus Studi.....	30
3.5	Instrumen Studi Kasus.....	32
3.6	Metode Pengumpulan Data .....	32
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
3.8	Cara Pengolahan Data .....	33
3.9	Analisa dan Penyajian Data.....	33
3.10	Etika Penelitian.....	33
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>35</b>
4.1	Hasil Penelitian.....	35
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	35
4.1.2	Gambaran Subyek Studi Kasus .....	36
4.1.3	Penerapan Fokus Studi.....	37
4.2	Pembahasan .....	39
4.2.1	Frekuensi Kekambuhan.....	39
4.2.2	Frekuensi Pernapasan.....	41
4.3	Keterbatasan .....	42
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>43</b>
5.1	Kesimpulan.....	43
5.1.1	Frekuensi Kekambuhan.....	43
5.1.2	Frekuensi Pernapasan.....	43

5.2	Saran.....	44
5.2.1	Bagi Institusi Pendidikan .....	44
5.2.2	Bagi Pasien dan Keluarga .....	44
5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>46</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi asma berdasarkan derajat asma.....	9
Tabel 2.2 Nilai normal <i>respiratory rate</i> .....	17
Tabel 3.1 Definisi Operasional variabel.....	31
Tabel 4.1 Frekuensi Kekambuhan Sebelum Dilakukan Senam Asma.....	37
Tabel 4.2 Frekuensi Kekambuhan Setelah Dilakukan Senam Asma .....	38
Tabel 4.3 Frekuensi Pernapasan Sebelum Dan Sesudah Senam Asma.....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan pertama .....	21
Gambar 2.2 Gerakan kedua.....	22
Gambar 2.3 Gerakan ketiga.....	22
Gambar 2.4 Gerakan keempat.....	23
Gambar 2.5 Gerakan kelima .....	23
Gambar 2.6 Gerakan keenam.....	24
Gambar 2.7 Gerakan ketujuh .....	24
Gambar 2.8 Gerakan kedelapan .....	25
Gambar 2.9 Gerakan kesembilan .....	25
Gambar 2.10 Gerakan kesebelas.....	26
Gambar 2.11 Gerakan kedua belas.....	26
Gambar 2.12 Gerakan ketiga belas .....	27
Gambar 2.13 Gerakan keempat belas.....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Formulir Penentuan Judul KTI .....	49
Lampiran 2	Formulir Kesiediaan Pembimbing 1 .....	50
Lampiran 3	Formulir Kesiediaan Pembimbing 2 .....	51
Lampiran 4	Surat Izin Pra Penelitian.....	52
Lampiran 5	Surat Rekomendasi Dinas Penanaman Modal Satu Pintu.....	54
Lampiran 6	Surat Izin Penelitian dari Kesbangpol.....	55
Lampiran 7	Lembar Konsultasi.....	56
Lampiran 8	SPO Senam Asma .....	60
Lampiran 9	Lembar Observasi .....	67
Lampiran 10	Dokumentasi .....	69
Lampiran 11	Lembar Persetujuan ( <i>Informed Consent</i> ).....	71
Lampiran 12	Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian.....	73
Lampiran 13	Lembar Revisi.....	74
Lampiran 14	Keterangan Lolos Kaji Etik .....	76