

ABSTRAK

Asma merupakan gangguan peradangan kronis pada saluran pernapasan yang bermanifestasi sebagai episode mengi, batuk, dan sesak napas. Individu dengan asma tidak terkontrol dapat mengalami kekambuhan sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup individu tersebut. Salah faktor pencetus kekambuhan asma adalah stres. Setiap individu memiliki tingkat stres yang berbeda tergantung dengan kemampuan individu menghadapi stresor. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan kekambuhan pada pasien asma di Puskesmas Deket Kabupaten Lamongan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 58 pasien asma dan sampel berjumlah 51 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel independen dan dependen dalam penelitian ini adalah tingkat stres dan kekambuhan pasien asma. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner *perceived stres scale* untuk mengukur tingkat stres dan kuesioner kekambuhan asma. Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang tingkat stresnya rendah hampir seluruhnya tidak mengalami kekambuhan dan responden dengan tingkat stres tinggi hampir seluruhnya mengalami kekambuhan dan uji *Spearman* diperoleh nilai ($r=0,533$; $p=0,001$; $p\leq 0,005$). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kekambuhan pada pasien asma di puskesmas deket kabupaten lamongan. Selain dari terapi medis, individu dengan asma diharapkan dapat menghindari faktor pencetus kekambuhan asma yang salah satunya adalah stres dengan cara mengelola tingkat stres yang dialami.

Kata kunci: *tingkat stres, kekambuhan, asma*

ABSTRACT

Asthma is a chronic inflammatory disorder of the respiratory tract which manifests as episodes of wheezing, coughing and shortness of breath. Individuals with uncontrolled asthma can experience relapses which can affect the quality of life of these individuals. One of the trigger factors for asthma recurrence is stress. Each individual has a different level of stress depending on the individual's ability to deal with the stressor. The purpose of this study was to analyze the relationship between stress levels and recurrence in asthma patients at Puskesmas Deket Kabupaten Lamongan. This research is a correlational quantitative study with a cross sectional approach. The population in this study was 58 asthma patients and the sample was 51 respondents using a purposive sampling technique. The independent and dependent variables in this study were stress levels and recurrence of asthma patients. The instruments used in this study were the perceived stress scale questionnaire to measure stress levels and the asthma recurrence questionnaire. From the results of the study it was found that almost all respondents with low stress levels did not experience relapse and respondents with high stress levels almost all experienced relapse and the Spearman test obtained values ($r=0.533$; $p=0.001$; $p\leq 0.005$). The conclusion of this study is that there is a relationship between stress levels and recurrence in asthma patients at Puskesmas Deket Kabupaten Lamongan. Apart from medical therapy, individuals with asthma are expected to be able to avoid triggering factors for asthma recurrence, one of which is stress by managing the level of stress experienced.

Keywords: stress level, recurrence, asthma