

MENGENAL FAKTOR RESIKO ASMA SERTA PENCEGAHAN DAN PENANGANANNYA KNOW THE RISK FACTOR OF ASTHMA THE PREVENTION AND TREATMENT

Rajes Khana, Ph.D¹, Dr. apt. Diana Laila Ramatillah, M. Farm², Nirma³, Ni Nengah
Dewi Antaryani⁴, Ni Putu Rischa Cristiani⁵, Nor Redha Rizky⁶, Noorjannah⁷
¹²³⁴⁵⁶⁷Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

*diana.ramatillah@uta45jakarta.ac.id

ABSTRAK

Webinar ini dilakukan oleh mahasiswa program studi profesi apoteker secara daring karena terkendala pandemi COVID-19. Webinar ini bertujuan agar masyarakat memahami dan mengetahui tentang faktor resiko asma serta pencegahan dan penanganannya. Kegiatan webinar dilakukan dengan memanfaatkan teknologi digital, yaitu Zoom Meeting dengan total peserta 93 orang. Webinar dilaksanakan pada tanggal 16 November 2021 jam 09.00 wib sampai 10.00 wib. **Metode penelitian** : Indikator dari webinar ini didapat dari hasil pengisian pretes dan post test melalui *google form* oleh peserta yang diisi saat acara webinar berlangsung. **Hasil**: Berdasarkan hasil yang didapat dari data pada pre-test dan post-test terdapat kenaikan pada jumlah jawaban pada posttest. Salah satu faktor yang mempengaruhi pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan adalah cara penyampaian dari pemateri yang ringan, lugas dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami peserta tanpa bertele-tele.

Kata kunci: Faktor Resiko, Pencegahan, Penanganan

ABSTRACT

*The webinar was done online by the students of the Pharmacist Profession Study Program due to COVID-19 pandemic. The webinar aimed for the society to understand and know the risk factors of asthma and its prevention and treatment. The webinar was conducted by utilised the digital technology, which is Zoom Meeting with the participants in the amount of 93 people. The webinar was done on 16th November 2021 at 09.00 WIB until 10.00 WIB. **Research method:** The indicator of the webinar was obtained from the filling of pre-test and post-test through a google form by the participant when the webinar event took place. **Result:** Based on the results from the pre-test and post-test data, there is an increase of the answer amount in the post-test. One of the factors that affecting the understanding of the participants to the given material is the delivery method of the presenter that easy, straightforward and using the language that easy for the participant to understand without rambling.*

Key word: Risk Factor, Prevention, Treatment

PENDAHULUAN

Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta selaku lembaga pendidikan yang mempunyai kewajiban melaksanakan tridharma perguruan tinggi, yaitu salah satunya dengan mengadakan Pengabdian kepada Masyarakat. Berdasarkan hasil penelitian International Study on Asthma and Alergies in Childhood pada tahun 2008 menunjukkan, di Indonesia prevalensi gejala penyakit asma melonjak dari sebesar 4,2 persen menjadi 5,4 persen di Jawa Tengah 1,5 persen menjadi 2,5 persen dan di Surakarta meningkat dari 1,5 persen menjadi 2 persen. Selama 20 tahun terakhir, penyakit ini cenderung meningkat dengan kasus kematian yang diprediksi akan meningkat sebesar 20 persen hingga 10 tahun mendatang.

Asma merupakan penyakit kronis dari sistem pernapasan yang ditandai oleh penyempitan saluran pernapasan kecil dan bronkiolus dan pembengkakan mukosa atau peradangan. Asma ditandai dengan serangan sesak dada, batuk dan mengi akibat obstruksi jalan napas (Gibbs, 2014). Gejala dapat terjadi beberapa kali dalam satu hari atau minggu pada individu yang terkena dan bagi sebagian orang menjadi lebih buruk pada malam hari atau selama aktivitas fisik (WHO, 2013). Gejala asma berulang sering menyebabkan gangguan sulit tidur, rasa lelah keesokan hari, tingkat aktivitas berkurang, prestasi sekolah dan absensi kerja buruk (Fitriani et al, 2015). Atas dasar itulah mahasiswa mata kuliah Farmakoterapi II tahun 2020 Program studi S1 Ilmu Farmasi Fakultas Farmasi Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk Seminar daring (Webinar) berjudul “Mengenal Faktor Risiko Asma Serta Pencegahan dan Penanganannya” dengan pembicara Ni Putu Rischa Christiani, S. Farm dan Keynote dari Dr.apr. Diana Laila Ramatillah, M.Farm yang juga menjadi dosen pengampu mata kuliah Farmakoterapi.

