

## **Penyuluhan Kesehatan Tentang Penyakit Asma pada Remaja di SMA Negeri 5 Kota Padangsidempuan**

**Febrina Angraini Simamora<sup>1</sup>, Dina Mariana Manurung<sup>1</sup>, Juni Andriani Rangkuti<sup>2</sup>,  
Amalan Saleh Dalimunthe<sup>3</sup>, Adillah Afiyah Zalfa<sup>3</sup>, Nurintan Siregar<sup>3</sup>, Hamina Sari<sup>3</sup>,  
Triya Lestari Rangkuti<sup>3</sup>, Reza Ananda Saputri<sup>3</sup>, Sartika Sari<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Keperawatan, Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan

<sup>2</sup>Prodi Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan

<sup>3</sup>Mahasiswa Prodi Keperawatan, Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan  
([febrina.angraini@yahoo.com](mailto:febrina.angraini@yahoo.com))

### **ABSTRAK**

Asma adalah penyakit saluran pernapasan yang umum dan memiliki berbagai tingkat keparahan, mulai dari mengi yang sangat ringan hingga penutupan saluran napas akut yang mengancam jiwa. Asma merupakan masalah kesehatan yang serius karena dapat menurunkan kualitas hidup penderita. Tujuan dari penyuluhan ini adalah agar masyarakat (remaja) dapat mengetahui konsep asma dan memahami tentang pengobatannya. Peserta yang hadir sebanyak 30 orang, terdiri dari siswa laki-laki dan perempuan, serta guru sebagai pendamping. Lokasi penyuluhan dilakukan di SMA Negeri 5 Kota Padangsidempuan. Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan didampingi oleh dosen pembimbing dan difasilitasi oleh pihak sekolah SMA Negeri 5 Kota Padangsidempuan. Peran dan tugasnya telah ditetapkan antara lain sebagai penanggung jawab, moderator, pencatat, pengamat, fasilitator dan dokumentasi. Hasil dari kegiatan ini dapat menambah pengetahuan peserta penyuluhan tentang konsep asma dan cara pencegahannya. Saran kepada pihak sekolah dan puskesmas agar kedepannya melakukan promosi kesehatan sebagai program kerja puskesmas dan unit Kesehatan sekolah (UKS).

**Kata kunci : penyuluhan asma, remaja, penderita asma**

### **ABSTRACT**

Asthma is a common respiratory disease and has varying degrees of severity, from very mild wheezing to life-threatening acute airway closure. Asthma is a serious health problem because it can reduce the sufferer's quality of life. The aim of this outreach is so that the public (adolescents) can understand the concept of asthma and understand its treatment. There were 30 participants present, consisting of male and female students, as well as teachers as companions. The location of the counseling was held at SMA Negeri 5 Padangsidempuan City. This activity was carried out by students from the Nursing Study Program, Faculty of Health, Aufa Royhan University, accompanied by supervisors and facilitated by the school of SMA Negeri 5 Padangsidempuan City. Roles and duties have been determined, including as person in charge, moderator, note taker, observer, facilitator and documentation. The results of this activity can increase the knowledge of counseling participants about the concept of asthma and how to prevent it. Suggestions to schools and community health centers in the future to carry out health promotion as a work program for community health centers and school health units (UKS).

**Key words: asthma education, teenagers, asthma sufferers**

## 1. PENDAHULUAN

Asma adalah penyakit saluran pernapasan yang umum dan memiliki berbagai tingkat keparahan, mulai dari mengi yang sangat ringan hingga penutupan saluran napas akut yang mengancam jiwa. Asma bersifat kronik dan cenderung menetap sebagai kondisi seumur hidup. Asma terjadi akibat hipereaktivitas saluran napas yang dipicu oleh banyak faktor. Jika tidak segera diobati, asma memiliki angka kematian yang tinggi (Pramesthi et al., 2022).

Pasien umumnya akan memiliki gejala sesak napas, mengi atau batuk yang diperberat oleh alergi, olahraga, dan pilek. Sering terdapat variasi diurnal dengan gejala memburuk pada malam hari tetapi tampak normal di siang hari. Pasien dapat memiliki riwayat atopi seperti eksim dan rinitis alergi. Nyeri dada mungkin dirasakan jika terjadi eksaserbasi akut (Smeltzer, S.C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, 2010).

