




## *Health education about asthma in Arang Limbung Village, Kubu Raya Regency*

Lestari Makmuriana✉, Wida Kuswida Bhakti, Surtikanti, Riska Maulidia, Okkyandi Adikarsa, Muhammad Alfarizi, Robi Robiansyah, Nanda Adia Agustin, Nuralinda, Herinawan, Murni, Puja, Siti Juwariyah

Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak, Pontianak, Indonesia

✉ [lestarimakmuriana@gmail.com](mailto:lestarimakmuriana@gmail.com)

 <https://doi.org/10.31603/ce.8095>

### **Abstract**

*Asthma is an inflammatory disease of the respiratory system that can be triggered by several factors such as the environment, food, air, and emotions. The increase in asthma sufferers is due to a lack of knowledge about how to prevent asthma. The purpose of this activity is to increase knowledge so that people with asthma can be more aware of asthma prevention. The implementation method in community service uses the target group survey method, preparation of facilities and infrastructure, outreach, and evaluation. Based on the program, 98% of the participants seemed enthusiastic about obtaining information about asthma, and 100% of the participants seemed satisfied with the results of the discussion about asthma.*

**Keywords:** Health Education; Asthma; Non-communicable diseases

## **Pendidikan kesehatan tentang penyakit asma di Desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya**

### **Abstrak**

Asma adalah penyakit peradangan sistem pernafasan yang dapat dipicu oleh beberapa faktor seperti lingkungan, makanan, udara dan emosi. Meningkatnya penderita asma disebabkan kurangnya pengetahuan tentang cara pencegahan penyakit asma. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan agar penderita asma dapat lebih sadar terkait pencegahan penyakit asma. Metode pelaksanaan dalam pengabdian kepada masyarakat menggunakan metode survei kelompok sasaran, persiapan sarana dan prasarana, sosialisasi dan evaluasi. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat 98 % peserta tampak antusias dalam memperoleh informasi tentang penyakit asma, 100 % peserta tampak puas dengan hasil diskusi tentang penyakit asma.

**Kata Kunci:** Pendidikan Kesehatan; Asma; Penyakit tidak menular

## **1. Pendahuluan**

Asma adalah suatu gangguan pada saluran bronkhial dengan ciri bronkospasme periodik (kontraksi spasme pada saluran nafas). Asma merupakan penyakit kompleks yang dapat diakibatkan oleh faktor biokimia, endokrin, infeksi, otonomik dan psikologi (Irman, 2008). Apabila terjadi hipersensitivitas pada bronkus dapat menyebabkan penyempitan pada saluran pernafasan karena benda asing di udara, keadaan ini yang menimbulkan nafas berbunyi yang disebut *wheezing* (Musliha, 2010).

Kekambuhan asma dapat dipicu oleh beberapa faktor seperti lingkungan, makanan, udara dingin, dan emosi. Lingkungan yang dipenuhi asap rokok, asap kendaraan dan debu merupakan awal timbulnya penyakit asma. Beberapa makanan seperti *junk food* yang tinggi kadar MSG dan pengawetnya, minuman dingin atau es, coklat dan kacang dapat menjadi penyebab kekambuhan asma. Adanya perasaan tidak menyenangkan membuat beban pikiran dan tekanan mental yang akhirnya berimbas pada saluran pernapasan seseorang. Asma akan mudah kambuh pada orang yang tinggal didaerah pegunungan atau dengan cuaca dingin (Alsagaff & Mukty, 2010).

Adapun komplikasi dari penyakit asma antara lain adalah *pneumothoraks*, *pneumodiastinum* dan *emfisemasubcutis*, *atelektasis*, dan gagal nafas (Benvie, 2009). Sehingga dari komplikasi tersebut pasien perlu mengetahui dan memahami tentang asma agar dapat melakukan tindakan pencegahan kekambuhan asma. Sundaru (2009) menjelaskan tindakan pencegahan asma antara lain dengan menjaga kesehatan berupa makanan yang bernilai gizi baik, minum banyak, hindari minum es, minum hangat dapat mengencerkan dahak, istirahat yang cukup, rekreasi dan olahraga yang sesuai. Di samping itu keadaan rumah harus diperhatikan, sebaiknya tidak lembab, cahaya matahari bisa masuk, kamar tidur seharusnya tidak banyak barang yang dapat menimbulkan debu, selain itu upaya selanjutnya menghindari faktor pencetus seperti; debu, asap rokok, bulu hewan, suhu dingin, kelelahan yang berlebihan, olahraga yang melelahkan. Menggunakan obat-obatan bronkodilator sebagai persiapan jika kondisi seseorang tidak bisa aktif melakukan pencegahan.