METODE

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan seminar daring (webinar) menggunakan room meeting Zoom Meet selama kurang lebih 1 jam dengan metode ceramah yang disampaikan oleh pembicara yaitu Ni Putu Rischa Christiani, S. Farm kemudian dilanjutkan sesi diskusi dimana peserta webinar dipersilahkan bertanya melalui kolom komentar room.

Kegiatan ini dilaksanakan pada :

Hari dan Tanggal : Selasa , 16 November 2021

Waktu Kegiatan : 09.00 – 10.00 WIB

Mekanisme Kegiatan : Daring dengan Zoom Meet

Selain itu, keuntungan yang didapatkan para peserta yang mengikuti webinar yaitu mendapatkan ilmu yang bermanfaat serta e-certificate yang diberikan 5 hari setelah acara berlangsung yang dikirim melalui Email. Indikator keberhasilan dari webinar ini didapat dari hasil pengisian pretest dan post test melalui google form oleh peserta yang diisi setelah acara webinar berlangsung. Berdasarkan hasil yang didapat, persentase keberhasilan webinar yang dilihat dari hasil pretest dan post test. Angka persentase pretest yang cukup rendah hal ini dikarenakan belum adanya pengetahuan tentang asma. Namun, setelah penyampaian materi selesai dan diadakan posttest, angka persentase meningkat. Hal ini menunjukkan penyampaian materi berhasil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Asma adalah penyakit kronis variabel dari sistem pernapasan yang ditandai oleh penyempitan saluran pernapasan kecil dan bronkiolus, meningkat bronkial sekresi atau lendir dan pembengkakan mukosa atau peradangan, sering dalam menanggapi satu atau lebih memicu. Asma ditandai dengan serangan sesak dada, batuk dan mengi akibat obstruksi jalan napas (Gibbs, 2014). Gejala dapat terjadi beberapa kali dalam satu hari atau minggu pada individu yang terkena dan bagi sebagian orang menjadi lebih buruk pada malam hari atau selama aktivitas fisik (WHO, 2013). Gejala asma berulang sering menyebabkan gangguan sulit tidur, rasa lelah keesokan hari, tingkat aktivitas berkurang, prestasi sekolah dan absensi kerja buruk (Fitriani et al, 2015).

Hasil penelitian International Study on Asthma and Alergies in Childhood pada tahun 2008 menunjukkan, di Indonesia prevalensi gejala penyakit asma melonjak dari sebesar 4,2 persen menjadi 5,4 persen di Jawa Tengah 1,5 persen menjadi 2,5 persen dan di Surakarta meningkat dari 1,5 persen menjadi 2 persen. Selama 20 tahun terakhir, penyakit ini cenderung meningkat dengan kasus kematian yang diprediksi akan meningkat sebesar 20 persen hingga 10 tahun mendatang. WHO memperkirakan di tahun 2015 terdapat 255 ribu penderita meninggal dunia karena asma. Penderita asma banyak mengeluhkan gejala pada malam hari dan kualitas tidur menurun. Beberapa penelitian

dibanding bukan asma, serta kejadian mengantuk pada siang hari meningkat (Astuti, 2014).

Faktor Risiko Asma yaitu infeksi pernafasan (mycoplasma pneumoniae, influenza, parainfluenza), allergen (bulu hewan, debu, spora jamur, serbuk sari udara), lingkungan (udaradinding, asap kayu), emosi (gelisah, stress, tertawa), olahraga (terutama pada keadaan dingin atau cuaca dingin), obat-obatan (aspirin, NSAID), akibat pekerjaan (petani, pesepeda, pekerja bahan kimia), status sosial ekonomi, paparan asap tembakau.

