

**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN PENULARAN TBC
DENGAN BATUK EFEKTIF DI DESA CIHARALANG CIAMIS JAWA BARAT****Ima Sukmawati, Jajuk Kusumawaty, Elis Noviati, Heni Marliany**

STIKes Muhammadiyah Ciamis, Indonesia

imasukma90@gmail.com

Abstract

One of the behaviors that contribute to the increase in TB transmission is through sputum sprinkling of TB sufferers when coughing or sneezing. A coughing tuberculosis patient can produce 3000 sputum sparks. Thus, people with tuberculosis need knowledge of the right way to expel sputum, one of which is an effective cough. Effective cough is the correct cough method, where clients can save energy so they don't get tired easily in spitting out phlegm to the fullest. Objective: Increase knowledge of TB transmission prevention and be able to carry out effective coughs. Methods: (i) Identification of the number of families targeted by PKM (ii) Socialization, and (iii) Evaluation. Result: The number of families that participated in community service activities was 20 people. From the evaluation of the activity, it was found that the family had understood about the prevention of TB transmission and were able to cough effectively so that the risk of transmission decreased. Conclusion: The benefits of increasing knowledge about prevention of TB transmission can reduce the risk of TB transmission and be able to cough effectively.

Keywords: tuberculosis; infection prevention; effective cough

ABSTRAK

Salah satu perilaku penyumbang peningkatan penularan TBC adalah melalui percikan dahak penderita TBC sewaktu batuk atau bersin. Pasien TBC batuk dapat mengeluarkan 3000 percikan dahak. Sehingga, penderita TBC memerlukan pengetahuan tentang cara pengeluaran dahak yang tepat salah satunya dengan batuk efektif. Batuk efektif adalah metode batuk yang benar, dimana klien dapat menghemat energi sehingga tidak mudah lelah dalam mengeluarkan dahak secara maksimal. Tujuan: Meningkatkan pengetahuan pencegahan penularan TBC dan mampu melakukan batuk efektif. Metode: (i) Identifikasi jumlah keluarga yang menjadi sasaran PKM (ii) Sosialisasi, dan (iii) Evaluasi. Hasil : Jumlah keluarga yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebanyak 20 orang. Dari evaluasi kegiatan diperoleh keluarga telah memahami tentang pencegahan penularan TBC dan mampu melakukan batuk efektif sehingga resiko penularan menurun. Kesimpulan: Manfaat dari adanya peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan penularan TBC dapat menurunkan resiko penularan TBC dan mampu melakukan batuk efektif.

Kata kunci : TBC; pencegahan penularan; batuk efektif

Submitted: 2020-12-14

Revised: 2020-12-23

Accepted: 2020-12-24

Pendahuluan

Situasi TBC di dunia semakin memburuk, jumlah kasus terus meningkat dan banyak yang tidak bisa disembuhkan. Menurut WHO, sepertiga dari penduduk dunia telah terjangkit kuman TB, sekitar 9 juta orang yang baru positif menderita TBC, dan 3 juta meninggal akibat penyakit tersebut (WHO,2015). Sumber utama penularan penyakit TB Paru adalah penderita tuberkulosis paru BTA (+). Penularan terjadi saat penderita batuk atau bersin (droplet) yang mengandung kuman, dan terhirup masuk ke dalam saluran pernafasan. Kemampuan menularkan kuman tuberkulosis dari seorang penderita, sangat tergantung dari jumlah kuman yang dikeluarkan dari paru. Semakin tinggi tingkat kepadatan kuman positif, semakin tinggi pula penderita memberikan risiko penularan kepada orang lain (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu perilaku penderita yang ikut menyumbang terhadap peningkatan penularan TBC adalah melalui percikan dahak penderita TBC sewaktu batuk atau bersin (Widiastuti & Siagian, 2019). Sekali pasien TBC batuk dapat mengeluarkan 3000 percikan dahak. Umumnya penularan terjadi dalam ruangan dimana percikan dahak berada dalam waktu yang lama. Percikan dapat bertahan selama beberapa jam dalam keadaan yang gelap dan lembab (Achmadi, 2005). Sehingga, penderita TBC memerlukan pengetahuan tentang cara pengeluaran dahak yang tepat. Hal ini bisa diatasi dengan melakukan batuk efektif. Batuk efektif adalah suatu metode batuk yang

benar, dimana klien bisa menghemat energi sehingga tidak mudah lelah dalam mengeluarkan dahak secara maksimal. Maka dari itu pemberian penyuluhan mengenai batuk efektif pada penderita TBC diharapkan akan mengurangi resiko penularan terhadap TBC dan memberikan rasa aman dan nyaman pada penderita maupun orang yang beresiko terjangkit penyakit TBC (Danusantoso,2016).

Salah satu cara pencegahan TBC adalah dengan menghindari kontak langsung dengan penderita, dikarenakan dahak penderita melalui bersin atau batuk akan menjadi agen penular. Untuk itu, diperlukan batuk yang aman atau efektif, sehingga penularan bisa dicegah. Menurut De Blasio et al., (2011) batuk pada dasarnya merupakan mekanisme tubuh mengeluarkan benda asing yang berada di saluran pernafasan atas. Salah satunya, bisa disebabkan lendir atau radang saluran pernafasan. Batuk efektif merupakan suatu metode batuk yang benar, dimana klien dapat mengeluarkan energi dan mengeluarkan dahak secara maksimal (Alie & Rodiyah, 2013) . Manfaat batuk efektif (Arianto, 2018) adalah: a) memperbaiki fungsi pernafasan, b) mencegah pengempisan paru, c) memperbaiki ketahanan dan kekuatan otot-otot pernafasan, d) memperbaiki pola nafas yang tidak efisien, e) meningkatkan relaksasi.

