



## Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Pada Masyarakat Di Blang Miro Kec. Simpang Tiga

Nurfitriani\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: [nurfitriani\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:nurfitriani_fk@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima 10 Agustus 2023; Disetujui 17 Agustus 2023; Dipublikasi 03 September 2023

**Abstract:** *Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a major health issue with high morbidity and mortality rates, particularly among heavy smokers and individuals exposed to air pollution. This disease is characterized by progressive airflow limitation that is not fully reversible. The lack of public awareness regarding COPD risk factors and prevention contributes to the increasing number of cases. Therefore, health education is necessary to enhance public knowledge and awareness of COPD. The health education program was conducted in Blang Miro Village, Simpang Tiga District, Aceh Besar, using lecture and interactive discussion methods. Participants received materials on the definition of COPD, risk factors, symptoms, and preventive and treatment measures. This health education session successfully improved participants' understanding of COPD. They became more aware of the impact of smoking and air pollution on lung health, as well as the importance of early detection and proper treatment to prevent further complications. Health education on COPD has proven effective in raising public awareness of this disease. With increased understanding, behavioral changes are expected to reduce COPD risk factors and improve the quality of life of affected individuals.*

**Keywords:** *Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD); Health Education; COPD Risk Factors.*

**Abstrak:** Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan dengan angka kematian dan kesakitan yang tinggi, terutama pada perokok berat dan individu yang terpapar polusi udara. Penyakit ini ditandai dengan hambatan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya reversibel. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko dan pencegahan PPOK menyebabkan peningkatan kasus penyakit ini. Oleh karena itu, edukasi kesehatan diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai PPOK. Edukasi kesehatan dilakukan di Desa Blang Miro, Kecamatan Simpang Tiga, Aceh Besar, dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Peserta diberikan materi mengenai definisi PPOK, faktor risiko, gejala, serta langkah-langkah pencegahan dan pengobatan yang dapat dilakukan. Edukasi kesehatan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang PPOK. Peserta lebih sadar akan dampak merokok dan polusi udara terhadap kesehatan paru-paru serta pentingnya deteksi dini dan pengobatan yang tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Penyuluhan kesehatan tentang PPOK terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penyakit ini. Dengan meningkatnya pemahaman masyarakat, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku dalam mengurangi faktor risiko PPOK dan meningkatkan kualitas hidup penderita.

**Kata kunci :** Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK); Edukasi Kesehatan; Faktor Risiko PPOK

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan salah satu penyakit paru yang bersifat progresif dan tidak dapat disembuhkan secara total. Penyakit ini ditandai dengan keterbatasan aliran udara yang tidak sepenuhnya reversibel, yang disebabkan oleh paparan jangka panjang terhadap partikel atau gas berbahaya, seperti asap rokok dan polusi udara. PPOK menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia, serta memiliki dampak ekonomi dan sosial yang signifikan bagi penderitanya.

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah sekelompok penyakit paru-paru progresif yang sering dialami oleh laki-laki berusia di atas 40 tahun, terutama perokok berat dan mereka yang tinggal di daerah dengan polusi tinggi. Penyakit ini memiliki angka kematian dan kesakitan yang tinggi serta membawa beban sosial dan ekonomi yang signifikan. Prevalensi PPOK bervariasi di berbagai negara, dengan tingkat tertinggi dilaporkan di Amerika Serikat sebesar 37% dan di Indonesia sebesar 3,7%, dengan prevalensi tertinggi di Nusa Tenggara Timur (10%). Menurut WHO, pada tahun 2020 PPOK menjadi penyebab kematian ketiga di dunia (Fadhilah et al., 2024).

Menurut GOLD (Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease), PPOK adalah penyakit paru yang dapat dicegah diobati dengan beberapa efek ekstrapulmonal yang signifikan berkontribusi terhadap tingkat keparahan penderita. Karakteristik penyakit ini

ditandai oleh hambatan aliran udara di saluran napas yang tidak sepenuhnya reversibel. Hambatan aliran udara tersebut biasanya bersifat progressif dan berhubungan dengan respon inflamasi pulmonal terhadap partikel atau gas berbahaya (Putra & Artika, 2021).