Terapi asma di bagi menjadi dua yaitu sebagai *controller* dan *reliever*. Obat *controller* merupakan antiinflamasi mengontrol penyakit & mencegah serangan. Contoh obatnya glucocorticosteroids (inhaled / systemic), leukotriene modifiers, long-acting β_2 -agonists (inhaled / oral), theophylline sr, cromones, anti-ige. Dan *reliever* sebagai bronkodilator untuk pengobatan saat serangan / mengatasi eksaserbasi, contohnya rapid-acting inhaled β_2 -agonists², systemic glucocorticosteroids, anti cholinergics, theophylline, short-acting oral β_2 -agonists.

Adapun pencegahan asma seperti menghindari pemicunya, menggunakan pengobatan pencegahan penyakit asma, pakai pelembap udara (humidifier), berolahraga dengan tepat dan tidak berlebihan, menggunakan masker mulut, imunoterapi, atur pola makan, sering cek fungsi paru, bersihkan tempat tidur secara rutin, hindari paparan asap rokok, debu, polusi udara, bau-bauan yang memicu asma seperti parfum, obat semprot serangga, deterjen cucian serta jangan memelihara hewan seperti anjing dan kucing. Berikut beberapa pertanyaan dari peserta webinar beserta jawaban langsung dari pemateri :

1. Mengapa setelah pemakaian inhaler pasien dianjurkan untuk berkumur ? Apakah ada efeknya tersebut ?

Jawaban : Dianjurkan untuk berkumur karena penggunaan inhaler pada umumnya mengandung bahan kimia. Hal ini khususnya untuk penggunaan inhaler yang mengandung obat kortikosteroid. Dimana efek dari kortikosteroid dapat menyebabkan infeksi jamur di mulut. Oleh karena itu disarankan untuk berkumur setelah menggunakan inhaler. Hal ini dimaksudkan untuk membersihkan sisa-sisa obat yang tertinggal di rongga mulut.

2. Penyakit asma diakibatkan oleh faktor genetik dari orang tua, yang mau saya tanyakan apakah ada atau apakah bisa orang terkena asma tetapi dari orang tua tidak memiliki riwayat asma?

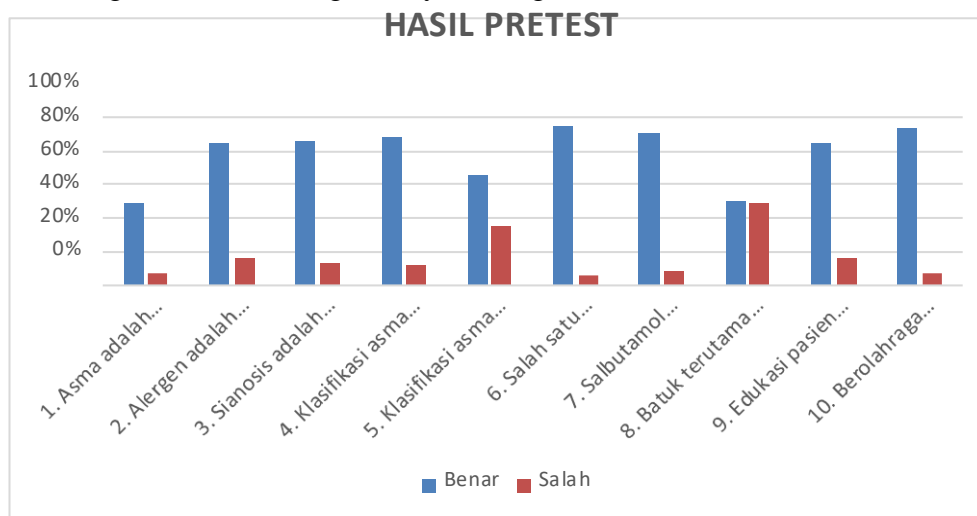
Jawaban : Seseorang bisa saja memiliki asma, sekalipun tidak ada riwayat keluarga yang memilikinya, terdapat beberapa faktor yang membuat anda berisiko kena asma dan genetik hanyalah salah satu bukan satu-satunya faktor yang menyebabkan asma faktor lain yang dapat mengakibatkan asma yaitu lingkungan.

