



Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernapasan di Lampaseh Lhok, Montasik

Nurfitriani^{*1}

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: nurfitriani_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima 22 Agustus 2022; Disetujui 27 Agustus 2022; Dipublikasi 01 September 2022

Abstract: *Respiratory tract disorders are one of the health problems that frequently occur in society, especially acute respiratory infections (ARI). This disease can be caused by an unhealthy environment, poor ventilation, and exposure to air pollutants. Education on the prevention and management of respiratory tract disorders is an important step in raising public awareness about the dangers of ARI and how to address them. This activity aims to provide an understanding to the people of Gampong Lampaseh Lhok, Montasik about the importance of maintaining respiratory health. The methods used included lectures, interactive discussions, and participant comprehension evaluations. The results show an increase in public knowledge about ARI and its prevention efforts. The conclusion of this activity is the need for continuous education to ensure that the community adopts a healthy lifestyle to prevent respiratory tract disorders.*

Keywords: *Respiratory tract disorder, Health education, ISPA.*

Abstrak: Gangguan saluran pernapasan merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat, terutama infeksi saluran pernapasan akut (ISPA). Penyakit ini dapat disebabkan oleh lingkungan yang tidak sehat, ventilasi yang buruk, serta paparan polutan udara. Edukasi mengenai pencegahan dan penanggulangan gangguan saluran pernapasan menjadi langkah penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap bahaya ISPA dan cara mengatasinya. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat Gampong Lampaseh Lhok, Montasik mengenai pentingnya menjaga kesehatan saluran pernapasan. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan evaluasi pemahaman peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai ISPA dan upaya pencegahannya. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah perlunya edukasi berkelanjutan untuk memastikan masyarakat menerapkan pola hidup sehat guna mencegah gangguan saluran pernapasan.

Kata kunci : *Gangguan saluran pernapasan, Edukasi kesehatan, ISPA.*

Terus munculnya ancaman kesehatan dalam bentuk penyakit menular membuat langkah pencegahan dan pengendalian infeksi di fasilitas pelayanan kesehatan sama sekali tidak boleh diabaikan. Penyakit/patogen yang menular merupakan masalah yang terus berkembang, dan

penularan patogen yang menyebabkan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) tidak terkecuali. Cara penularan utama sebagian besar ISPA adalah melalui droplet, tapi penularan melalui kontak (termasuk kontaminasi tangan yang diikuti oleh inokulasi tak sengaja) dan aerosol

pernapasan infeksius berbagai ukuran dan dalam jarak dekat bisa juga terjadi untuk sebagian patogen. Karena banyak gejala ISPA merupakan gejala nonspesifik dan pemeriksaan diagnosis cepat tidak selalu dapat dilakukan, penyebabnya sering tidak langsung diketahui. Selain itu, intervensi farmasi (vaksin, antivirus, antimikroba) untuk ISPA mungkin tidak tersedia (Dhayanithi & Brundha, 2020).

Lingkungan rumah yang tidak memenuhi syarat kesehatan dapat merupakan sumber berbagai jenis penyakit. Unsur-unsur rumah yang perlu diperhatikan untuk memenuhi rumah sehat adalah antara lain ventilasi, pencahayaan, dan kuman udara. Keadaan rumah yang tidak sehat dapat menjadi penyebab penyakit infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) (Marwati et al., 2019).

Paru-Paru ada dua, merupakan alat pernafasan utama. Paru-paru mengisi rongga dada. Terletak disebelah kanan dan kiri dan tengah dipisahkan oleh jantung beserta pembuluh darah besarnya dan struktur lainnya yang terletak didalam mediastinum .