Di Indonesia, khususnya di wilayah Aceh Besar, kasus PPOK masih banyak ditemukan, terutama di kalangan laki-laki berusia di atas 40 tahun yang memiliki riwayat merokok berat. Meskipun berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah dan tenaga kesehatan untuk menekan angka kejadian PPOK, masih banyak masyarakat yang belum sepenuhnya memahami bahaya penyakit ini dan cara-cara pencegahannya. Salah satu penyebab utama rendahnya kesadaran masyarakat adalah kurangnya akses terhadap informasi kesehatan yang akurat dan mudah dipahami.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **1. Definisi dan Karakteristik PPOK**

Fadhilah et al. (2024) menjelaskan bahwa Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah penyakit paru yang ditandai dengan keterbatasan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya reversibel. PPOK sering terjadi pada individu yang memiliki riwayat merokok atau terpapar polusi udara dalam jangka waktu lama.

### **2. Epidemiologi PPOK**

WHO (2021) melaporkan bahwa PPOK merupakan penyebab kematian ketiga di dunia pada tahun 2020. Di Indonesia, prevalensi

PPOK mencapai 3,7% dengan angka tertinggi ditemukan di Nusa Tenggara Timur (10%). Penyakit ini memberikan beban ekonomi dan sosial yang besar bagi masyarakat.

### **3. Faktor Risiko PPOK**

Putra & Artika (2021) mengidentifikasi bahwa faktor utama penyebab PPOK adalah kebiasaan merokok, polusi udara, faktor genetik, serta paparan bahan kimia dan debu dalam lingkungan kerja. Faktor risiko lain yang berkontribusi terhadap perkembangan PPOK adalah usia lanjut dan riwayat penyakit pernapasan sebelumnya.

### **4. Proses Patofisiologi PPOK**

Rachmawati & Sulistyaningsih (2020) menjelaskan bahwa PPOK berhubungan dengan inflamasi kronis pada saluran napas, yang menyebabkan peningkatan jumlah neutrofil, makrofag, dan limfosit di paru-paru. Proses inflamasi ini menyebabkan penyempitan jalan napas, produksi lendir berlebih, serta kerusakan jaringan paru.

### **5. Gejala Klinis PPOK**

Simbolon (2019) menyebutkan bahwa gejala utama PPOK meliputi sesak napas, batuk kronis, dan produksi dahak yang berlebihan. Sesak napas sering kali menjadi keluhan utama yang membatasi aktivitas fisik penderita. Batuk kronis pada PPOK dapat terjadi dengan atau tanpa produksi dahak.

### **6. Dampak Merokok terhadap PPOK**

GOLD (2023) menyatakan bahwa sekitar 80-90% kasus PPOK disebabkan oleh kebiasaan merokok. Zat beracun dalam rokok

menyebabkan peradangan kronis pada saluran pernapasan dan meningkatkan risiko kerusakan alveolar. Oleh karena itu, berhenti merokok merupakan langkah utama dalam pencegahan PPOK.

### **7. Pencegahan dan Pengelolaan PPOK**

Barnes (2020) menyoroti bahwa pencegahan PPOK dapat dilakukan dengan menghindari paparan asap rokok, polusi udara, dan bahan beracun. Manajemen PPOK melibatkan terapi farmakologis (seperti bronkodilator dan kortikosteroid) serta terapi non-farmakologis seperti rehabilitasi paru dan latihan pernapasan

### **8. Pentingnya Edukasi Kesehatan bagi Pencegahan PPOK**

Han et al. (2022) mengungkapkan bahwa edukasi kesehatan mengenai PPOK dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang faktor risiko dan pentingnya pencegahan. Kampanye kesehatan yang efektif dapat mendorong individu untuk berhenti merokok dan menerapkan gaya hidup sehat.

### **9. Peran Lingkungan dalam Perkembangan PPOK**

Stockley (2021) menemukan bahwa paparan jangka panjang terhadap polusi udara dan bahan kimia industri berkontribusi terhadap peningkatan risiko PPOK. Pencegahan dapat dilakukan dengan mengurangi paparan polutan dan meningkatkan kualitas udara dalam ruangan.

