

Upaya Peningkatan Pengetahuan Untuk Pencegahan Kekambuhan pada Pasien Asma di Puskesmas 23 Ilir Palembang

Yofa Anggriani Utama*

Program Studi Keperawatan STIK Bina Husada Palembang, Jalan Syech Abdul Somad No 28 Kel 22 Ilir Kec Bukit Kecil Palembang Sumatera selatan

*Email Korespondensi: yofaanggriani@yahoo.co.id

Abstract

Asthma is a disease characterized by chronic inflammation of the respiratory tract with manifestations of respiratory complaints (wheezing, shortness of breath, and coughing) with varying expiratory airflow obstruction with varying symptom intensity, inflammation of the respiratory tract plays a role in causing airway hyperactivity, airflow obstruction, and respiratory complaints. The purpose of implementing this community service activity is to increase community knowledge regarding prevention of relapse in asthma patients. The method of implementing this community service activity was carried out in the work area of the 23 Ilir Palembang Health Center on April 24, 2025. The activity was attended by 20 asthma sufferers. The results obtained were knowledge before being given education as many as 4 participants (20%) participants had good knowledge regarding prevention of asthma relapse. After being given education, there was an increase in knowledge as many as 17 participants (85%) participants had good knowledge regarding prevention of asthma relapse

Keywords: *asthma, increased knowledge, prevention of recurrence*

Abstrak

Asma adalah penyakit yang ditandai dengan inflamasi kronik pada saluran pernapasan dengan manifestasi keluhan terkait pernapasan (mengi, sesak napas, dan batuk) dengan hambatan aliran udara ekspirasi yang bervariasi dengan intensitas gejala yang juga bervariasi, peradangan saluran pernapasan berperan dalam menyebabkan hiperaktivitas jalan napas, hambatan aliran udara, dan keluhan saluran pernapasan. Adapun tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan Masyarakat mengenai Pencegahan kekambuhan pada pasien asma, Metode Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas 23 Ilir Palembang pada tanggal 24 April 2025 kegiatan diikuti oleh 20 orang penderita asma hasil didapatkan pengetahuan sebelum diberikan edukasi sebanyak 4 orang peserta (20%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan kekambuhan asma. Setelah diberikan edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 17 orang peserta (85%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan kekambuhan asma

Kata Kunci : asma, peningkatan pengetahuan, pencegahan kekambuhan

PENDAHULUAN

Asma merupakan kondisi yang ditandai oleh peradangan jangka panjang pada saluran pernapasan yang muncul dengan gejala – gejala yang berhubungan dengan pernapasan seperti mengi, kesulitan bernapas serta batuk, terdapat penyempitan aliran udara saat ekspirasi yang bervariasi dalam tingkat keparahan gejala, inflamasi pada saluran

pernapasan berkontribusi terhadap hiperresponsivitas saluran napas, penyempitan aliran udara dan keluhan berhubungan dengan pernapasan. ⁽¹⁾

Survei Global Asthma Network (GAN) berdasarkan usia menemukan bahwa 9,1% anak-anak, 11,0% remaja, dan 6,6 % orang dewasa mengalami penyakit asma di negara-negara dengan penghasilan rendah dan menengah rendah. Ada 262 juta orang di seluruh dunia yang terserang asma pada tahun 2019, atau 3416 kasus per 100.000 orang. Berdasarkan hasil Survey di Indonesia, prevalensi penderita asma tahun 2018 sebanyak 1.017.290 jiwa menderita asma, angka kejadian tertinggi di Provinsi Yogyakarta sebanyak 14.602 jiwa, angka kejadian terendah di Provinsi Sumatera Utara sebanyak 55.351 jiwa sedangkan di Provinsi Sumatera Selatan sebanyak 32.126 jiwa penderita asma. ⁽³⁾ Sedangkan dalam kurun waktu tiga tahun, jumlah kasus asma di Propinsi Sumatera Selatan mencapai 18.716 pada tahun 2021, 26.536 pada tahun 2022, dan 16.310 pada tahun 2023. ^{(2) (3) (4)}