Paru-paru adalah organ yang berbentuk kerucut dengan apeks (puncak) diatas dan muncul sedikit lebih tinggi daripada klavikula di dalam dasar leher. Pangkal paru-paru duduk di atas landai rongga toraks, diatas diafragma. Paruparu mempunyai permukaan luar yang menyentuh iga-iga, permukaan dalam yang memuat tampak paru-paru, sisi belakang yang menyentuh tulang belakang, dan sisi depan yang menutupi sebagian sisi depan jantung (Manurung et al., 2013)

KAJIAN PUSTAKA

Gangguan Saluran Pernapasan dan Faktor Penyebabnya

Gangguan saluran pernapasan, terutama Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), merupakan penyakit yang dapat menyebar melalui droplet atau udara. Patogen penyebab ISPA dapat ditularkan melalui kontak langsung dan udara, sehingga tindakan pencegahan menjadi sangat penting. (Dhayanithi & Brundha 2020)

Faktor-faktor yang meningkatkan risiko gangguan pernapasan meliputi:

- Polusi udara
- Kondisi lingkungan yang tidak sehat
- Infeksi virus dan bakteri
- Kebiasaan merokok

Lingkungan yang tidak sehat dapat meningkatkan risiko terkena gangguan pernapasan. Menekankan bahwa ventilasi rumah yang buruk, paparan asap rokok, polusi udara, serta kurangnya kebersihan lingkungan dapat meningkatkan kemungkinan terkena ISPA. Oleh karena itu, edukasi mengenai cara menjaga kebersihan dan kesehatan pernapasan sangat diperlukan.. (Marwati et al. 2019).

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA)

ISPA adalah salah satu penyakit pernapasan yang paling sering menyerang masyarakat, terutama anak-anak dan lansia yang memiliki sistem imun lebih lemah. Penyakit ini ditularkan melalui droplet dari orang yang terinfeksi saat batuk atau bersin. Gejala ISPA meliputi batuk, demam, sesak napas, dan produksi dahak yang meningkat (Dhayanithi &

Brundha, 2020).

Menurut penelitian oleh Marwati et al. (2019), kondisi lingkungan rumah yang tidak memenuhi standar kesehatan, seperti ventilasi yang buruk dan kepadatan hunian yang tinggi, dapat meningkatkan risiko penularan ISPA. Oleh karena itu, perbaikan lingkungan serta edukasi masyarakat mengenai pola hidup sehat menjadi langkah penting dalam pencegahan penyakit ini.

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan Asma

PPOK adalah penyakit pernapasan kronis yang ditandai dengan penyempitan saluran napas akibat paparan jangka panjang terhadap zat berbahaya, seperti asap rokok dan polutan udara. Gejala PPOK meliputi batuk kronis, produksi dahak berlebihan, serta sesak napas yang memburuk seiring waktu (Manurung et al., 2013).

Asma, di sisi lain, adalah kondisi inflamasi kronis pada saluran napas yang menyebabkan penyempitan dan hipersensitivitas saluran pernapasan terhadap alergen seperti debu, serbuk sari, dan asap. Gejala utama asma meliputi mengi, sesak napas, serta batuk yang kambuh secara periodik. Pengelolaan asma melibatkan penggunaan obat bronkodilator dan kortikosteroid inhalasi, serta penghindaran faktor pemicu (Manurung et al., 2013).

Anatomi dan Fungsi Paru-paru

Paru-paru merupakan organ utama dalam sistem pernapasan yang bertugas untuk menukar oksigen dan karbon dioksida dalam darah.

Paru-paru memiliki bentuk seperti kerucut dan terletak di dalam rongga dada, dengan bagian kanan dan kiri dipisahkan oleh jantung dan pembuluh darah besar. Gangguan pada paru-paru dapat menyebabkan berbagai penyakit pernapasan, termasuk asma dan pneumonia. (Manurung et al. 2013),.

Edukasi sebagai Upaya Pencegahan ISPA

Edukasi kepada masyarakat mengenai pencegahan gangguan pernapasan sangat penting untuk mengurangi angka kejadian ISPA. Penyuluhan yang dilakukan secara langsung, seperti ceramah dan diskusi interaktif, dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang cara menjaga kesehatan pernapasan.

Program edukasi yang efektif dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat guna mencegah gangguan pernapasan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang berkelanjutan agar masyarakat dapat terus mendapatkan informasi terbaru mengenai pencegahan dan penanganan ISPA.