Asma bronkial menyerang sekitar 10% anak-anak dan 5% orang dewasa. Diatesis atopik, yaitu predisposisi genetik terhadap produksi antibodi IgE sebagai respons terhadap (misalnya) serbuk sari, tungau, debu rumah, jamur, atau protein hewani, merupakan faktor risiko paling penting untuk asma bronkial. Di masa kanak-kanak, asma bronkial biasanya disebabkan oleh alergi, di sisi lain, pada 30% sampai 50% orang dewasa dengan asma, alergi tidak dapat diidentifikasi, setidaknya tidak dengan teknik standar. Asma non-alergi pada orang dewasa dapat timbul, misalnya setelah infeksi virus pada saluran pernapasan bagian bawah. Infeksi virus dapat, pada gilirannya, mendorong perkembangan sensitisasi alergi (Smeltzer, S.C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, 2010).

Asma bronkial merupakan masalah kesehatan global utama yang

mempengaruhi sebanyak 235 juta orang di seluruh dunia. Asma bronkial mempengaruhi sekitar 15% sampai 20% orang di negara maju dan sekitar 2% sampai 4% di negara kurang berkembang. Menurut data Riskesdas prevalensi asma bronkial pada anak mencapai 3,5% dari jumlah seluruh penduduk di Indonesia. Survei dari riset kesehatan dasar prevalensi penyakit asma bronkial di Indonesia adalah sebesar 4,5% yang mencakup semua umur penderita asma bronkial (Riskesdas, 2018).

Tujuan dari penatalaksanaan fisioterapi pada asma bronkial adalah untuk mengurangi sesak, meningkatkan pengembangan sangkar thoraks serta meningkatkan kualitas hidup pasien dengan asma bronkial (Pramesthi et al., 2022).

Penyuluhan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan, yang dapat dilakukan dengan beberapa metode penyuluhan diantaranya adalah metode ceramah, diskusi, curah pendapat, panel, bermain peran, simposium, demonstrasi dan seminar. Salah satu metode yang efektif adalah metode ceramah dan diskusi. Pada metode ceramah dan diskusi, pemateri bisa menerangkan dan menjelaskan suatu ide, pengertian atau pesan secara lisan dengan jelas dan penderita dapat saling bertukar pikiran sehingga dapat memperoleh informasi tentang Kesehatan (Putri et al., 2022)

Maka berdasarkan permasalahan di atas, kami bertujuan untuk melakukan penyuluhan tentang asma di SMA negeri 5 Kota Padangsidempuan Kota Padangsidempuan.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang asma di SMAN 5 Padangsidempuan dipersiapkan sebelum acara kegiatandimulai dengan menunjukkan SAP. Tempat sudah

dipersiapkan sebelum melakukan penyuluhan di SMAN 5 Padangsidimpuan.

Pada awal pelaksanaan kegiatan, kelompok mengawali dengan meminta izin kepada kepala sekolah SMAN 5 Padangsidimpuan, setelah kelompok mendapatkan izin kelompok mempersiapkan materi dan alat yang digunakan untuk kegiatan sosialisasi tersebut. Kegiatan ini bertujuan untuk mahasiswa memberikan pengetahuan dan keterampilan informasi pendidikan terkait penyakit Asma kepada SMAN 5 Padangsidimpuan. Adapun kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan pre-planning /SAP. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai waktu yang disepakati yaitu hari Sabtu, 18 November 2023, Pukul (09.00-10.00) di SMAN 5 Padangsidimpuan yang berperan dalam penyuluhan kali ini yaitu Ketua (Amalan Saleh Dalimunthe), Anggota (Adillah Afiyah Zalpa, Nurintan Siregar, Hamina Sari, Triya Lestari Rangkuti, Reza Ananda Saputri, Sartika Sari).

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar audien aktif, pada saat kegiatan akhir para siswa/i mendemonstrasikan cara cepat mengatasi asma kambuh dengan menggunakan inhaler dilakukan dikelas dan mampu menjelaskan penyebab atau pemicu dari asma Media yang digunakan dengan LCD, Spanduk Serta pengeras suara dan Laptop dapat berfungsi dengan baik.

### 3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 18 November 2023 oleh Dosen Pembimbing dari Prodi Keperawatan disertai sosialisasi tentang asma oleh tim pengabdian kepada peserta penyuluhan yang dihadiri

oleh tim pengabmas, mahasiswa Prodi Keperawatan, dan siswa-siswi SMA Negeri 5 Kota Padangsidimpuan. Pada kegiatan tersebut dibagikan leaflet pada peserta penyuluhan dan undangan yang hadir.

