



Penerapan Edukasi Tentang Perilaku Hidup Sehat Dalam Pencegahan Asma Di SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto

Septian Mixrova Sebayang¹, Hafiz Trionardi¹, Inda Hidayati¹, Inka Azzahra Luthfi¹, Kalya Rahma Widani¹, Karell Bahran¹, KMS Muhammad Ihsan Harits¹

¹DIV Keperawatan Anestesiologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa

ASMA

Article History

Received: 1 Juli 2024

Revised: 14 Juli 2024

Accepted: 1 Agustus 2024

*Corresponding author:

Septian Mixrova Sebayang, S.Kep., Ns., S.Tr.Kes., M.Kep

Anesthesiology Nursing Study Program Undergraduate Program Faculty of Health Harapan Bangsa University, Indonesia Jl. Raden Patah No.100, Ledug, Kembaran, Purwokerto, Banyumas, Central Java, Indonesia.

Email: septiansebayang@uhb.ac.id



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Abstract

Background: Asthma involves temporary constriction of the respiratory tract due to reactivity to particular stimuli and inflammation. After diabetes and hypertension, asthma is a major chronic non-communicable disease. **Purpose:** This community service at SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto aims to educate teens about asthma prevention. **Methods:** This community service has three stages: permission application, media preparation, and implementation. Letter of assignment number UHB / ST / LPPM / 22/062024 covers this activity. **Results:** Community service initiatives by students will be evaluated at the end of the term. This health education event will take place at SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto on June 13, 2024. Leaflets can be used for power points, pretests, lectures, discussions, posttests, and demonstrations. Community work was completed by seventeen male and seventeen female SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto students. Facilitator, moderator, observer, notary, and material presenter all participated for one hour and five minutes. Participants showed how to use inhalers appropriately, discussed asthma preventive material, and actively engaged in all activities. **Conclusion:** Muhammadiyah 2 Middle School, Purwokerto students learnt about asthma all day.

Keywords: asthma, education, teenagers

Pendahuluan

Asma merupakan gangguan radang kronik saluran napas. Saluran napas yang mengalami radang kronik bersifat hiperresponsif sehingga apabila terangsang oleh factor resiko tertentu, jalan napas jadi tersumbat dan aliran udara terhambat karena konstriksi bronkus, sumbatan mukus, dan meningkatnya proses radang (Almazini 2012).

Asma adalah suatu keadaan dimana saluran napas mengalami penyempitan karena hiperaktivitas terhadap rangsangan tertentu, yang menyebabkan peradangan, penyempitan ini bersifat sementara. Asma dapat terjadi pada siapa saja dan dapat timbul disegala usia, tetapi umumnya asma lebih sering terjadi pada balita dan orang dewasa pada usia sekitar 30 tahunan (saheb, 2011).

Asma adalah penyakit implamasi koronik saluran napas Dimana banyak sel berperan terutama sel mast, esonopil, limposit T magropag, neuropil dan sel epitel. (Slamet Hariadi, dkk 2010). Asma adalah sebuah penyakit kronik saluran napas yang terdapat diseluruh dunia dengan kekerapan bervariasi yang berhubungan dengan peningkatan kepekaan saluran napas sehingga memicu episode mengi berulang (wheezing), sesak napas (breathlessness), dada rasa tertekan (chest tightness), dispnea, dan batuk terutama pada malam hari atau dini hari. (PDPI, 2006;GINA,2006). Menurut national heart, lung and blood institute (NHLBI, 2007), pada individu yang rentan, gejala asma berhubungan inflamasi yang akan menyebabkan obstruksi dan hiperresponsivitas dari saluran pernapasan yang bervariasi derajatnya.