3. Apa fungsinya dari beta adrenergik dalam terapai asma?

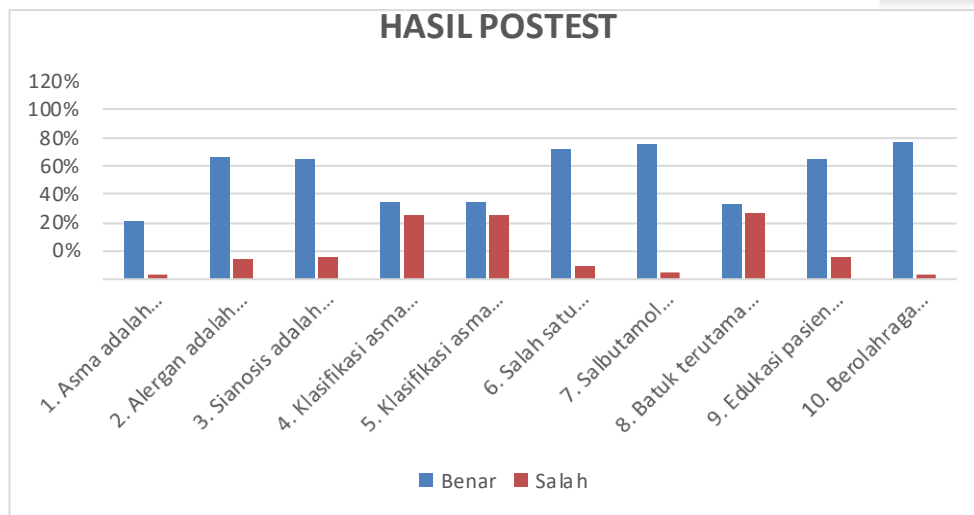
Jawaban : Penanganan saat terjadi serangan asma adalah b2 agonis. B2 agonis merupakan tipe obat asma reliever. Contoh obatnya seperti salbutamol. Dan mekanisme kerjanya yaitu untuk merelaksasikan otot polos saluran pernapasan meningkatkan bersihan mukosilier dan menurunkan permeabiliti pembuluh darah.

A. Kegiatan 1

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui webinar menggunakan Zoom Meeting. Peserta diwajibkan untuk mengisi pre-test dan post-test tujuannya agar mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta sebelum dan sesudah webinar berlangsung. Pada pre-test dan post-test terdapat 10 soal dengan pilihan ganda (benar-salah). Berdasarkan hasil pengisian google form maka didapatkan hasil kuisioner dari 57 peserta webinar “Mengenal Faktor Resiko Asma serta Pencegahan dan Penanganannya” sebagai berikut:



Grafik 1. Grafik Hasil Pretest.

