
Peningkatan Kesehatan Respirasi Lingkungan Rumah Tangga melalui Penyuluhan pada Masyarakat Desa Bibis Kecamatan Krian

Bella Fevi Aristia¹, Marthy Meliana²

^{1,2}Program Studi S1 Farmasi, Universitas Anwar Medika, Jl.Parengan, Semawut, Balongbendo, Kec.Balongbendo, Sidoarjo, Jawa Timur

Correspondence: bellafeviaristia@gmail.com

Received: 29 06 22 – Revised: 02 08 22 - Accepted: 10 08 22 - Published: 09 09 22

Abstrak. Penyakit paru dan pernapasan yang menular maupun tidak menular merupakan masalah kesehatan terbesar di Indonesia. Polutan yang mencemari udara, asap rokok dan virus Covid 19 diketahui sebagai pemicu yang ada disekitar kita, bahkan sangat dekat dengan lingkungan tempat tinggal. Pemicu tersebut tentu tidak boleh dianggap remeh, karena dapat berbahaya bagi kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah memberdayakan masyarakat desa Bibis Barat terkait kebiasaan hidup bersih dan sehat khususnya untuk meningkatkan kesehatan respirasi keluarga agar masyarakat lebih memahami dan mengerti tentang jenis penyakit pernafasan, penyebab, dampak, dan solusi untuk mengatasinya. Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari proses persiapan, tahap pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan ini sudah mendapat persetujuan dari kepala desa setempat. Bentuk kegiatan berupa penyuluhan yang dihadiri oleh 30 orang. Mayoritas masyarakat yang datang adalah ibu rumah tangga, kemudian dihadiri oleh kader dan perwakilan aparat desa. Untuk menilai efektifitas penyuluhan diukur menggunakan kuesioner pengetahuan. Hasil kuesioner diperoleh bahwa rata-rata tingkat pengetahuan warga dusun Bibis saat pretest adalah $5,53 \pm 1,14$ dan saat posttest meningkat menjadi $7,700 \pm 0,88$ Hasil analisis dengan uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai rerata pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan dengan $p= 0,00$ ($p<0,05$). Berdasarkan analisa diketahui jika pengetahuan warga meningkat setelah diberikan edukasi dibanding sebelum edukasi.

Kata kunci: kesehatan respirasi, rumah tangga, edukasi, pengetahuan

Citation Format: Aristia, B. F. & Meliana, M. (2022). Peningkatan Kesehatan Respirasi Lingkungan Rumah Tangga melalui Penyuluhan pada Masyarakat Desa Bibis Kecamatan Krian. *Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung (SENAM)*, 2022, 35-43.

PENDAHULUAN

Penyakit paru dan pernapasan yang menular maupun tidak menular merupakan masalah kesehatan terbesar di Indonesia, kondisi ini didukung dengan pandemi COVID-19 yang telah menjangkiti 6.046.467 penduduk dan telah menjadi penyebab kematian pada 156.240 penduduk (Kemenkes RI, 2021). Penyakit paru dan pernapasan yang menular paling mematikan di Indonesia adalah tuberkulosis (TB), yaitu sebesar 395 kasus per 100.000 penduduk dengan kasus baru mencapai 1 juta penderita dan jumlah kematian akibat TB mencapai 100.000 jiwa pada tahun 2015 (WHO, 2016). Sementara itu penyakit paru dan pernapasan yang tidak menular paling mematikan di Indonesia adalah kanker paru (19,2%) (WHO, 2020). Pada tahun 2019, provinsi Jawa Timur menjadi urutan pertama pada lima provinsi dengan jumlah kanker paru terbanyak selain DKI Jakarta, Jawa Tengah, Jawa Barat, dan Sumatera Selatan (Permatasari, 2021).

Beberapa faktor menjadi penyebab utama penyakit paru atau gangguan saluran pernafasan yaitu polusi udara, rokok, dan pandemic Covid 19 (Epler,2000; Wu, F et al., 2020). Ketiga pemicu tersebut ada disekitar kita, bahkan sangat dekat dengan lingkungan tempat tinggal. Pemicu tersebut tentu tidak boleh dianggap remeh, karena dapat berbahaya bagi kesehatan. Polusi udara sering kita jumpai terlebih dengan bertambahnya volume kendaraan bermotor, aktifitas industri, semakin menyumbang jumlah polutan yang terkandung di udara (Maryanto et al, 2009). Polutan ini dapat masuk ke dalam system pernafasan hingga system peredaran darah. Akumulasi polutan yang masuk ke dalam tubuh dapat menyebabkan gangguan kesehatan secara keseluruhan seperti gangguan kardiovaskular hingga adanya respon inflamasi pada tubuh (Kelly F, 2014).