Pada penderita asma terdapat tanda dan gejala yaitu penderita bernafas lebih cepat dan dalam, gelisah, terdapat otot bantu pernapasan, sesak nafas, adanya wheezing, batuk, sebagian penderita mengeluh nyeri dada, gangguan kesadaran, dan takikardi. Pengetahuan tentang asma penting diketahui agar pasien dapat mencegah dan tahu cara mengatasi asma ketika kambuh. Hal yang dapat di hindari seperti olahraga, alergen, asap, debu, bau menyengat, pilek, virus, emosi, stress, cuaca dan polusi Asma merupakan penyakit tidak menular yang menyerang anak – anak dan orang dewasa dan menyebabkan kematian, asma dapat mempengaruhi kualitas hidup yang berdampak buruk pada aktivitas sehari – hari, untuk mengatasi masalah kualitas hidup pada penderita asma diperlukan metode penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kualitas hidup. ^{(5) (6)}

Menurut Marlin & Neni, (2022) menyatakan bahwa penyakit asma tidak bisa disembuhkan namun bisa dikelola kekambuhannya, adapun factor pencetus yang dapat menyebabkan asma kambuh seperti debu, serbuk bunga, alergi dan factor stress lainnya, agar pasien dapat mencegah terjadinya kekambuhan maka diperlukannya pengetahuan yang cukup atau baik tentang pencegahan kekambuhan asma bronkial. Penyakit asma dapat didiagnosa berdasarkan Riwayat gejala pernapasan seperti mengi, sesak napas, rasa berat didada dan batuk yang bervariasi dalam waktu dan intensitas, disertai keterbatasan aliran udara ekspirasi, penyakit ini dapat dicegah kekambuhannya dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman Masyarakat mengenai asma ⁽⁸⁾

Saat ini upaya pencegahan kekambuhan asma belum menjadi skala prioritas dalam pelayanan kesehatan. Padahal, dampak negatif yang ditimbulkan cukup serius dalam meningkatkan morbiditas dan mortalitas. Prediksi kasus asma akan meningkat di beberapa negara berkembang akibat polusi udara dan gaya hidup, untuk mengatasi masalah tersebut dilaksanakan pengabdian masyarakat melalui program penyuluhan kesehatan dilakukan untuk meningkatkan literasi *self management* kelompok asma agar tahu, mau dan mampu melakukan manajemen diri asma. Metode yang dilakukan adalah rangkaian penyuluhan kesehatan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi serta menggunakan media PPTx, booklet, dan video. ⁽⁹⁾

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan 3 orang penderita asma di wilayah kerja puskesmas 23 ilir Palembang menyatakan bahwa kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai pencegahan kekambuhan pada penyakit asma, maka diperlukannya kegiatan masyarakat untuk memberikan pengetahuan mengenai Upaya Peningkatan Pengetahuan Untuk Pencegahan Kekambuhan Pada Pasien Asma.

METODE

Pelaksanaan kegiatan masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas 23 Ilir pada tanggal 24 April 2025 kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 20 orang peserta di wilayah puskesmas 23 Ilir Palembang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada penderita Asma di Wilayah kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang Adapun langkah – langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi : tahap persiapan berkordinasi dengan petugas puskesmas 23 Ilir mengenai data penderita asma, kemudian berkoordinasi dengan ketua kader posyandu untuk penalaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada 24 April 2025 pukul 10.00 wib kegiatan ini dilaksanakan dengan metode Pendidikan Kesehatan mengenai pencegahan kekambuhan pada pasien asma dengan media leaflet, dengan materi mengenai pengertian asma, penyebab asma, diet asma, pencegahan asma, komplikasi asma dan perawatan dirumah sebelum dilakukan kegiatan Pendidikan Kesehatan diberikan kuesioner, kemudian dilakukan Pendidikan Kesehatan mengenai adanya sesi diskusi mengenai cara pencegahan kekambuhan asma selanjutnya setelah selesai diberikan kembali kuesioner asma kemudian kuesioner tersebut dievaluasi untuk mengetahui Tingkat pemahaman atau pengetahuan Masyarakat mengenai pencegahan kekambuhan asma.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang mengenai Pencegahan Kekambuhan Pada Pasien Asma dengan metode Pendidikan Kesehatan menggunakan media leaflet, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pada penderita asma untuk mencegah kekambuhan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat Mengenai Pencegahan Kekambuhan Pada Pasien Asma di Puskesmas 23 Ilir

No	Pengetahuan	<i>Pre test</i>		<i>Postest</i>	
		n	%	n	%
1	Baik	4	20	17	85
2	Kurang Baik	16	80	3	15
	Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi sebanyak 4 orang peserta (20%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan kekambuhan asma. Setelah diberikan edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 17 orang peserta (85%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan kekambuhan asma

ASMA



Oleh :
 Ns. Yofa Anggriani Utama, S.Kep., M.Kes, M.Kep

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
 SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
 BINA HUSADA
 2028**

Apa Itu Asma

Asma merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan adanya penyempitan dan peradangan pada saluran napas yang mengakibatkan sesak atau kesulitan bernapas.