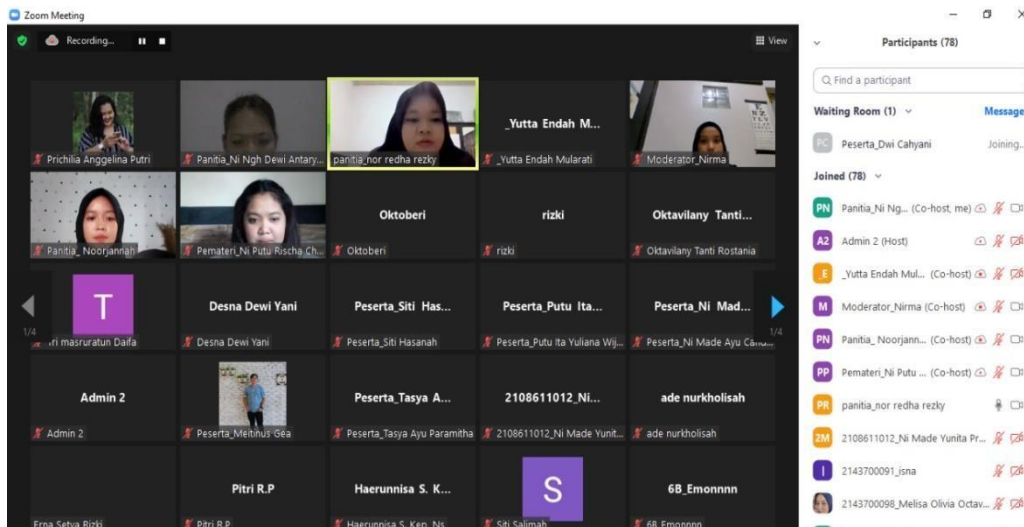


Grafik 2. Grafik Hasil Postest

Data yang ditampilkan pada grafik merupakan rata-rata persentase dari 57 orang peserta yang berpartisipasi menjawab pretest dan postest. Dapat dilihat dari data diatas pada pre-test dan post-test terdapat kenaikan pada jumlah jawaban pada postest. Salah satu faktor yang mempengaruhi pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan adalah cara penyampaian dari pemateri yang ringan, lugas dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami peserta tanpa bertele-tele.



Gambar 1. Pemaparan Materi Webinar oleh Pemateri



Gambar 2. Pelaksanaan webinar saat berlangsung

B. Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan webinar “Mengenal Faktor Resiko Asma serta Pencegahan dan Penanganannya” merupakan sesuatu yang diinginkan oleh semua pihak baik panitia, narasumber serta peserta yang mengikuti jalannya webinar. Keikutsertaan peserta dan keaktifan peserta selama webinar berlangsung sangat menunjang keberhasilan webinar. Pemaparan materi diberikan oleh narasumber dan pada sesi tanya jawab yang diajukan oleh peserta dijawab langsung oleh narasumber berjalan lancar dan kondusif. Data grafik yang diperoleh dari hasil pre-test dan post-test menunjukkan hasil yang baik dengan adanya peningkatan pemahaman peserta.

SIMPULAN DAN SARAN

Ilmu bukan semata untuk diri kita sendiri saja tetapi juga untuk masyarakat. Untuk menemukan manfaatnya, maka harus dilaksanakan dengan konsisten serta tepat sasaran. Pengabdian kepada peserta yang tergolong masih sedikit dan rendahnya pemahaman dan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit asma.

Hadirnya narasumber dapat menambah pemahaman masyarakat mengenai penyakit asma ini serta cara mencegah, menangani dan mengobati penyakit ini. Pengalaman yang terjadi pada diri sendiri maupun yang terjadi pada orang terdekat membuat webinar berjalan lancar dan membuat peserta memiliki gambaran apa yang harus mereka perbuat mengenai penyakit ini.

Pengetahuan dan pemahaman masyarakat yaitu tentang pencegahan penyakit asma menjadi meningkat. Perlu adanya sosialisasi atau webinar lain untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat luas agar lebih menjaga kesehatan.

Diharapkan masyarakat dapat menerapkan hidup sehat dan peduli terhadap kesehatan guna menjauhkan diri dari penyakit-penyakit yang disebabkan oleh faktor lingkungan, pola hidup dan kebiasaan buruk.

DAFTAR PUSTAKA

Davis DE, Wicks J, Powell RM, Puddicombe SM, Holgate ST. Airway remodeling in asthma. *New Insights. J Allergy Clin Immunol* 2003.;111(2). Available from <http://www.mosby.com/jaci>.

Holgate ST. *The Cellular And Mediator Basis Of Asthma In Relation To Natural History*. *Lancet* 350 1997; (suppl II) : 5-9.

National Institute of Health. National Heart, Lung and Blood Institute. *Global Initiative for Asthma. Global Strategy for Asthma Management and Prevention*. NIH Publication, 1995

National Heart, Lung, and Blood Institute. *Expert Panel 2: Guidelines For The Diagnosis and Management of Asthma*, 1997.

Woolcock AJ, Konthen PG. Lung function and asthma in Balinese and Australian children. Joint International Congress, 2nd Asian Pacific of Respirology and 5th Indonesia Association of Pulmonologists. Bali July 1 - 4 1990.p.72 (abstract)