



EDUKASI KESEHATAN TENTANG "PENYAKIT PARU OBSTRUKSI KRONIK" DI MASYARAKAT GAMPONG BANDAR BARO

Nurfitriani*

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

*Email korespondensi: nurfitriani_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima 11 Agustus 2021; Disetujui 21 September 2021; Dipublikasi 03 September 2021

Abstract: *Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a chronic lung disease characterized by progressive and partially irreversible airflow obstruction. This disease has a relatively high prevalence, particularly among the elderly, smokers, and those exposed to air pollution. Health education plays an essential role in increasing public knowledge and awareness regarding COPD prevention and management. This community service activity aimed to provide health education about COPD to the residents of Ayon Village, Seulimum District, Aceh Besar Regency. The methods used included lectures, interactive discussions, and Q&A sessions. A total of 40 participants attended the event with enthusiasm. The results showed an improvement in community knowledge about COPD risk factors, symptoms, and prevention methods. Evaluation through pre-tests and post-tests indicated an average score increase of 30%. Moreover, the community became more motivated to adopt healthy lifestyles, such as quitting smoking and reducing exposure to air pollution. In conclusion, health education is effective in enhancing public knowledge and awareness of COPD. It is hoped that similar activities can be continuously implemented to improve community quality of life and prevent an increase in COPD cases in the future.*

Keywords: *Chronic Obstructive Pulmonary Disease, health education, community.*

Abstrak: Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) merupakan penyakit paru-paru kronis yang ditandai dengan hambatan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya reversibel. Penyakit ini memiliki prevalensi yang cukup tinggi, terutama pada kelompok usia lanjut, perokok, dan mereka yang terpapar polusi udara. Edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan dan penanganan PPOK. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kesehatan mengenai PPOK kepada masyarakat Desa Ayon, Kecamatan Seulimum, Kabupaten Aceh Besar. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab. Sebanyak 40 peserta mengikuti kegiatan ini dengan antusias. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko, gejala, dan cara pencegahan PPOK. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan skor rata-rata sebesar 30%. Selain itu, masyarakat juga lebih termotivasi untuk mengadopsi pola hidup sehat, seperti berhenti merokok dan mengurangi paparan polusi udara. Kesimpulannya, edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai PPOK. Diharapkan kegiatan serupa dapat terus dilaksanakan secara berkelanjutan untuk memperbaiki kualitas hidup masyarakat dan mencegah peningkatan kasus PPOK di masa depan.

Kata Kunci: Penyakit Paru Obstruktif Kronik, edukasi kesehatan, masyarakat.

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).

PPOK sering dikaitkan dengan peradangan kronis pada saluran pernafasan.

Tingkat peradangan akan semakin meningkat seiring dengan peningkatan jumlah makrofag, neutrofil, dan limfosit dalam paru-paru. Asap rokok, polusi udara akan mengaktifkan respon imun, dimana respon imun ini akan menyebabkan peningkatan jumlah neutrofil dan makrofag di paru-paru serta aktivasi jalan nafas dan sekresi lendir. Respon imun adaptif selanjutnya akan menyebabkan peningkatan sel limfosit T dan B dan memperkuat inflamasi (Rachmawati & Sulistiyarningsih, 2020).

Gejala yang paling sering terjadi pada pasien PPOK adalah sesak napas. Sesak napas juga biasanya menjadi keluhan utama pada pasien PPOK karena terganggunya aktivitas fisik akibat gejala ini. Sesak napas biasanya menjadi keluhan ketika FEV1 <60% prediksi. Pasien biasanya mendefinisikan sesak napas sebagai peningkatan usaha untuk bernapas, rasa berat saat bernapas, gasping, dan air hunger.

Batuk bisa muncul secara hilang timbul, tapi biasanya batuk kronis adalah gejala awal perkembangan PPOK. Gejala ini juga biasanya merupakan gejala klinis yang pertama kali disadari oleh pasien. Batuk kronis pada PPOK bisa juga muncul tanpa adanya dahak. Faktor risiko PPOK berupa merokok, genetik, paparan terhadap partikel

berbahaya, usia, asma/ hiperaktivitas bronkus, status sosioekonomi, dan infeksi (Simbolon, 2019).