Asma mempengaruhi sekitar 262 juta orang pada tahun 2019 dan menyebabkan 461.000 kematian. Eksaserbasi bisa berakibat fatal dan lebih sering serta lebih serius pada pasien berisiko tinggi atau pasien dengan asma yang tidak terkontrol. Penyakit asma juga mempengaruhi sekitar 1% sampai 8% dari populasi dunia. Setiap tahun, jumlah kematian akibat asma sekitar 180.000 dengan variasi yang luas antara usia, kelompok ekonomi, benua dan wilayah (3);(4). Di Indonesia prevalensi kejadian asma pada penduduk semua umur sebesar 2,4%. Berdasarkan Global Asthma Nerwork anak-anak (6-7 tahun) dan remaja (13-14 tahun) memiliki prevalens asma yang lebih tinggi dibandingkan orang dewasa. Indonesia sendiri memiliki Tingkat penderita asma yang cukup tinggi, berdasarkan hasil Riskedas tahun 2013, asma merupakan salah satu penyakit tidak menular kronis tertinggi setelah diabetes dan hipertensi dengan prevalensnya 4,5 %. Pusat badan statistic nasional 2011, sebesar 9,5 % prevalensi asma melihat usia pada anak dan dewasa 8,2%, 7,2% berdasarkan klasifikasi kelamin laki-laki serta prempuan 9,7% dalam negri sendiri selama 12 tahun akhir berjumlah 57,5% pada semua umur klassifikasi prempuan. Dengan demikian Upaya pencegahan penyakit asma pada remaja harus terus dilakukan dengan tujuan untuk menimalisir penyakit asma dan angka kematian sejak remaja. Oleh sebab itu setiap orang melakukan analisis yang tepat untuk membentuk prilaku yang lebih positif pengetahuan merupakan factor yang penting dalam menentukan sikap seorang remaja sehingga prilaku yang dihasilkan akan lebih positif dalam upaya pencegahan penyakit asma. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti bermaksud membuktikan bahwa pengetahuan terhadap asma pada masa remaja sangat penting.

Metode

Riset pengabdian ini menggunakan perpaduan metode Community-Based Research (CBR) dan sistem teknologi informasi yang terintegrasi. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Puwokerto. Sasaran dalam pengabdian ini siswa dan siswi kelas 7 yang diberikan edukasi saat pertemuan. Media yang digunakan pengabdian berupa Laptop, Powerpoint, Proyektor dan leaflet. Kegiatan promotif dengan upaya penyebaran informasi dan edukasi yang efektif melalui strategi intervensi keperawatan anastesi komunitas mengenai penyakit Asma perlu dilakukan, karena edukasi untuk remaja sangat penting. Kegiatan ini bertujuan merubah perilaku untuk dapat melakukan pencegahan munculnya penderita asma. Pengetahuan, sikap, dan keterampilan seseorang akan meningkat apabila dirinya dilakukan pendampingan untuk diberikannya suatu kegiatan atau cara menstimulasi dirinya berupa kegiatan-kegiatan yang memicu untuk menimbulkan kesadaran dirinya. Oleh karena itu, memang dibutuhkan suatu intervensi keperawatan ditatanan pelayanan kesehatan yang diberikan kepada penderita asma dengan upaya promotif dan preventif pengendalian penyakit.

Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan pemberian edukasi, sebagai berikut: sesi 1 terkait pretest kesehatan penyakit asma dengan metode paperbased test yang dilaksanakan 1 kali pertemuan pada Rabu 13 juni 2024 (media intervensi: paper). Sesi 2: terkait pemaparan materi tentang asma dengan metode memperhatikan pemateri menjelaskan Powerpoint yang berisi penjelasan tentang asma meliputi definisi, klafikasi, penyebab, faktor tanda dan gejala, komplikasi dan Langkah pencegahan asma yang dilakukan 1 kali pada Rabu 13 Juni 2024 (media intervensi: lefleaf dan powerpoint). Sesi 3 terkait pelaksanaan posttest Kesehatan penyakit asma dengan metode paperbased test yang dilaksanakan 1 kali pertemuan pada Rabu 13 Juni 2024 (media intervensi: paper). Kemudian dilanjutkan dengan pemberian kuis pada siswa siswi untuk melihat ada peningkatan pemahaman peserta dan keaktifan yang dimiliki oleh peserta dalam penerimaan materi dari panitia penyuluhan.

