

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
PRASYARAT GELAR	ii
RINGKASAN	iv
ABSTRAK	xiii
KATA PENGANTAR	xv
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xxii
DAFTAR SINGKATAN	xxiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Tujuan umum.....	8
1.3.2 Tujuan khusus.....	8
1.4 Manfaat	9
1.4.1 Teoritis.....	9
1.4.2 Praktis	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Tinjauan Umum Tentang Penyakit Asma.....	10
2.1.1 Definisi asma	10
2.1.2 Pathogenesis dan patofisiologi asma.....	10
2.1.3 Faktor-faktor pencetus asma	11
2.1.4 Tanda dan Gejala.....	11
2.1.5 Penatalaksanaan	12
2.2 Konsep Otot Pernapasan	15
2.2.1 Kekuatan Otot Pernapasan	16
2.2.2 Meningkatkan Kekuatan Otot Pernapasan	17
2.3 Konsep Kontrol Asma	19
2.4 Latihan Pernapasan Yoga (Pranayama)	22
2.4.1 Definisi.....	22
2.4.2 Manfaat pernapasan yoga pranayama	23
2.4.3 Konsep Latihan Pernapasan Yoga (Pranayama)	24
2.4.4 Pengaruh Yoga pada Pasien Asma.....	25
2.4.5 Tehnik Latihan Pernapasan Yoga	27
2.4.6 Jenis-Jenis Pranayama.....	31
2.5 Endurance Exercise.....	35
2.5.1 Definisi <i>Endurance Exercise</i>	35
2.5.2 Teknik pelaksanaan endurance exercise (Fartlek)	37
2.5.3 aktivitas olahraga pada penderita asma.....	38
2.6 Arus Puncak Ekspirasi (APE).....	40
2.6.1 Definisi.....	40
2.6.2 Manfaat APE dalam diagnosis asma.....	42
2.6.3 Cara pemeriksaan variability APE harian	42

2.6.4 Faktor Yang Mempengaruhi Nilai APEP	43
2.6.5 Cara Pengukuran Arus Puncak Ekspirasi (APE)	46
2.7 Konsep Teori adaptasi dari Sister Calista Roy	48
2.7.1 Input	49
2.7.2 Kontrol	49
2.7.3 Output.....	49
2.7.4 Sistem adaptasi memiliki empat mode adaptasi, antara lain:..	50
2.7 Konsep Teori Keperawatan Sister Clista Roy	51
2.7.6 Keaslian Penelitian.....	54
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPÓTESIS PENELITIAN. 61	
3.1 Kerangka Konseptual.....	61
2.8 Kerangka Konseptual Penelitian.....	61
3.2 Hipotesis	63
BAB 4 METODE PENELITIAN 64	
4.1 Desain Penelitian	64
4.2 Populasi dan Sampel.....	65
4.2.1 Populasi	65
4.2.2 Sampel	65
4.2.3 Besar Sampel	66
4.2.4 Tehnik Sampling	67
4.3 Variabel Penelitian.....	67
4.3.1 Variabel independen (Bebas)	67
4.3.2 Variabel dependen (Terikat).....	67
4.4 Definisi Operasional	68
4.5 Alat dan Bahan Penelitian.....	70
4.6 Instrumen Penelitian	70
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	71
4.7.1 Lokasi penelitian	71
4.7.2 Waktu penelitian.....	71
4.8 Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data	72
4.8.1 Tahap persiapan.....	72
4.8.2 Tahap pelaksanaan.....	72
4.9 Cara Analisis Data	74
4.10 Kerangka Operasional.....	76
4.11 <i>Ethical clearance</i>	77
4.11.1 <i>Informed consent</i>	77
4.11.2 <i>confidentiality</i>	77
4.11.3 <i>Potensial benefit</i>	77
4.11.4 <i>Potential harm</i>	78
4.11.5 <i>Right to withdraw</i>	78
4.11.6 <i>Justice</i>	78
BAB 5 HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN..... 79	
5.1 Gambaran umum lokasi penelitian di Rumah Sakit Universitas Airlangga	79
5.2 Gambaran Umum Lokasi Penelitian di RSUD Haji Surabaya	80
5.3 Karakteristik Subyek Penelitian	81
5.4 Pengaruh Intervensi Pada Variable Penelitian.....	84