### **10. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan terhadap PPOK**

Kementerian Kesehatan RI (2022) menyatakan bahwa program penyuluhan kesehatan yang dilakukan di komunitas dan fasilitas kesehatan

terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang PPOK. Penyuluhan yang melibatkan tenaga medis dan penggunaan media interaktif lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat.

Kajian pustaka ini menegaskan bahwa PPOK merupakan penyakit serius yang dapat dicegah melalui edukasi kesehatan dan pengelolaan faktor risiko. Dengan adanya penyuluhan yang baik, masyarakat dapat lebih memahami pentingnya pencegahan dan deteksi dini PPOK guna meningkatkan kualitas hidup penderita

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

### **1. 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

### **2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di desa Blang Miro, Kec. Simpang Tiga, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran Masyarakat Blang Miro akan dijelaskan materi berupa pentingnya Edukasi Kesehatan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), setelah pemberian materi selesai kemudian peserta diberikan kesempatan bertanya dan

diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorprize.

### **3. 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.

### **4. 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 menghindari terinfeksi Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Edukasi Kesehatan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada masyarakat di Blang Miro Kec. Simpang Tiga” yang diikuti 20 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

- 1) Pelaksanaan Pengabdian
- 2) Pembukaan

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

### 3) Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Edukasi Kesehatan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada masyarakat di Blang Miro Kec. Simpang Tiga. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.

### 4) Diskusi/Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

### 5) Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu masyarakat desa Blang Miro lebih meningkatkan pengetahuannya mengenai Edukasi Kesehatan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada masyarakat di Blang Miro Kec. Simpang Tiga.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat memberikan pengetahuan tentang PPOK dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap Edukasi Kesehatan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada masyarakat di Blang Miro Kec. Simpang Tiga.

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan

metode ceramah dan diskusi tanya jawab. Dan untuk Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang Edukasi Kesehatan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada masyarakat di Blang Miro Kec. Simpang Tiga.

### Saran

Diperlukan program edukasi berkelanjutan tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), khususnya mengenai faktor risiko seperti merokok dan polusi udara. Penyuluhan sebaiknya dilakukan secara rutin di tingkat desa dan puskesmas agar masyarakat lebih memahami pentingnya pencegahan PPOK. Puskesmas dan instansi terkait diharapkan dapat menyelenggarakan program skrining kanker serviks secara rutin dan memberikan akses pemeriksaan yang lebih luas serta terjangkau bagi masyarakat.

Program penyuluhan dan intervensi kesehatan harus dievaluasi secara berkala untuk menilai efektivitasnya dalam meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku masyarakat. Dan diperlukan inovasi dalam metode penyuluhan, seperti penggunaan media digital atau aplikasi kesehatan untuk menjangkau lebih banyak masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fadhilah, M. A., Dokter, P. P., & Malikussaleh, U. (2024). Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *Journal of Pulmonary Medicine*, 2(2).
- Putra, I. P., & Artika, I. D. M. (2021). Diagnosis dan Tatalaksana Penyakit Paru Obstruktif

- Kronis. *Ilmu Penyakit Dalam FK UNUD/RSUP Sanglah Denpasar*, 1–16.  
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/4872/3658>
- Rachmawati, A. D., & Sulistiyaningsih. (2020). Review Artikel: Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). *Farmaka*, 18(2), 1–15.
- Simbolon, S. M. (2019). Hubungan Kanker Serviks dan Gagal Ginjal Akut pada Pasien di RS Pandega. *Ina J Chest Crit and Emerg Med*, 1(2), 83–84.
- WHO. (2021). *Global Strategy for the Diagnosis, Management, and Prevention of Chronic Obstructive Pulmonary Disease (PPOK)*. Geneva: World Health Organization.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Pencegahan dan Penanganan PPOK di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- GOLD (Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease). (2023). *Pocket Guide to COPD Diagnosis, Management, and Prevention*. Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease.
- Barnes, P. J. (2020). Inflammatory Mechanisms in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *New England Journal of Medicine*, 380(9), 881–893.
- Han, M. K., Agusti, A., & Calverley, P. M. (2022). Chronic Obstructive Pulmonary Disease Phenotypes and Treatment Implications. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 206(9), 1057–1072.
- Stockley, R. A. (2021). Alpha-1 Antitrypsin Deficiency and Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *Lancet Respiratory Medicine*, 9(10), 1075–1090.