Hasil

Hasil dari presentasi edukasi terhadap asma pada siswa dan siswi dewasa di SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto disajikan dalam Gambar1. Sedangkan simbolis penerimaan pengabdian masyarakat pencegahan penyakit asma pada siswa siswi disajikan dalam Gambar 2.



Gambar 1. Presentasi edukasi pencegahan penyakit asma



Gambar 2. Simbolis penerimaan pengabdian Masyarakat pencegahan penyakit asma

Tabel. 1 Keikutsertaan pengabdian masyarakat

Variabel	N	Persentase
Jenis Kelamin		
Pria	17	50%
Wanita	17	50%

Rangkaian proses pelaksanaan PKM dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi telah berjalan dengan lancar. Pengurusan perijinan mengawali tahap persiapan yaitu dari institusi Universitas Harapan Bangsa kepada pengurus SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto terkait pelaksanaan PKM, pengurusan surat tugas dari Ketua Program Studi Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan, persiapan power point yang digunakan untuk media penyuluhan yaitu leaflet dan power point, persiapan berita acara dan daftar hadir peserta. Kelompok juga berkoordinasi dengan SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto dan menetapkan jadwal dan rancangan kegiatan PKM khususnya dengan kepala SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto, mendiskusikan teknis pelaksanaan kegiatan. Jumlah peserta yang hadir pada saat tahap pelaksanaan yaitu 34 remaja dari 35 undangan yang disebar. Metode Pendidikan kesehatan berupa pretest, ceramah, diskusi, tanya jawab, dan post test.

Media yang digunakan dalam PKM yaitu media cetak berupa leaflet, media digital dengan power point, dilengkapi peralatan yaitu laptop, proyektor, serta pengeras suara. Waktu pelaksanaan penyuluhan sekitar 1 jam 5 menit dengan pengorganisasian anggota kelompok yaitu satu orang sebagai pembawa acara dan moderator, dua orang sebagai penyaji, satu orang notuensi dan observer, dan satu orang bertugas sebagai dokumentasi merangkap fasilitator. Pembagian waktu pelaksanaan penyuluhan lima menit pertama pembukaan dan orientasi kegiatan, tujuh menit pre test, tiga puluh menit penyajian materi, tujuh menit pelaksanaan post test, sepuluh menit pelaksanaan kuis lisan dan enam menit sebagai penutup.

Tabel. 2 Data Hasil Pretest dan Posttest peserta penyuluhan

<i>Pretest</i>		<i>Post test</i>	
<i>Nilai</i>	Jumlah Siswa	<i>Nilai</i>	Jumlah Siswa
10	3	10	-
20	5	20	-
30	2	30	2
40	7	40	3
50	6	50	1
60	9	60	7
70	3	70	6
80	-	80	4
90	-	90	8
100	-	100	1

Berdasarkan table nilai diatas maka didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukannya penyuluhan terkait pola hidup pencegahan asma, pemahaman siswa/siswi belum memenuhi target yang diinginkan yakni didapatkan hasil nilai tinggi rata-rata yang berada dikisaran 60-70 dan dengan modus yang didapatkan yakni pada nilai 60. Pemahaman yang kurang akan pencegahan asma membuat siswa/siswi tersebut mendapatkan nilai yang kurang dengan nilai yang diharapkan oleh penyuluh. Dengan pemahaman yang kurang ini penyuluh melakukan penyuluhan supaya para peserta dapat mengimplementasikan pola hidup sehat pada pencegahan asma di kehidupan sehari-hari dengan mendapatkan pemahaman yang diinginkan mengenai edukasi yang telah dilakukan pada penyuluhan ini.