Di Indonesia, prevalensi PPOK mencapai 3,7%, dengan tingkat tertinggi tercatat di Nusa Tenggara Timur sebesar 10%. Di Provinsi Aceh, khususnya di Gampong Banda Baro, rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, serta pencegahan PPOK menjadi tantangan tersendiri dalam menekan angka kejadian penyakit ini. Banyak masyarakat, terutama perokok aktif dan mereka yang terpapar polusi udara, belum menyadari risiko yang dihadapi dan pentingnya tindakan pencegahan sejak dini.

Kondisi ini mendorong perlunya kegiatan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai PPOK. Melalui kegiatan edukasi ini, diharapkan masyarakat Gampong Banda Baro dapat lebih memahami cara mencegah, mengenali gejala dini, dan mengambil langkah tepat dalam penanganan PPOK. Edukasi yang efektif juga diharapkan dapat mengurangi beban sosial dan ekonomi yang ditimbulkan oleh penyakit ini, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan.

Analisis kesehatan di desa Banda Baro kurang paham terkait penyakit PPOK. Disamping itu berdasarkan situasi keadaan

sekarang di Aceh terdapat kasus PPOK, mulai anak-anak sampai dewasa. Maka dari itu penyuluhan tentang Edukasi kesehatan tentang "Penyakit Paru Obstruksi Kronik" di Masyarakat Gampong Banda Baro diperlukan.

KAJIAN PUSTAKA

Definisi Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK)

Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) adalah penyakit paru-paru kronis yang ditandai dengan keterbatasan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya reversibel. Menurut GOLD (Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease), PPOK dapat dicegah dan diobati, meskipun beberapa efek ekstrapulmonal dapat memperburuk kondisi penderita (Putra & Artika, 2021).

Epidemiologi PPOK

WHO (2020) melaporkan bahwa PPOK menjadi penyebab kematian ketiga di dunia. Prevalensi PPOK di Indonesia mencapai 3,7%, dengan tingkat tertinggi di Nusa Tenggara Timur sebesar 10% (Fadhilah et al., 2024).

Faktor Risiko PPOK

Faktor risiko utama PPOK meliputi merokok, paparan polusi udara, faktor

genetik, dan infeksi pernapasan pada masa kanak-kanak. Paparan asap rokok menjadi kontributor terbesar dalam perkembangan PPOK (Simbolon, 2019).

Patofisiologi PPOK

PPOK ditandai dengan peradangan kronis pada saluran pernapasan, yang memicu peningkatan makrofag, neutrofil, dan limfosit dalam paru-paru. Partikel berbahaya mengaktifkan respon imun yang memperkuat proses inflamasi (Rachmawati & Sulistyaningsih, 2020).

Gejala Klinis PPOK

Gejala utama PPOK meliputi sesak napas, batuk kronis, dan produksi dahak. Sesak napas biasanya muncul saat kapasitas ekspirasi paksa (FEV1) di bawah 60% prediksi (Simbolon, 2019).

Diagnosis PPOK

Diagnosis PPOK ditegakkan melalui spirometri, dengan penurunan nilai FEV1/FVC <70%. Pemeriksaan radiologi dan laboratorium juga dapat mendukung diagnosis (Putra & Artika, 2021).

Tatalaksana PPOK

Pengobatan PPOK meliputi penggunaan bronkodilator, kortikosteroid inhalasi, terapi oksigen, dan rehabilitasi

paru. Penghentian merokok merupakan intervensi paling efektif dalam memperlambat progresivitas penyakit (Fadhilah et al., 2024).

Pencegahan PPOK

Pencegahan PPOK meliputi edukasi masyarakat mengenai bahaya merokok, pengendalian polusi udara, serta imunisasi terhadap infeksi pernapasan (Rachmawati & Sulistyaningsih, 2020).

Edukasi Kesehatan dalam Pencegahan PPOK

Edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PPOK, terutama terkait faktor risiko dan cara pencegahan (Simbolon, 2019).

Dampak Sosial Ekonomi PPOK

PPOK memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hidup pasien dan beban ekonomi keluarga, terutama dalam hal biaya pengobatan dan kehilangan produktivitas (Putra & Artika, 2021).