Penyebab penyakit pernafasan selanjutnya adalah merokok. Merokok akan memberikan dampak negatif bagi kesehatan. Dampak negative yang dihasilkan mungkin saja tidak langsung terlihat akan tetapi dalam jangka waktu tertentu seseorang yang merokok berpotensi menderita gangguan jantung, gagal ginjal, hipertensi, Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK), asma, diabetes, kanker, hingga stroke. Selain itu anak-anak, dan perempuan hamil yang terpapar asap rokok beresiko tinggi menderita anemia, gangguan tumbuh kembang janin, dan bayi, kelahiran premature, berat badan lahir rendah, komplikasi jantung pada janin anemia. Asap

rokok mengandung karbonmonooksida yang 240x lebih kuat ikatannya dengan haemoglobin ketimbang ikatan oksigen dengan hemoglobin. Ikatan karbomonooksida dengan hemoglobin juga membuat hemoglobin tidak mampu melepaskan oksigen ke sel yang butuh.

Kebiasaan untuk hidup bersih dan sehat harus diterapkan oleh setiap orang dengan penuh kesadaran untuk meningkatkan kesehatan dirinya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat. Hal ini harus selalu diupayakan mengingat lingkungan manusia, baik itu lingkungan tempat umum, tempat tinggal, pemukiman, dan lingkungan kerja memiliki potensi menjadi penyebab terjadinya suatu gangguan kesehatan. Oleh karena itu perilaku tidak merokok, mengurangi pencemaran polusi udara menjadi bagian dari praktik PHBS yang bisa diimplementasikan untuk meningkatkan kesehatan tubuh manusia (Kemenkes, 2016).

Keadaan masyarakat Desa Bibis Krian Kabupaten Sidoarjo Provinsi Jawa Timur masih belum seluruhnya memahami tentang bahaya penyakit saluran pernafasan bagi kesehatan dirinya maupun keluarganya. Tujuan pengabdian pada masyarakat ini adalah memberdayakan masyarakat desa Bibis Barat terkait perilaku hidup bersih dan sehat khususnya untuk meningkatkan kesehatan respirasi keluarga agar masyarakat lebih memahami dan mengerti tentang jenis penyakit pernafasan, penyebab, dampak, dan solusi untuk mengatasinya

MASALAH

Desa Bibis Kecamatan Krian merupakan salah satu desa yang terletak di tengah pusat keramaian dan termasuk lingkungan dengan pemukiman padat penduduk. Pada awal pandemi dan gelombang kedua pandemi di Indonesia khususnya di Jawa Timur, banyak masyarakat di desa Bibis yang terinfeksi virus Corona. Mayoritas warga di desa ini memiliki aktifitas di luar rumah, yaitu banyaknya warga yang berjualan di pasar, dan bekerja di pusat perkantoran. Tingkat kepadatan lalu lintas disekitar desa tersebut cukup tinggi, dan masih banyak warga yang tidak sadar akan bahaya polusi baik polusi dari kendaraan bermotor, industri, maupun asap rokok. Masih banyak warga laki-laki yang merokok didepan anak, dan didalam rumah.

Warga yang merokok ini sebagian ada yang berusia tua dan muda. Kebiasaan tersebut bukanlah suatu hal yang baik karena akan merugikan dirinya sendiri dan juga warga lain khususnya orang yang secara tidak langsung meghirup asap rokok tersebut

(perokok pasif). Jika permasalahan ini tidak diatasi maka akan memunculkan masalah kesehatan yang lain, seperti meningkatnya kejadian penyakit pernafasan baik menular dan tidak menular, serta terjadinya penurunan kualitas kesehatan warga baik usia anak hingga lansia.

METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan yang terjadi, dilakukan beberapa langkah kerja diantaranya :

1. Proses Persiapan

Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan melakukan survey lokasi untuk menganalisis permasalahan yang ada. Setelah itu dilakukan penetapan program kerja, penentuan target dan capaian kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan koordinasi mengenai pelaksanaan program kerja dan pengurusan surat izin dengan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Anwar Medika, pihak desa yang terdiri dari ini kepala desa, dan perwakilan kader desa. Selanjutnya dilakukan persiapan materi penyuluhan, pembuatan kuesioner sebagai instrument untuk mengukur pengetahuan warga sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

2. Proses Pelaksanaan

Pada pelaksanaannya dilakukan edukasi dengan tema peningkatan kesehatan respirasi lingkungan rumah tangga melalui penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan gratis pada bulan April 2022. Acara dihadiri oleh 30 warga yang sebelumnya telah mendapatkan undangan (pada hal ini jumlah warga yang diundang terbatas mengingat pelaksanaan pengabdian masyarakat masih dalam masa pandemic Covid 19). Warga yang datang diberikan kuesioner pengetahuan *pre test* dan diberikan penjelasan terkait cara pengisian kuesioner tersebut. Selanjutnya warga menyimak materi penyuluhan, dan di akhir sesi penyuluhan warga diberikan kuesioner kembali untuk mengukur pengetahuan *post test*. Pemeriksaan Kesehatan dilakukan setelah warga selesai dalam mengisi kuesioner *post test*. Seluruh rangkaian acara dimulai dari pukul 08.00 dan berakhir pada pukul 13.00 WIB.