Faktor Penyebab Asma

1. Alergen di dalam ruangan seperti debu, tungau, kucing, jamur
2. Alergen di luar ruangan seperti tepung sari
3. Bahan yang mengiritasi seperti parfum dan household spray
4. Asap rokok dan polusi udara
5. Perubahan cuaca

Apakah Asma Dapat Sembuh

Asma tidak dapat sembuh, namun dapat dikendalikan agar gejala tidak muncul dan dapat hidup normal.

Tanda dan Gejala

1. Bersifat episodik, seringkali reversibel dengan atau tanpa pengobatan
2. Gejala berupa batuk, sesak napas, rasa berat di dada dan berdahak
3. Gejala timbul/ memburuk terutama malam/ dini hari
4. Diawali oleh faktor pencetus yang bersifat individu
5. Respons terhadap pemberian bronkodilator



Pencegahan Asma

1. Hindari kontak dengan penderita influenza
2. Jangan terlalu sering menggunakan kipas angin
3. Gunakan masker (menghindari mencegah kontak dengan debu / bulu binatang)
4. Biasakan mencuci tangan (membantu mencegah infeksi saluran pernapasan)

Diet

Makanan-makanan tertentu seperti susu sapi, telur, ikan, kerang, produk-produk yang terbuat dari ragi, kacang-kacangan dan beberapa pewarna dan bahan pengawet pada makanan bisa memperburuk gejala-gejala asma.

Perawatan Asma

1. Mencari dan menghindari faktor allergen
2. Berikan posisi yang nyaman
3. Berikan obat asma anti asma yang tepat, baik penggunaan cara pemberian dan efek sampingnya
4. Istirahat yang cukup
5. Berikan makanan dan minuman yang bergizi

Komplikasi

1. Infeksi akut saluran pernapasan bawah
2. Bronchitis kronis
3. Emfisema paru dan cor pulmonale

Perawatan Di rumah

1. Inhaler (obat hirup gunakan untuk membantu anda saat terasa asma mulai kambuh.
2. Sering-sering konsultasi dengan dokter yang bersangkutan pada penyakit asma anda.
3. Coba untuk menyadarkan diri anda saat melakukan aktifitas. Karena asma bisa datang kapan saja, tanpa sepengetahuan kita. Untuk itu kita sendiri yang tau kapan asma tersebut akan kambuh.
4. Hindari faktor pencetus asma seperti : debu, makanan, cuaca dingin, dll.
5. Mengurangi aktivitas yang terlalu berat.



Gambar 1 Tahap Pelaksanaan



Gambar 2 Tahap Evaluasi

2. Pembahasan

Penyakit asma merupakan penyakit yang menyerang paru-paru, menyebabkan episode mengi berulang, sesak napas dan batuk di malam hari atau dini hari, asma dapat dikendalikan dengan minum obat dan menghindari pencetus yang dapat menyebabkan serangan, salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian asma perlakuan aktifitas fisik pada Respirasi rate (RR) dan Nadi ⁽¹⁰⁾ Untuk mencegah meningkatnya kekambuhan kejadian asma diperlukan keterlibatan keluarga dalam merawat pasien asma, kunjungan rumah oleh petugas kesehatan dengan pemeriksaan kondisi pasien, serta memberikan pendidikan kesehatan bagi pasien mengenai pencegahan dan pengobatan asma ⁽¹¹⁾

Asma merupakan penyakit heterogen yang ditandai peradangan kronis pada saluran pernapasan untuk mengatasi hal tersebut perlunya edukasi pada penderita asma yang berfokus pada menghindari pemicu, penggunaan obat-obatan yang tepat dan pentingnya kontrol lingkungan, dengan memberikan edukasi dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang asma, serta mendukung pengelolaan penyakit asma secara efektif. ⁽¹²⁾