Hasil Kegiatan berdasarkan hasil evaluasi yang dilaksanakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat didapatkan hasil sebagai berikut :

- a. Usia rata-rata peserta penyuluhan adalah 16-17 tahun yang merupakan siswa-siswi SMA Negeri 5 Kota Padangsidimpuan
- b. Meningkatnya pengetahuan peserta tentang asma ditandai dengan dilakukannya pretest di awal kegiatan dan post test di akhir kegiatan.
- c. Siswa-siswi SMA Negeri 5 Kota Padangsidimpuan banyak yang belum mengerti tentang asma, penyebab dan pemicu asma, setelah mengikuti kegiatan yang kami lakukan, dilakukan evaluasi dan peserta mampu mempraktekkan cara cepat mengatasi asma kambuh dengan menggunakan inhaler.
- d. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Banyak siswa yang bertanya tentang manajemen pengelolaan asma jika kambuh dan bagaimana melakukan perawatan pada anggota keluarga yang mengalami asma.

Hasil penyuluhan ini sejalan dengan hasil penelitian (Nazaruddin et al., 2022) yang menunjukkan bahwa responden di wilayah kerja Puskesmas Katobu setelah mengikuti penyuluhan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan tentang pencegahan kekambuhan asma menjadi baik atau tinggi. Hal ini sesuai dengan fase-fase yang terjadi setelah mendapat penyuluhan kesehatan, dimana tujuan dan hasil yang diharapkan dari penyuluhan kesehatan berupa penambahan

pengetahuan, perubahan kebiasaan dan proses menyadarkan orang lain dalam berperilaku.

Pada beberapa penelitian juga didapatkan berbagai penatalaksanaan pada asma. hasil studi yang telah dilakukan breathing exercise yang meliputi breathing control, pursed lip breathing, huffing, Thoracic Expansion Exercise (TEE), dan mobilisasi sangkar thoraks memiliki pengaruh untuk mengurangi sesak napas, meningkatkan ekspansi thoraks serta meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan asma bronkial. Breathing exercise yang meliputi breathing control bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan asma bronkial. Latihan pernapasan juga mengurangi untuk gejala hiperventilasi. Pursed Lip Breathing ini dapat diberikan kepada seluruh penderita Asma Bronkial yang mengalami penurunan saturasi oksigen, peningkatan serta peningkatan frekuensi pernapasan (Ramadhani et al., 2023).

Berdasarkan data-data diatas, maka dianggap perlu untuk melakukan promosi kesehatan tentang asma. Pelayanan kesehatan holistik adalah pendekatan yang paling tepat dalam penanganan penyakit asma. Hal ini meliputi aspek promotif (peningkatan), preventif (pencegahan), kuratif (penyembuhan) dan rehabilitative (Sekarlati & Maryuni, 2021).

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat dimanfaatkan sebagai usaha promosi kesehatan mandiri pada masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan Masyarakat tentang asma yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan masyarakat.

#### 5. REFERENSI

Nazaruddin, Purnamasari, A., Zoahira, W. O. A., Lisnawati, & Harmin. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Kekambuhan

Asma Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penderita Asma Bronkhial Di Wilayah Kerja Puskesmas Katobu Kabupaten Muna. *Jurnal Anoa Pengabdian Mandala Waluya*, 1(1), 5–17. <https://doi.org/10.54883/japmw.v1i1.7>

Pramesti, Z. L., Wolayan, G. A. C., Ramadhan, M. F., Rahman, A., Satriadi, Z. P. R., & Wulandari, L. (2022). Penyuluhan Penatalaksana Asma Secara Holistik. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 04(2), 118–127.

Putri, J., Naela Sangadah, L., Wiwin Mulyati, N., & Fitriani, R. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Penyakit Asma pada Masyarakat. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 132–140. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v2i2.80>

Ramadhani, D. T., Rahmad, F., & Haryatmo. (2023). Penatalaksanaan Fisioterapi dengan Breathing Exercise dan Mobilisasi Sangkar Thoraks Pada Pasien Asma Bronkial: Case Report. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 2(4), 207–215. <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/4.+Pengaruh+Kunjungan+Antenatal+Care+Dan+Pengalaman+Persalinan+Terhadap+Depresi+Pada+Ibu+Hamil.pdf>

Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Sumatera Utara Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.

Sekarlati, T., & Maryuni, S. (2021). Penyuluhan kesehatan tentang asma. *Journal Of Public Health Concerns*, 1(2), 121–129.

Smeltzer, S.C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2010). *Brunner & Suddart's Textbook of Medical Surgical Nursing (12th)* (S. C. O. S. Suzanne C. Smeltzer (ed.); 12th ed.).

Wolters Kluwer Health/Lippincott  
Williams & Wilkins.

## 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