Berdasarkan data WHO *Non Communicable Disease* di Asia Tenggara diperkirakan bahwa 1,4 juta orang meninggal dunia karena penyakit paru kronik di mana 86% disebabkan karena penyakit paru obstruktif kronik, dan 7,8% disebabkan karena asma. WHO fact sheet 2011 menyebutkan bahwa terdapat 235 juta orang menderita asma di dunia, 80% berada di negara dengan pendapatan rendah dan menengah, termasuk Indonesia. Penyakit saluran pernapasan yang menyebabkan kematian terbesar adalah *Tuberculosis* (7,5%) dan *Lower Tract Respiratory Disease* (5,1%). Berdasarkan data Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) di Indonesia didapatkan bahwa angka kematian akibat penyakit asma adalah sebanyak 63.584 orang. Dari data Riskesdas 2013, pasien asma di Indonesia paling banyak di alami oleh golongan menengah ke bawah dan terbawah (tidak mampu), persentase untuk menengah ke bawah sebanyak 4,7% dan terbawah 5,8% (Departemen Kesehatan RI, 2014).

Kasus asma di Puskesmas Sungai Durian terdapat 15 pasien yang menderita asma yang mana sebanyak 9 pasien mengatakan tidak mengetahui tentang upaya pencegahan kekambuhan penyakit asma dan 6 pasien mengatakan mengetahui tentang upaya pencegahan kekambuhan penyakit asma. Berdasarkan pemaparan masalah yang di atas menunjukkan bahwa warga di Desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya belum mengetahui penyakit asma yang dideritanya hal ini dapat menyebabkan kekambuhan asma pada pasien. Kurangnya pengetahuan pasien asma tentang upaya pencegahan asma dapat disebabkan oleh kurangnya informasi seperti penyuluhan. Adapun solusi yang dilakukan untuk warga di Desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya dengan cara memberikan penyuluhan kesehatan terkait penyakit asma yang dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai media, di antaranya adalah leaflet dan penyuluhan individual. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit asma, sehingga diharapkan masyarakat mampu mengerti dan memahami tentang pencegahan penyakit asma.

## 2. Metode

---

Metode pendekatan yang digunakan adalah melalui penyuluhan tentang penyakit asma di Desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya. Penyuluhan dilakukan pada hari Minggu, 19 Desember 2021 pukul 10.00 WIB-selesai. Penyuluhan ini dilakukan dengan melibatkan beberapa pihak. Sasaran pendidikan kesehatan tentang asma adalah warga Desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya. Penyuluhan ini dilakukan melalui 4 tahap, yaitu (1) survei kelompok sasaran, (2) penyiapan sarana dan prasarana, (3) pelaksanaan kegiatan inti, dan (4) evaluasi. Survei kelompok sasaran dilakukan untuk memperoleh informasi tentang lokasi dan tujuan yang belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan serupa. Penyiapan sarana dan prasarana yang berkaitan dengan tempat dan lokasi yang akan kita gunakan untuk kegiatan dan sarana lainnya yang dipersiapkan secara bertahap dengan mempertimbangkan tingkat kebutuhan. Untuk kegiatan inti yaitu penyampaian isi program yaitu memberikan motivasi kepada warga masyarakat tentang pentingnya pengetahuan penyakit asma dan cara pencegahan kekambuhan pada penderita asma. Kegiatan terakhir yang dilakukan adalah evaluasi yang meliputi evaluasi struktur, proses dan hasil.

## 3. Hasil dan Pembahasan

---

Tahapan survei kelompok sasaran, pada tahap pertama untuk mendapatkan informasi tentang lokasi desa tujuan yang memang belum pernah diadakan pendidikan kesehatan serupa. Tahapan kedua persiapan sarana dan prasarana, tahap ini merupakan tahap yang mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan mendukung kegiatan ini. Tahap persiapan ini mencakup mencari tempat penyuluhan, membuat surat izin Penkes, membuat proposal kegiatan pendidikan kesehatan kepada puskesmas sungai durian dan kepala desa Arang Limbung, pembuatan satuan acara penyuluhan, persiapan materi yang akan disampaikan, persiapan konsumsi, dan termasuk mempersiapkan *setting* tempat untuk dilakukan pendidikan kesehatan. Selanjutnya untuk penetapan jadwal sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