Asma bronkial merupakan penyakit kronis saluran pernapasan yang ditandai oleh inflamasi, peningkatan reaktivitas terhadap berbagai stimulus, dan sumbatan saluran napas yang bisa kembali spontan atau dengan pengobatan yang sesuai. meskipun pengobatan efektif telah dilakukan untuk menurunkan morbiditas karena asma, keefektifan hanya tercapai jika penggunaan obat telah sesuai, untuk mengatasi hal tersebut perlunya sosialisasi upaya penatalaksanaan dan pencegahan asma bronkial didapatkan tingkat pemahaman masyarakat mengenai penatalaksanaan dan upaya pencegahan asma bronkiale terdapat peningkatan, dilihat dari peserta yang antusias untuk bertanya dan feedback dari peserta penyuluhan ini dinilai menarik dan bermanfaat. ⁽¹³⁾

Selain dengan metode pendidikan kesehatan untuk mencegah kekambuhan asma, pasien asma membutuhkan dukungan dari keluarga dan tim kesehatan yang merawat di rumah. Keluarga merupakan unit paling dekat dengan pasien, dan merupakan perawat utama bagi pasien. Keluarga berperan dalam menentukan cara atau perawatan yang diperlukan pasien di rumah. Keberhasilan perawat home visit di rumah akan sia-sia jika tidak diteruskan di rumah yang kemudian mengakibatkan pasien harus dirawat kembali (kambuh). Peran serta keluarga sejak awal perawatan di rumah akan meningkatkan kemampuan keluarga merawat pasien di rumah sehingga memungkinkan pasien tidak kambuh atau dapat dicegah. ⁽¹⁴⁾

Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan didapatkan hasil bahwa ada perbedaan antara skor pengetahuan pre-test sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan skor pengetahuan post-test setelah diberikan pendidikan

kesehatan. Simpulan, ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan pada ibu.⁽¹⁵⁾

Upaya pencegahan asma dengan pendidikan kesehatan sehingga dapat membantu penderita asma dalam mengatasi permasalahannya terutama masalah kekambuhan asma bronkial, pencegahan kekambuhan asma tidak harus dengan menggunakan obat-obatan namun dapat dilakukan intervensi keperawatan mandiri sebagai pencegahan kekambuhan dengan memberikan pengetahuan kesehatan mengenai asma.⁽¹⁶⁾

Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian Dwi, (2021) menyatakan bahwa hasil kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan 80% terjadi peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, rata – rata peningkatan pengetahuan sebesar 50%, mengenai pemahaman konsep asma bronkial. Menurut Hapipah & Istianah, (2023) berdasarkan hasil pengabdian mengenai edukasi peningkatan pengetahuan tentang penyakit asma didapatkan bahwa para peserta mengerti dan memahami tentang penyakit asma, faktor-faktor pencetus munculnya ke kambuhan, cara pencegahan jika serangan asma terjadi serta mampu mempraktikkan terapi relaksasi napas dalam untuk mengurangi sesak. Pengetahuan warga dusun Kumbak sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang asma sebagian besar pengetahuannya kurang yaitu sebanyak 38 orang (74,5%), meningkat setelah diberikan penyuluhan kesehatan menjadi tingkat pengetahuan cukup sebanyak 29 orang (56,9%)

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat menyatakan bahwa upaya pencegahan kekambuhan pada penderita asma dengan metode penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang asma, berdasarkan hal tersebut diperlukannya peran perawat sebagai edukator dan peran keluarga untuk membantu perawatan penderita asma.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian Masyarakat, didapatkan bahwa : meningkatnya pengetahuan para peserta mengenai pencegahan kekambuhan pada pasien Asma, para peserta sangat antusias banyak menanyakan beberapa pertanyaan mengenai pencegahan asma yang belum dipahami terlihat dengan adanya perubahan pengetahuan para peserta yaitu pengetahuan sebelum diberikan edukasi sebanyak 4 orang peserta (20%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan kekambuhan asma. Setelah diberikan edukasi terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 17 orang peserta (85%) peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pencegahan kekambuhan asma.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIK Bina Husada, Anggota peneliti, unit penelitian dan pengabdian kepada masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada, Kepala Puskesmas beserta staf Puskesmas 23 Ilir, kader posyandu lansia tokoh masyarakat dan para peserta kegiatan Masyarakat di wilayah kerja puskesmas 23 Ilir Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Koesnoe S. Update Tatalaksana Asma 2020. NBER Work Pap [Internet]. 2020;89. Available from: <http://www.nber.org/papers/w16019>
2. Global, Asthma, Network. The Global Asthma Report 2022. Vol. 26, The international journal of tuberculosis and lung disease : the official journal of the International Union against Tuberculosis and Lung Disease. 2022. 1–104 p.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional Riset Kesehatan

