

BAB I

PENDAHULUAN

Prevelensi lansia di dunia dari tahun ke tahun semakin meningkat, bahkan pertambahan lansia menjadi yang paling mendominasi apabila dibandingkan dengan pertambahan penduduk pada kelompok usia lainnya. Data *World Population Prospects the 2015 Revision*, pada tahun 2015 ada 901.000.000 orang berusia 60 tahun atau lebih, yang terdiri atas 12% dari jumlah populasi global. Pada tahun 2015 dan 2030, jumlah orang berusia 30 tahun atau lebih diproyeksikan akan tumbuh sekitar 56% dari 901 juta menjadi 1,4 milyar, dan pada tahun 2050 populasi lansia diproyeksikan lebih dari 2 kali lipat di tahun 2015 yaitu mencapai 2,1 milyar (*United Nations*, 2016).

Prevelensi lansia di Asia pada tahun 2015 berjumlah 508 juta menyumbang 56% dari total lansia di dunia. Sejak tahun 2000, presentase penduduk lansia Indonesia melebihi 7% (*Kemenkes RI*, 2014). Indonesia mulai masuk ke dalam kelompok negara berstruktur lansia (*ageing population*). Di kawasan Asia Tenggara jumlah lansia adalah 142 juta atau sekitar 8%, sedangkan di Indonesia data terakhir jumlah lansia tahun 2014 sebesar 20,24 juta atau sekitar 8%. Jika dilihat dari sebaran penduduk lansia berdasarkan provinsi di Indonesia, presentase penduduk lansia yang paling tinggi ada di provinsi DI Yogyakarta (13,04%), Jawa Timur (10,40%), dan Jawa Tengah (10,34%), sedangkan jumlah lansia di provinsi DKI Jakarta sebesar 5,24%, dengan jumlah lansia wanita lebih besar daripada laki-laki (*Pindobilowo*, 2018).

Lansia merupakan proses penuaan yang rentan mengalami perubahan dan menimbulkan permasalahan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia, salah satu permasalahan yang sering dijumpai selain permasalahan fisiologi (*Sutikno*, 2017). Proses pernafasan normal atau biasa disebut respirasi yang dimana terjadi pertukaran oksigen dan karbondioksida yang berawal dari hidung menuju ke tenggorokan menuju kelaring menuju *faring* menuju ke *trakea* menuju ke *bronkus* lalu ke *bronkeolus* dan di akhiri di *alveoli* (*Rahman, et al.*, 2019)

Menurut PP No 43 tahun 2004, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Lansia sendiri merupakan proses *universal* yang terjadi dari saat ketika seseorang lahir ke dunia. Lansia merupakan saat dimana fungsi organ tubuh dan sistem imun mengalami penurunan sehingga pada lansia sering terjadi penyakit degeneratif maupun non degeneratif salah satunya adalah PPOK yang merupakan penyakit yang menyerang sistem pernafasan sehingga secara umum keluhan pada kondisi ini adalah sesak nafas dan Sputum (Azizah, 2018).

Tahun 2015, data berdasarkan jumlah lansia di setiap provinsi di Indonesia ialah 2,7% terjadi di DKI Jakarta, 3,4 % di Jawa Tengah, 4,0% di Jawa Barat, 3,4% di Jawa Tengah, 5,0% di Kalimantan Selatan, 8,0% di Sulawesi Tengah, dan 5,4% di Papua. Sedangkan data yang didapatkan berdasarkan dari karakteristik penyakit ialah kelompok usia 75 tahun ke atas dengan nilai 9,4%, laki-laki 4,2%, perempuan 3,3%, status pendidikan tidak sekolah 7,9%, profesi petani/nelayan/buruh 4,7%, tempat tinggal di perdesaan 4,5%, dan kuantil indeks kepemilikan terbawah 7,0%. Insiden PPOK di Indonesia lebih banyak terjadi pada laki-laki dari pada perempuan, sering terjadi di perdesaan dibandingkan dengan perkotaan, dan sering terjadi pada masyarakat dengan berpendidikan rendah serta kuantil indeks kepemilikan terbawah (Riset Kesehatan Dasar, 2017).

Active Cycle Breathing Technique (ACBT) sebagai salah satu terapi non farmakologi mempunyai tujuan utama membersihkan jalan nafas dan Sputum yang merupakan produk dan infeksi atau proses patologi penyakit tersebut yang harus dikeluarkan dari jalan nafas agar diperoleh hasil pengurangan sesak nafas, pengurangan batuk, perbaikan pola nafas serta meningkatkan mobilisasi sangkar thoraks (Pawadshetty et al, 2016).

Melihat tingginya angka lansia yang mengalami peningkatan Sputum akibat dari PPOK di Indonesia maka diperlukan suatu intervensi untuk mengurangi Sputum pada kasus PPOK pada lansia yaitu dengan melakukan latihan nafas *Active Cycle Breathing Technique* (ACBT). Masih banyak yang belum mengetahui bagaimana latihan nafas ACBT untuk mengeluarkan Sputum pada lansia penderita PPOK sehingga perlu diberikan adanya media Komunikasi, Informasi dan Edukasi

(KIE) berupa poster tentang latihan ACBT untuk mengeluarkan Sputum pada PPOK yang terjadi pada lansia sehingga dengan adanya poster diharapkan lansia dapat mengetahui cara melakukan latihan nafas ACBT dan lansia dapat melakukan secara mandiri dan dapat didampingi oleh keluarga dalam melakukan latihan ACBT.

Berdasarkan permasalahan diatas penulis tertarik untuk membuat media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) berupa poster, karena media cetak poster ini memiliki bentuk yang praktis dengan isi yang lengkap sehingga dapat dijadikan acuan untuk melakukan intervensi latihan ACBT dengan tujuan mengeluarkan Sputum pada lansia penderita PPOK.

Manfaat yang diharapkan dari pembuatan KIE ini untuk fisioterapi dan mahasiswa fisioterapi sebagai rekomendasi latihan, media promotif dan referensi kepada masyarakat khususnya lansia, mengenai intervensi yang diberikan.