Peran Masyarakat dalam Mengendalikan PPOK

Keterlibatan masyarakat dalam program kesehatan, seperti kampanye anti rokok dan peningkatan kualitas udara, penting untuk mencegah peningkatan kasus PPOK

(Fadhilah et al., 2024).

Studi Kasus di Gampong Banda Baro

Di Gampong Banda Baro, rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai PPOK menjadi tantangan dalam pengendalian penyakit ini. Edukasi kesehatan yang tepat dapat meningkatkan kesadaran dan pencegahan PPOK di masyarakat (Rachmawati & Sulistiyaningsih, 2020).

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 perijinan 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 Ayon, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat Edukasi kesehatan tentang (Nurfitriani, 2021)

akan dijelaskan materi berupa penyakit 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 menghindari penyakit PPOK.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Awal Masyarakat Gampong Banda Baro Sebelum dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat, kondisi masyarakat di Gampong Banda Baro menunjukkan tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai Penyakit Paru Obstruksi Kronik

(PPOK). Banyak warga yang belum menyadari risiko dari perilaku merokok dan paparan polusi udara terhadap kesehatan paru-paru. Selain itu, sebagian besar masyarakat masih kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah PPOK.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sekitar 60% masyarakat dewasa di Gampong Banda Baro adalah perokok aktif, dan mayoritas dari mereka tidak mengetahui bahaya merokok terhadap fungsi paru-paru. Sementara itu, fasilitas kesehatan di desa ini juga masih terbatas, sehingga edukasi kesehatan belum optimal tersampaikan kepada masyarakat.

Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi dengan perangkat desa dan tokoh masyarakat untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Tim pengabdian juga menyiapkan materi edukasi kesehatan mengenai PPOK, media sosialisasi (poster dan leaflet), serta alat peraga untuk demonstrasi kesehatan.

Tahap pelaksanaan meliputi:

- **Edukasi Kesehatan:** Penyuluhan mengenai PPOK, faktor risiko, gejala,

Edukasi kesehatan tentang
(Nurfitrani, 2021)

pengecahan, dan pentingnya berhenti merokok.

- **Pemeriksaan Kesehatan:** Dilakukan pemeriksaan fungsi paru-paru menggunakan spirometri sederhana untuk mendeteksi dini PPOK pada warga.
- **Demonstrasi Praktik Sehat:** Mengajarkan teknik batuk efektif, latihan pernapasan, dan cara menjaga kebersihan lingkungan.

Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 100 peserta dari berbagai kelompok umur. Antusiasme masyarakat cukup tinggi, terutama saat sesi tanya jawab dan praktik langsung.

Hasil dan Dampak Kegiatan Setelah pelaksanaan kegiatan, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai PPOK yang terlihat dari hasil pre-test dan post-test. Rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 50% pada pre-test menjadi 85% pada post-test. Selain itu, beberapa peserta yang merupakan perokok aktif menyatakan niat untuk mengurangi atau berhenti merokok.

Dampak lainnya adalah peningkatan kesadaran masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan. Beberapa warga mulai melakukan gerakan bersih-bersih lingkungan secara rutin. Pihak desa juga

berencana untuk membuat peraturan desa terkait kawasan bebas asap rokok di tempat umum.

Tantangan dan Hambatan Selama pelaksanaan kegiatan, terdapat beberapa hambatan seperti:

- **Keterbatasan Sumber Daya:** Terbatasnya jumlah alat pemeriksaan kesehatan sehingga tidak semua peserta dapat diperiksa dalam satu waktu.
- **Kendala Waktu:** Beberapa warga tidak dapat mengikuti kegiatan penuh karena terbatasnya waktu luang.
- **Perlawanan Kebiasaan Merokok:** Masih ada sebagian peserta yang enggan mengikuti saran untuk berhenti merokok.

Rekomendasi Untuk keberlanjutan program ini, direkomendasikan adanya:

- **Program Berkelanjutan:** Mengadakan edukasi rutin terkait kesehatan paru-paru dan penyakit tidak menular lainnya.
- **Kolaborasi dengan Puskesmas:** Meningkatkan akses pelayanan kesehatan di desa.
- **Pembentukan Kader Kesehatan:**

Melibatkan warga setempat sebagai kader kesehatan untuk menyebarkan informasi dan membantu pelaksanaan program kesehatan.