5.4.1 Distribusi nilai APEP.....	84
5.5 Distribusi APE Prediksi	85
5.6 Distribusi Kontrol Asma	86
5.7 Analisis Data Kontrol Asma	86
5.8 Uji <i>MANOVA</i>	87
BAB 6 PEMBAHASAN	89
6.1 Karakteristik Subyek Penelitian	89
6.2 Arus Puncak Ekspirasi Paksa	90
6.3 Tingkat Kontrol Asma	97
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	102
6.5 Efek samping dan keamanan	103
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	103
7.1 Kesimpulan	103
7.2 Saran	103
7.2.1 Bagi pasien asma	103
7.2.2 Bagi instansi kesehatan (Rumah Sakit)	103
7.2.3 Bagi peneliti selanjutnya.....	104
DAFTAR PUSTAKA	105

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2 karakteristik klinis asma yang terkontrol, terkontrol sebagian, dan tidak terkontrol	20
Tabel 2.3 Rancangan Program <i>fartlek</i> dengan <i>Treadmill</i>	37
Tabel 2.4 Rancangan Program <i>fartlek</i> dengan lari dilapangan	37
Tabel 4.1 Skema penelitian digambarkan sebagai berikut:.....	64
Tabel 4.2 Definisi operasional penelitian.....	68
Tabel 5.1 Karakteristik subyek penelitian	82
Tabel 5.2 Nilai Arus Puncak Ekspirasi Paksa (APEP) Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol	84
Tabel 5.3 Distribusi APE Prediksi Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol.....	86
Tabel 5.4 Distribusi Tingkat Kontrol Asma Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol	86
Tabel 5.5 Analisis Data Kontrol Asma	86
Tabel 5.6 hasil analisis <i>multivariat test</i> kombinasi latihan yoga pranayama dan <i>endurance exercise</i>	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pose sukhasana.....	29
Gambar 2.2 Pose padmasana.....	30
Gambar 2.3 Siddhasana.....	30
Gambar 2.4 Vajrasana.....	31
Gambar 2.5 Pernapasan kapalabhati	33
Gambar 2.6 Anulom Viloma.....	34
Gambar 2.7 Sitali pranayama.....	34
Gambar 2.8 Sitkari pranayama.....	35
Gambar 2.9 <i>Peak Flow Meter</i>	47
Gambar 2.10 Sistem adaptasi seseorang menurut Roy	51
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar penjelasan
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 3	SOP Yoga Pranayama
Lampiran 4	SOP Pemeriksaan APE
Lampiran 5	SOP <i>Fartlek</i>
Lampiran 6	Karakteristik Responden
Lampiran 7	Lembar Kontrol Asma
Lampiran 8	Tabel Nilai PEFr Laki-Laki
Lampiran 9	Tabel Nilai PEFr Perempuan

DAFTAR SINGKATAN

ACT	: Asthma Control Test
ATAQ	: Asthma therapy Questinnaire
ACQ	: Asthma Control Questionnaire
ASS	: Asthma Scoring System
APE	: Arus Puncak Ekspirasi
APEP	: Arus Puncak Ekspirasi Paksa
BHT	: Breath holding time
C-ACT	: Childhood Asthma Control Test
EIA	: <i>Exercise induced asthma</i>
PEFR	: Peak Expiratory Flow Rate
FEV1	: <i>Forced Expiratory Volume detik Pertama</i>
KVP	: Kapasitas vital paksa
CO2	: Karbon dioksida
O2	: Oksigen
VO ₂	: Volume oksigen
RSUA	: Rumah Sakit Universitas Airlangga
RSU	: Rumah Sakit Umum