Setelah dilakukan penyuluhan materi edukasi asma, para peserta melakukan post test dengan harapan untuk melihat apakah ada pengaruh yang terjadi setelah dilakukannya pemaparan materi dari dari panitia. Dan berdasarkan tabel yang telah dipaparkan diatas, maka mendapatkan hasil yang diharapkan yakni dengan nilai tertinggi yaitu berkisar nilai 100 dan dengan nilai modus berkisar di nilai 90. Dari penilaian yang dilakukan, didapatkan peningkatan pengetahuan peserta dilihat ketepatan peserta dalam menjawab soal post test dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Selain dari pertanyaan tersebut, penilaian keberhasilan penyuluhan juga dapat dilihat dari pertanyaan yang diajukan saat tanya jawab. Terdapat peserta yang bertanya dengan pertanyaan yang bervariasi dan diajukan secara serius saat sesi tanya jawab. Peserta juga dapat merangkum materi dengan baik dan menyampaikannya kembali di depan kelas secara jelas. Hal ini dapat menunjukkan antusiasme peserta penyuluhan terhadap materi yang diberikan. Dengan hal ini target yang diharapkan dari penyuluhan edukasi ini pun telah tercapai atau berhasil dengan adanya hasil yang diharapkan dan dengan keaktifan yang dimiliki oleh para peserta.

Diskusi

Prevalensi penderita asma di provinsi jawa mencapai 1,8%. Prevalensi penyakit asma di tahun 2017 sebesar 6,4% dan menduduki urutan ketiga setelah penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Berarti pada tahun 2018 kasus asma mengalami penurunan sebanyak 1,8% dan prevalensi kekambuhan asma di jawa Tengah pada kasus ini sebanyak 55,1% (Rikesdas, 2018). Berdasarkan laporan rikesdas 2018 pada prevalensi asma di kabupaten brebes terdapat 4.769 jiwa penduduk (Rikesdas, 2018). Implementasi adalah rangkaian kegiatan yang dilakukan oleh perawat untuk membantu klien dari masalah status Kesehatan yang dihadapi ke status Kesehatan yang lebih baik yang menggambarkan kriteria hasil yang diharapkan (Santoso, 2013).

Menurut berbagai penelitian Patologi dan Etiologi asma belum diketahui dengan pasti penyebabnya, akan tetapi hanya menunjukkan dasar gejala asma yaitu inflamasi dan respon saluran nafas yang berlebihan ditandai dengan adanya kalor (panas karena vasodilatasi), tumor (esulasi plasma dan edema), dolor (rasa sakit karena rangsangan sensorik) dan function laesa fungsi yang terganggu (Fina, 2019). Oksigenasi adalah sesuatu proses untuk mendapatkan O₂ dan mengeluarkan CO₂. Kebutuhan fisiologis oksigenasi merupakan kebutuhan dasar manusia yang digunakan untuk kelangsungan metabolisme sel tubuh, untuk mempertahankan hidupnya dan untuk aktivitas berbagai organ atau sel. Apabila lebih dari 4 menit orang tidak mendapatkan oksigen maka akan berakibat pada kerusakan otak yang tidak dapat diperbaiki dan biasanya pasien akan meninggal (kadang, Artini % Aryasa, (2020). Penggunaan obat pereda secara

inhalasi pada serangan asma sangat bermamfaat dan justru sangat di anjurkan, namun demikian penggunaannya masih belum banyak. Hal ini dimungkinkan karena penggunaannya yang belum banyak di ketahui dan harga obat masih mahal. Salah satu tanaman yang sering digunakan sebagai obat secara inhalasi adalah genus Eucalyptus, biasanya industri farmasi menggunakan daun dari eucalyptus karena mengandung terpen, derivat forphhyrin dan senyawa fenolik lainnya untuk berbagai aktivitas farmakologi (Afriani, 2019). Pengobatan dengan metode refleksi untuk sesak nafas bisa anda lakukan sendiri dengan melakukan pemijatan pada titik titik khusus yang bisa anda lihat pda gambar yang saya sedikan. Bisa juga dengan bantuan orang lain disekitar anda. Tehnik pengobatan ini sangat aman dan tanpa efek samping, mudah dan murah serta bisa mengobati berbagai jenis penyakit sesak nafas karena berbagai sebab lainnya (Wahyudin Rajab, Efit, Fratidhina, Fauziah & Sit,2019).