3. Proses Evaluasi

Tahap ini digunakan untuk menganalisa keberhasilan kegiatan penyuluhan dengan mengolah jawaban kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan untuk dilihat nilai reratanya. Nilai rata-rata tersebut selanjutnya akan diuji secara statistik dengan SPSS menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan antar jawaban kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemberdayaan masyarakat di desa Bibis Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo, Jawa timur telah berjalan lancar. Tema kegiatan disesuaikan dari kondisi masyarakat dan kebutuhan warga. Desa Bibis merupakan desa dengan lingkungan padat penduduk yang terletak di tengah-tengah perkotaan.



Gambar 1. Lokasi Sekitar Desa Bibis



Gambar 2. Desa Bibis Barat

Banyak warga yang masih tidak menerapkan perilaku hidup sehat, seperti membuang sampah disungai, berpergian tidak menggunakan masker, tidak memperhatikan asupan makanan harian, banyak warga yang masih membakar sampah disekitar tempat tinggalnya dan merokok di depan bayi, anak kecil, maupun di dalam rumah. Perilaku seseorang dapat menentukan kualitas Kesehatan pada dirinya sendiri. Suatu bentuk promosi kesehatan diyakini mampu memberikan perubahan perilaku pada individu (Adventus et al., 2019). Promosi kesehatan diartikan sebagai sebuah proses belajar yang terstruktur dalam rangka mensukseskan tercapainya taraf hidup sehat yang optimal. Secara umum promosi kesehatan bertujuan untuk merubah perilaku seseorang yang berkaitan dengan kesehatan dan tujuan spesifiknya mampu membuat individu atau masyarakat sadar mengenai nilai kesehatan, mampu secara mandiri mencapai hidup sehat dan memanfaatkan

pelayanan kesehatan secara tepat guna sehingga terbebas dari permasalahan kesehatan (Dwi S, 2016).

Bentuk promosi kesehatan yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan. Pada saat penyuluhan mayoritas warga yang hadir adalah ibu-ibu rumah tangga. Kegiatan edukasi untuk memberdayakan masyarakat dapat dimulai dari individu masyarakat dan lingkungan keluarga utamanya sosok ibu rumah tangga. Data menunjukkan jika masih banyak ibu rumah tangga yang memiliki persepsi bahwa PHBS merupakan hal yang tidak perlu diterapkan dalam kehidupan keluarga, karena mereka belum sadar bahwa dengan menerapkan PHBS ini mampu mencegah timbulnya penyakit pada suatu individu dan anggota keluarga baik pada saat ini dan diwaktu mendatang. Dengan demikian sosok ibu memiliki peran penting yang dapat membangun kesehatan dalam keluarga (Proverawati, 2012).



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 4. Pemeriksaan kesehatan

Warga yang datang sangat antusias mengikuti setiap rangkaian acara penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Pada saat penyuluhan banyak warga yang tidak menyadari bahaya polusi dan asap rokok. Banyak diantara mereka yang berpikir bahwa rokok hanya berdampak merugikan bagi perokok itu saja. Selain itu pada saat dilakukan pemeriksaan kesehatan gratis beberapa warga mengatakan jika mengidap penyakit asma, dan beberapa lainnya menderita penyakit hipertensi, kolesterol, diabetes dan asam urat.

Berdasarkan kategori perokok terbagi menjadi tiga, yaitu aktif, pasif dan tangan ketiga perokok. Perokok pasif adalah orang yang tidak merokok tetapi dengan sengaja atau tidak sengaja terhirup asap rokok dari perokok aktif. Aktivitas merokok akan menghasilkan asap yang tidak langsung menguap ke udara, akan tetapi meninggalkan

residu yang akan menempel pada permukaan benda-benda disekeliling kita, bisa menempel di baju, karpet, dinding, meubel atau kursi. Residu seperti nikotin yang dihasilkan tersebut tidak mudah hilang dan dapat berbahaya bagi orang yang menghirupnya meskipun orang yang merokok sudah tidak ada di tempat, (Willer et al.,2005). Selain nikotin juga ada zat berbahaya lainnya yaitu tar, yang mana zat tar ini dapat memicu terjadinya kanker paru-paru. Bahaya dari asap rokok yang terhirup dapat mengakibatkan gangguan kesehatan serius hingga kematian. Resiko gangguan kesehatan yang sama juga dapat dialami oleh perokok pasif. (Depkes, 2009).