Tahapan ketiga yaitu pelaksanaan kegiatan aksi, muatan program yang paling penting dalam program ini adalah memberikan motivasi kepada warga masyarakat tentang pentingnya pengetahuan penyakit asma dan cara pencegahan kekambuhan pada penderita asma. Acara penyuluhan dimulai tepat pukul 10.00 WIB di salah satu rumah warga desa Arang limbung tepatnya di gang Rembulan Kabupaten Kubu Raya. Peserta warga desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya, yang terlihat sangat aktif mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan tentang penyakit Asma. Warga yang hadir untuk mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan sebanyak 30 orang, dan peserta aktif memberikan pertanyaan dan pendapat tentang penyakit Asma. Tim penyuluh berperan sesuai dengan uraian tugasnya masing-masing yaitu: moderator, presentator, observer, fasilitator, perlengkapan, dokumentasi, dan konsumsi. Kegiatan berlangsung sesuai dengan rencana yang telah ditentukan. [Gambar 1](#) dapat dilihat bahwa warga fokus mendengarkan saat diberi penjelasan tentang penyakit asma. Penjelasan materi yang diberikan oleh dosen dan mahasiswa STIK Muhammadiyah Pontianak.



Gambar 1. Penjelasan materi tentang penyakit asma

Pada tahap evaluasi warga masyarakat akan diberikan *feedback* tentang penyuluhan yang telah dilaksanakan. Pada tahap evaluasi terdiri dari tiga komponen. Komponen pertama evaluasi struktur, yang kedua evaluasi proses, dan yang ketiga evaluasi hasil. Evaluasi struktur yaitu peserta yang mengikuti pendidikan kesehatan terdiri dari 30 orang, warga desa arang limbung Kabupaten Kubu Raya. *Setting* tempat sesuai dengan rencana yang telah ditentukan. Peralatan yang digunakan selama penyuluhan adalah laptop, LCD proyektor, speaker, sound sistem dan microphone, fasilitator tim penyuluh memfasilitasi peserta selama pelaksanaan. Evaluasi proses, pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Minggu, 19 Desember 2021 pukul 10.00-11.00 WIB dan dapat berjalan sesuai dengan rencana dan kontrak waktu yang telah ditentukan berdasarkan peraturan yang disediakan. Peserta yang hadir mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir. Evaluasi hasil yaitu 98% peserta tampak antusias dalam memperoleh informasi tentang penyakit asma, 100% peserta tampak puas dengan hasil diskusi tentang penyakit asma dengan masukan-masukan yang diberikan oleh Tim Penyuluh STIK Muhammadiyah Pontianak. [Gambar 2](#) di akhir sesi warga dan TIM STIK Muhammadiyah Pontianak melakukan foto bersama.



Gambar 2. Foto Bersama dengan warga masyarakat Arang Limbung

## 4. Kesimpulan

Setelah mendapatkan penyuluhan penyakit Asma pada masyarakat dusun Arang Limbung hasil observasi yang didapatkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang penyakit asma, 98% peserta tampak antusias dalam memperoleh informasi tentang penyakit asma, 100% peserta tampak puas dengan hasil diskusi. Harapan kami agar kegiatan ini mampu memberikan wawasan pada masyarakat mengenai penyakit Asma. Asma merupakan jenis penyakit kronis pada saluran pernapasan yang ditandai dengan

peradangan dan penyempitan saluran pernapasan yang menimbulkan sesak atau sulit bernapas. Penyebab asma belum diketahui secara pasti, namun ada beberapa hal yang bisa memicu Asma seperti merokok, alergi makanan dan lain-lain. Tanda dan gejala asma, seperti sesak nafas, batuk-batuk saat malam hari, mengi. Komplikasi Asma seperti pneumonia, atelektasis, gagal nafas. Peserta yang hadir berjumlah 30 orang. Agar ke depannya dapat dilakukan kegiatan latihan guna meningkatkan kesehatan khususnya pada penderita asma.

## Ucapan Terima Kasih

---

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIK Muhammadiyah Pontianak yang telah mendukung kajian, moril dan materiil ini. Ucapan terima kasih juga kami berikan kepada mitra dalam pengabdian masyarakat ini yaitu warga Desa Arang Limbung Kabupaten Kubu Raya.

## Daftar Pustaka

---

- Alsagaff, H., & Mukty, A. (2010). *Dasar-Dasar Ilmu Penyakit Paru*. Universitas Airlangga.
- Benzie. (2009, Juli). *Asma Bronkhiale*. <https://doctorogy.net>.
- Departemen Kesehatan RI. (2014). *Buku Pedoman Asma* (1 ed.). Depkes RI.
- Irman, S. (2008). *Asuhan Keperawatan Pasa Pasien Dengan Gangguan Sistem Pernafasan*.
- Musliha. (2010). *Keperawatan Gawat Darurat* (1 ed.). Nuha Medika.
- Sundaru, H. (2009). *Perkembangan Terkini Dalam Penatalaksanaan Asma Bronkial*. Division Of Allergy & Clinical Immunology Faculty Of Medicine, Universitas Of Indonesia.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---