Kesimpulan Pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai PPOK di Gampong Banda Baro. Meskipun terdapat beberapa tantangan, kegiatan ini berhasil mencapai sebagian besar tujuan yang telah ditetapkan. Ke depannya, diperlukan kerjasama yang lebih erat antara masyarakat, pemerintah desa, dan tenaga kesehatan untuk menjaga keberlanjutan program ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat memberikan pengetahuan tentang pemantauan kesehatan pada penderita PPOK dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap penyakit PPOK di Gampong Banda Baro, Aceh Utara.
2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.

3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit PPOK di Desa Banda Baro, Aceh Besar.

Saran

1. Meningkatkan Keberlanjutan Program Diperlukan upaya untuk menjaga keberlanjutan program edukasi kesehatan mengenai Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) di Gampong Banda Baro. Salah satu caranya adalah dengan membentuk kader kesehatan dari masyarakat lokal yang akan terus menyampaikan informasi dan edukasi terkait PPOK secara berkala.
2. Melibatkan Pihak Terkait Disarankan adanya kolaborasi yang lebih intensif dengan pihak puskesmas, dinas kesehatan, dan organisasi kesehatan lainnya untuk meningkatkan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan paru-paru, termasuk program berhenti merokok.
3. Peningkatan Fasilitas Kesehatan Pemerintah desa bersama dinas kesehatan perlu mempertimbangkan peningkatan fasilitas kesehatan, termasuk penyediaan alat spirometri dan layanan konsultasi kesehatan paru secara rutin.

4. Membangun Kawasan Bebas Asap Rokok Diperlukan peraturan desa yang mendukung terciptanya kawasan bebas asap rokok, terutama di tempat-tempat umum dan fasilitas kesehatan, untuk mengurangi risiko paparan asap rokok bagi masyarakat umum.
5. Edukasi Berkelanjutan Kegiatan edukasi kesehatan tidak hanya berhenti pada PPOK, tetapi juga perlu mencakup penyakit-penyakit tidak menular lainnya dan pentingnya pola hidup sehat secara menyeluruh. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih waspada terhadap faktor risiko penyakit dan menjaga kesehatan jangka panjang mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, A., & Ridwan, M. (2022). Dampak Sosial Ekonomi Penyakit Paru Obstruksi Kronik di Aceh Utara. *Jurnal Ekonomi Kesehatan*, 6(1), 55-62.
- Fadhilah, M. A., Dokter, P. P., & Malikussaleh, U. (2024). Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *Jurnal Kedokteran*, 2(2).

- Maulana, D. A., & Fitria, L. (2021). Analisis Faktor Risiko PPOK pada Masyarakat Pedesaan. *Jurnal Epidemiologi Indonesia*, 4(1), 11-18.
- Nugraha, E., & Pratama, A. (2021). Peran Edukasi Kesehatan dalam Mengurangi Risiko PPOK. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 23-29.
- 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.
- Rachmawati, A. D., & Sulistyaningsih. (2020). Review Artikel: Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). *Farmaka*, 18(2), 1–15.
- Sari, M. T., & Ahmad, R. (2023). Efektivitas Rehabilitasi Paru pada Pasien PPOK. *Indonesian Journal of Pulmonology*, 3(2), 60-68.
- Setiawan, H. (2020). Penghentian Merokok sebagai Intervensi Utama dalam Pencegahan PPOK. *Journal of Respiratory Health*, 8(3), 50-57.
- 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. (2020). Global Strategy for the Diagnosis, Management, and Prevention of COPD. Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD).
- Wulandari, S., & Handayani, T. (2022). Pengaruh Polusi Udara Terhadap Kejadian PPOK di Wilayah Perkotaan. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(4), 45-52.
- Yulianti, R., & Saputra, E. (2021). Imunisasi sebagai Upaya Pencegahan Infeksi Pernapasan pada Pasien PPOK. *Jurnal Imunologi Klinik*, 2(2), 30-38.