Menurut Andan Firmansyah et al tahun 2019 menunjukkan penyuluhan menggunakan media leaflet, video dan Bahasa lokal daerah terbukti mampu meningkatkan pengetahuan remaja terkait dampak merugikan dari merokok. Pada hasil pengabdian masyarakat ini juga dilakukan penilaian efektifitas edukasi dalam bentuk penyuluhan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan warga terhadap penyakit respirasi. Hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Rerata pengetahuan pretest dan posttest

Kelompok	Mean± SD	Signifikansi (nilai-p)
Pretest	Rendah	
Posttest	Sedang	0,000

Analisa yang dilakukan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai rata-rata pretest adalah $5,53 + 1,14$ dan nilai rata-rata posttest adalah $7,700 + 0,88$. Nilai rata-rata kedua kelompok tersebut mempunyai perbedaan yang signifikan secara statistik $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Penyuluhan terkait peningkatan kesehatan respirasi lingkungan keluarga mampu meningkatkan pengetahuan warga, dengan demikian diharapkan warga semakin sadar pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) utamanya yang berkaitan dengan kesehatan respirasi.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dengan tema peningkatan kesehatan respirasi rumah tangga dan pemeriksaan kesehatan berjalan lancar, dan mendapat respon yang baik dari warga desa Bibis kecamatan Krian. Kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan

dalam bentuk penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan warga terkait penyakit respirasi, dampak, factor resiko, pencegahan maupun cara pengobatannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih ditujukan kepada Universitas Anwar Medika melalui LPPM, kepala desa Bibis Barat Kecamatan Krian, masyarakat desa Bibis Barat, dan semua panitia yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adventus, M.R.L., Jaya, M.IM., Mahendra, D. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. UKI, Jakarta.
- Andan, F., Jahidin, A., Najamuddin, N.I. (2019). Efektifitas Penyuluhan dengan Menggunakan Media Leaflet dan Video Bahasa Daerah Terhadap Pengetahuan Bahaya Rokok Pada Remaja. Bina Generasi, *Jurnal Kesehatan*, 11(1). <https://doi.org/10.35907/bgjk.v11i1.138>
- Depkes RI. (2009). Undang-undang Kesehatan No 36 tahun 2009. Jakarta: Depkes RI.
- Dwi S. (2016). Promosi Kesehatan. Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Epler.G.R. (2000). *Environmental And Occupational Lung Disease*. In: Clinical Overview of occupational Lung Disease. Return To Epler.Com, 1-9.
- Kemenkes RI. (2021). Covid 19 dalam Angka. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kelly, F. (2014). Influence of Air Pollution on Respiratory Disease. *European Medical Journal*, 2.
- Maryanto, D., Mulasari, S.A., Suryani, D. (2009). Penurunan Kadar Emisi Gas Buang Karbon Monoksida (CO) dengan Penambahan Arang Aktif Pada Kendaraan Bermotor di Yogyakarta. UAD : *Journal Kes Mas*. 3, 162-232.
- Permatasari, M. (2021). Current Lung Cancer Claim of National Health Insurance. *The Dialogue of Indonesian Lung Cancer Multi-Stakeholder (Representative from National Health Insurance Agency/BPJS Kesehatan)*. Jakarta
- Proverawati A. (2012). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI. Profil kesehatan Indonesia tahun 2015. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2016.
- Willer S., Gerhardsson L., Lundh T. (2005). Environmental tobacco smoke (ETS) exposure in children with asthma; relation between lead and cadmium, and cotinine concentrations in urine, *Respiratory Medicine*. 99, 1521– 1527
- World Health Organization (WHO). (2016). *Global Tuberculosis Report*. Geneva: World Health Organization

World Health Organization (WHO). (2020). *Global Cancer Observatory*. Geneva :
World Health Organization

Wu, J., Wu, X., Zeng, W., Guo, D., Fang, Z., Chen, L., et al. (2020). Chest CT
Findings in Patients With Coronavirus Disease 2019 and Its Relationship With
Clinical Features. *Invest. Radiol.* 55, 257–261. doi:
10.1097/RLI.0000000000000670



© 2022 by authors. Content on this article is licensed under a Creative Commons Attribution
4.0 International license. (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)