Selain itu, program penyuluhan dan sosialisasi di masyarakat, terutama di daerah dengan tingkat polusi udara tinggi, dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan saluran pernapasan. Pemerintah dan tenaga kesehatan harus berperan aktif dalam memberikan informasi yang akurat dan mudah dipahami oleh masyarakat agar pencegahan penyakit pernapasan dapat berjalan lebih efektif (Marwati et al., 2019).

METODE PELAKSANAAN

Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perizinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan.

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di Gampong lampaseh Lhok Kecamatan Montasik, Aceh Besar.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat Gampong Lampaseh Lhok dan akan dijelaskan materi berupa pentingnya mengetahui penyakit saluran pernafasan, setelah pemberian materi selesai kemudian masyarakat diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorsprise.

Pembuatan Laporan Pengabdian

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan

efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan masyarakat menerapkan perilaku dalam Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernafasan di lampaseh Lhok, Montasik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernafasan di lampaseh Lhok, Montasik” yang diikuti 50 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci. Pelaksanaan Pengabdian

1. Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

2. Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernafasan di lampaseh Lhok, Montasik. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.



Gambar 1. Penyampaian Materi

3. Diskusi/ Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi

kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

4. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

Output

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu masyarakat Gampong Lampaseh Lhok lebih meningkatkan pengetahuannya mengenai Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernafasan di lampaseh Lhok, Montasik. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya respon masyarakat dalam bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat memberikan pengetahuan tentang menyusui dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernafasan di lampaseh Lhok, Montasik
2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Edukasi Pencegahan dan Penanggulangan Gangguan Saluran Pernafasan di lampaseh Lhok, Montasik.

Saran

Masa depan bangsa ini harus segera diselamatkan caranya adalah dengan mendidik dan membimbing generasi muda secara intensif agar mereka mampu menjadi motor penggerak kemajuan dan mendorong perubahan kearah yang lebih dinamis, progresif dan produktif. Dengan demikian diharapkan kedepannya bangsa ini mampu bersaing dengan negara lainnya . Agar mencapai impian tersebut remaja Indonesia harus tumbuh secara positif dan konstruktif, serta sebisa mungkin dijauhkan dari terlibat kenakalan remaja. Inialah tantangan riil yang kita hadapi sebagai guru dan orang tua. Sudah sedemikian lama fenomena maraknya kenakalan remaja ini dibiarkan begitu saja, seolah hanya di tangani dengan asal-asalan.

Pemerintahan sebagai pemegang utama kebijakan juga dapat menjalankan perannya, yaitu membuat undang undang pendidikan, undang undang teknologi komunikasi (yang mengatur tayangan yang layak di akses di internet, televisi, dan media massa), serta membangun aparat kepolisian yang kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Dhayanithi, J., & Brundha, M. P. (2020). *Coronavirus disease 2019: Corona viruses and blood safety-a review*. Indian Journal of Forensic Medicine and Toxicology, 14(4), 4906–4911.
- Manurung, S., Suratun, Krisanty, P., & Ekarina, Ni. P. (2013). *Gangguan Sistem Pernafasan*.

Marwati, N. M., Aryasih, I. G. A. M., Mahayana, I. M. B., Patra, I. M., & Posmaningsih, D. A. A. (2019). *Pendampingan Upaya Pencegahan terhadap Gangguan Penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut di Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan*. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat*, 120–127.

WHO. (2021). *Guidelines on Respiratory Health and Prevention of Respiratory Infections*.

UNICEF. (2020). *The Impact of Air Pollution on Child Health and Development*.

Departemen Kesehatan RI. (2019). *Pedoman Pencegahan ISPA di Indonesia*.

Widodo, A. (2020). *Dampak Polusi Udara terhadap Kesehatan Paru-paru*. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 5(2), 33-45.

Suyanto, R. (2019). *Manajemen Lingkungan dalam Pencegahan ISPA*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 25-37.

Pertiwi, N. (2021). *Faktor Risiko ISPA pada Anak di Daerah Perkotaan*. *Jurnal Kedokteran*, 10(4), 77-89.

Badan POM RI. (2018). *Daftar Bahan Kimia Berbahaya dalam Polusi Udara*

Departemen Kesehatan RI. (2019). *Pedoman Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia*.