4. Dasar. Kementerian Kesehat RI. 2018;1–582.
4. Badan Pusat Statistik SUMSEL. Jumlah Kasus Penyakit Menurut Jenis Penyakit [Internet]. Palembang; 2024. Available from: https://webapi.bps.go.id/v1/api/list/model/data/lang/ind/domain/1600/var/368/key/WebAPI_KEY
5. Nurzaman A, Hadiyanto H, Utami T. Hubungan pengetahuan dengan upaya pencegahan pada penderita asma di wilayah kerja Puskesmas Sukabumi. *J Public Heal Innov.* 2023;4(01):142–8.
6. Sutrisna M, Studi Ilmu Keperawatan P, Tri Mandiri Sakti Bengkulu S. Pendidikan Kesehatan Tentang Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Asma Bronkial. *Community Dev J.* 2022;3(3):2242–5.
7. Marlin S, Neni T. Penyuluhan Tentang Peningkatan Pengetahuan Pasien Dalam Mencegah Kekambuhan Asma. *J Pengabd Masy Mandira Cendikia.* 2022;1(1):43–8.
8. Zakiudin A, Janah EN, Karyawati T, Fatimah S, Naita A. Penyuluhan Kesehatan Tentang Asma Di Desa Kampung Baru Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes. *Nusant J Pengabd Kpd Masy.* 2021;1(2):31–9.
9. Dewi E, Kartinah K, Rahayuningsih FB, Kristanto B, Zahra RC. Upaya Peningkatan Literasi Tentang Self-Management Pada Kelompok Asma Melalui Serangkaian Kegiatan Penyuluhan. *JMM (Jurnal Masy Mandiri).* 2023;7(1):599.
10. Harokan A. Analisis Pengaruh Aktivitas Fisik dan Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asma. *J Aisyiah Med.* 2023;8:321–9.
11. Mirabelli MC, Teklehaimanot H, Bryant-Stephens T. CDC’s National Asthma Control Program: Public Health Actions to Reduce the Burden of Asthma. *Prev Chronic Dis.* 2024;21:E73.
12. Ridwan M. *Jurnal Trimas.* 2021;1(1):19–24.
13. Nofita, Fitri Handayani Siregar A, Gita Wardhani A, Ramadhan D. Sosialisasi Upaya Penatalaksanaan. *J Pengabd Farm Malahayati.* 2023;6(1):44–51.
14. Sihombing RJ. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Peran Keluarga Dalam Mencegah Kekambuhan Asma Bronchial di Kecamatan Medan Tuntungan. 2023;4(1):97–100.
15. Afifah Nur Fitri Widyasari I. Intervensi Edukasi Tentang Asma Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu. *J Keperawatan Silampari.* 2023;VI(II):1438–46.
16. Sutrisna M, Sari GM, Ariyus H, Gito P. pendidikan kesehatan tentang manfaat progressive motoric relaxation (PMR) Pada Pasien Asma Bronkial Diterima : 18 Juli 2023 Disetujui : 25 Juli 2023 Abstrak Dipublikasikan : 23 Juli 2023 Abstract pendahuluan Jumlah pasien asma di seluruh dunia mencapai . 2023;1(1):137–42.
17. Dwi HR. Pemberdayaan Siswa Melalui Pelatihan Tentang Asma Brochial Meminimalkan Kejadian Covid-19 di MAN 1 Muara Bungo. 2021;4–8.
18. Hapipah, Istianah. Edukasi Peningkatan Pengetahuan Tentang Penyakit Asma. *J Abdi Kesehat dan Kedokt.* 2023;2(1):13–8.