

BAB I

PENDAHULUAN

A Latar belakang

Asma *bronchial* adalah penyakit peradangan kronis pada saluran udara. Penyakit ini adalah *hiperfungsibronkus* dan obstruksi jalan napas. Gejala asma adalah kesulitan bernafas (sesak nafas), batuk sangat efektif di malam hari ini masih pagi dan dada terasasesak (Riskesdas,2018).

Pengetahuan asma *bronchial* sangat penting bagi pasien dan keluarga dalam manajemen control asma *bronchial*. Pengertian asma *bronchial* untuk menghindari faktor pencetus asma *bronchial*. Seperti asap, debu, bau sengatan, pilek, virus, emosi, stres, Cuacadan polusi (Astuti & Darliana, 2018).

World Health Organization (WHO) tahun 2017, kematian akibat asma *bronchial* di Indonesia mencapai 14.624 jiwa. Angka ini menyebabkan kurang lebih 1% keseluruhan kematian di Indonesia. Prevalensi asma *bronchial* di seluruh dunia sebesar 8 – 10 % pada orang dewasa dan dalam 10 tahun terakhir ini meningkat sebesar 50%. Setiap tahun asma *bronchial* meningkat di seluruh dunia 0,8 % per 100.000 pada tahun 2016, menjadi 1,2 % per 100.000 pada tahun 2017 dan meningkat lagi menjadi 2,1 % per 100.000 pada tahun 2018.

Hingga saat ini jumlah pasien asma *bronchial* di dunia diperkirakan mencapai 300 juta dan diperkirakan angka ini akan terus meningkat mencapai 400 juta pada tahun 2025. Prevalensi Asma

Bronchial di Indonesia 5 % dari seluruh penduduk Indonesia (WHO, 2021).

Di Indonesia berdasarkan hasil *survery*, prevalensi penderita asma *bronchial* tahun 2018 berjumlah 1.017.290 orang, dimana asma *bronchial* menepati sepuluh besar penyebab kesakitan dan kematian di Indonesia. Secara nasional tergambar dari data *survery* di berbagai provinsi Indonesia.

Pada tahun 2018 sebanyak 19 Provinsi yang mempunyai prevalensi penyakit asma *bronchial* tertinggi antara lain, Yogyakarta (4,5 %), Kalimantan Timur (4%), Bali (3,9 %) Kalimantan Tengah (3,4 %), Kalimantan Utara (3,3 %), Kalimantan Barat (3,2 %), Nusa Tenggara Barat (3,1%), Sulawesi Tenga (3%), Bangka Belitung (2,8%), Jawa Barat (2,8 %), Jawa Timur (2,6 %), Jawa Tengah (4,3%), Kalimantan Selatan (2,8 %), Gorontalo (2,8 %), Jakarta (2,6%), Bengkulu (4 %), Riau (2,4 %), Banten (2,5 %), Sulawesi Selatan (2,5 %) (Kementerian Kesehatan RI.,2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Surakarta Prevalensi asma *bronchial* di Wilayah kerja Puskesmas Ngrosan 2 tahun terakhir sampai sekarang berjumlah 168 orang penderita asma *bronchial* yang menduduki posisi penderita asma *bronchial* tertinggi yaitu pada tahun 2020 berjumlah 71 orang, pada tahun 2021 penderita asma *bronchial* turun menjadi 54 orang, kemudian pada tahun 2022 penderita asma *bronchial* menurun menjadi 43 orang.

Penatalaksanaan asma *bronchial* dengan masalah kecemasan diberikan terapi Non farmakologis dengan tujuan untuk mengurangi rasa takut. Rasa takut menyebabkan emosi negatif masalah tertentu dan aktivitas sehari-hari. (Ambarwati & Supriyanti, 2020).

Teknik relaksasi otot *progresif* mengurangi kerja hipotalamus dan sistem berempati dengan pekerjaan yang meningkat relaksasi otot progresif saraf parasimpatis dapat dilakukan dengan bergerak beberapa bagian otot tubuh. Jawaban yang ditampilkan adalah menurunkan tekanan darah, metabolisme, pernapasan untuk mengurangi konsumsi oksigen, tonus otot, detak jantung, kecemasan dan manajemen stres. Beberapa perubahan fisiologis tubuh adalah terjadi setelah relaksasi, yaitu hipotensi (Ambarwati & Supriyanti, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ambarwati & Supriyanti, 2020) menyatakan bahwa relaksasi otot progresif dapat menurunkan kecemasan pada pasien asma *bronchial*. Penelitian lain yang dilakukan (oleh Syafitri., *et al* 2021) dan penelitian yang dilakukan oleh (Syisnawati., *et al* 2017) menyatakan bahwa ada Hasil wawancara kepada 2 orang penderita asma *bronchial* jika asma kambuh biasanya segera pergi ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat dan merasa khawatir jika penyakitnya kambuh lagi. Selama ini penderita asma *bronchial* tersebut belum mengetahui manfaat teknik relaksasi otot *progresif* terhadap kecemasan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ambarwati & Supriyanti, 2020) menyatakan bahwa relaksasi otot progresif dapat menurunkan kecemasan pada pasien asma *bronchial*. Penelitian lain yang dilakukan (oleh Syafitri., *et al* 2021) dan penelitian yang dilakukan oleh (Syisnawati., *et al* 2017) menyatakan bahwa ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap kecemasan.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk menyusun KIE melalui media *booklet* mengenai pemberian teknik relaksasi otot *progresif* terhadap kecemasan. *Booklet* ini menjadi

salah satu media untuk menyampaikan pesan – pesan dalam bentuk desain yang menarik dengan menyertakan gambar di dalamnya, sehingga dapat menarik masyarakat secara umum yang sedang mengalami kecemasan serta mudah dipahami apa yang disampaikan penulis. Luaran yang diharapkan bisa bermanfaat bagi masyarakat sehingga menambah pengetahuan tentang manfaat teknik relaksasi otot *progresif* untuk menurunkan kecemasan dan dapat diterapkan secara mandiri.