Kegiatan penyuluhan asma yang diadakan oleh mahasiswa Universitas Harapan Bangsa dihadiri dan diterima baik oleh warga SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto dengan kehadiran 17 siswa laki-laki (50%) dan siswi yang berjumlah 17 siswi perempuan (50%), kegiatan menghadapi berbagai tantangan dalam upayanya untuk memberikan pengetahuan dengan baik dikatakan adanya kekurangan waktu namun hal itu dapat teratasi dengan baik dikarenakan adanya kerja sama dan partisipasi yang membantu panitia dalam proses kegiatan penyuluhan ini dan juga danya tantangan yaitu jarak yang jauh ke lokasi penyuluhan dan juga adanya keterlambatan waktu yang dialami oleh penyuluh.

Media cetak maupun digital digunakan sebagai alat bantu penyuluhan dalam upaya Pkm ini. Kelompok ini memutuskan untuk menggunakan powerpoint sebagai platform media elektronik karena memungkinkan untuk menyesuaikan presntasi dengan usia demografi peserta dengan tetap mempertahankan materi berkualitas tinggi dan visual yang menarik. Hal ini sejalan dengan inisiatif penyuluhan serupa yang berfokus pada edukasi asma untuk remaja dimasa sekarang ini. Slide presentasi dan lefleaf digunakan oleh Pkm yang bertujuan untuk memastikan bahwa penyuluh tidak menggunakan bahasa yang membingungkan atau sulit doimengerti saat berkomunikasi dengan peserta, sehingga mereka dapat lebih memahami dan puas dengan hasilnya. Media power point merupakan salah satu media visual yang dipilih karena dapat mengembangkan kemampuan belajar siswa secara pribadi; siswa dalam mempelajari materi di power point secara perlahan; materi didalam power point dapat diajarkan kembali kepada keluarga dan teman; mudah untuk dibuat, mudah diproduksi dan dimodifikasi; mengurangi beban dalam memaparkan materi; dapat dibuat menggunakan bahasa yang mudah dipahami dengan biaya rendah; memiliki nilai estetika; memuat banyak materi; serta dapat memuat informasi yang terperinci (posmaningsih, 2018).

Kesimpulan

Pengetahuan remaja tentang penyakit asma meningkat sebagai hasil dari kegiatan penyuluhan asma yang sukses di SMP Muhammadiyah 2 Purwokerto. Tujuan untuk menindak lanjuti kegiatan Pkm ini adalah untuk melibatkan lebih banyak tenaga kesehatan dan kader kesehatan dalam melacak dan menilai efektivitas upaya pencegahan asma di daerah tersebut.

Acknowledgements

Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada semua individu yang telah memberikan bimbingan dan bantuan selama penelitian ini, di samping semua partisipan yang telah

berkontribusi terhadap keberhasilan penelitian ini. Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada fakultas ilmu kesehatan di Universitas Harapan Bangsa atas bimbingan dan bantuan mereka selama penelitian ini.

Daftar Referensi

- Sari, R., Safitri, D. E., & Setyowati, Y. D. (2023). Pengaruh Edukasi Media Power Point dan Lagu Terhadap Pengetahuan Serta Sikap Konsumsi Sayur dan Buah Siswa. *COMSERVA: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 2(11), 2449-2463.
- Sutrisna, M., & Triana, N. (2022). Penyuluhan Tentang Peningkatan Pengetahuan Pasien Dalam Mencegah Kekambuhan Asma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 1(1), 43-48.
- Triyoso, T., Eliya, R., & Fitriyan, I. (2021). Asuhan keperawatan komprehensif pola nafas tidak efektif pada pasien asma dengan teknik aromaterapi dan massage. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 1(3), 140-150.
- Zakiudin, A., Janah, E. N., Karyawati, T., Fatimah, S., & Naita, A. (2021). Penyuluhan Kesehatan Tentang Asma Di Desa Kampung Baru Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes. *NUSANTARA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 31-39.