Metode

Kegiatan pada pengabdian kepada masyarakat "Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Penularan TBC Dengan Batuk Efektif "" yaitu (i) Identifikasi jumlah keluarga yang menjadi sasaran (ii) Sosialisasi, dan (iii) Evaluasi.

1. Identifikasi keluarga yang menjadi sasaran
Identifikasi jumlah keluarga yang menjadi sasaran yaitu resiko terkena TBC.
2. Sosialisasi
Materi sosialisasi terdiri dari penjelasan tehnik, manfaat dan memperagakan batuk efektif dan pencegahan penularan TBC. Adapun materi sosialisasi adalah sebagai berikut:
 - a. Menjelaskan Pencegahan Penularan TBC Dan Batuk Efektif
 - b. Manfaat Batuk Efektif
 - c. Memperagakan tehnik Batuk Efektif
3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan saat pertemuan terakhir dengan mengevaluasi engetahuan masyarakat dalam pencegahan penularan TBC dengan batuk efektif . Hasil evaluasi ditindaklanjuti dengan evaluasi kejadian angka kejadian TBC dengan melakukan kolaborasi dengan PKM UPTD Puskesmas Handapherang untuk observasi serta monitoring lanjut.

Kegiatan pada pengabdian kepada masyarakat "Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Penularan Tbc Dengan Batuk Efektif Di Desa Ciharalang Ciamis Jawa Barat" ini tidak lepas dari partisipasi mitra yaitu UPTD Puskesmas Handapherang yang diantaranya yaitu:

- a. Memberikan ijin pelaksanaan kegiatan
- b. Menyiapkan evaluasi secara bersama

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pengamatan kami selaku pelaksana dari kegiatan tersebut antusias masyarakat khususnya para ibu cukup tinggi untuk mengikuti kegiatan pengabdian, hal itu terbukti dari jumlah ibu atau keluarga yang mengikuti kegiatan tersebut yang berjumlah 20 orang berdasarkan laporan dari kepala lingkungan dan kader selaku pembantu penyelenggara kegiatan tersebut.

Kegiatan ini dilakukan secara bertahap yang dijelaskan secara rinci di bawah ini:

1. Identifikasi keluarga yang menjadi sasaran
Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digambarkan pada tabel 1.

Tabel 1. Usia Peserta kegiatan

No	Inisial nama peserta	Usia
1	AN	45
2	SA	43
3	RA	56
4	DR	53
5	SN	55
6	AD	37
7	EN	40
8	RH	45
9	MN	39
10	MM	27
11	DT	34
12	AR	29
13	IM	29
14	KR	37
15	TI	32
16	OR	43
17	NS	41
18	HI	38
19	JM	50
20	EK	48

2. Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan pada tanggal 19 Maret 2016 di Desa Ciharalang Ciamis. Sebelum melakukan kegiatan, dilakukan pengajuan pertanyaan kepada beberapa orang mengenai pencegahan penularan TBC dan batuk efektif. Hampir semuanya belum mengetahui dan belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai TBC atau batuk efektif. Materi mengenai pencegahan penularan TBC dan batuk efektif disampaikan dalam bentuk Power point menggunakan infocus, X Banner dan Poster mengenai Batuk Efektif serta Leaflet. Materi di buat dalam bentuk SAP (Satuan Acara Penyuluhan) yang terdiri dari tahap pendahuluan, penyajian dan penutup. Tahap penyuluhan menjelaskan mengenai pencegahan penularan TBC dan batuk efektif, manfaat batuk efektif dan memperagakan tehnik batuk efektif. Tahap penutup melakukan sesi tanya jawab dan memberi tanggapan kepada audience. Sosialisasi berjalan lancar. Audience yaitu masyarakat terlihat antusias dan memberikan beberapa pertanyaan yang menjadi bukti bahwa masyarakat belum memahami terkait TBC dan batuk efektif.

3. Evaluasi

Alat Ukur yang digunakan:

- a. Individu/ peserta dapat menjawab teknik batuk efektif dan pencegahan penularan TBC
Peserta masih bingung tapi dapat menjawab sebagian teknik
Individu/peserta dapat menjawab manfaat teknik batuk efektif dan pencegahan penularan TBC
- b. Peserta dapat dengan mudah menjelaskan manfaat teknik batuk efektif dan pencegahan penularan TBC
Individu/peserta dapat memperagakan batuk efektif
Peserta masih belum lancar dalam mempraktekan cara batuk efektif

Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bebrapa hal yaitu : Hasil dari penyuluhan cara batuk efektif dan pencegahan penulatan TBC sebanyak 20 orang. Berdasarkan hasil penyuluhan, terdapat sikap antusias dari peserta dengan bertanya dan ingin mempraktekan cara batuk efektif.

Manfaat kegiatan ini adalah menurunkan resiko penularan TBC serta mampu melakukan batuk efektif. Sehingga angka kesakitan akibat TBC bisa menurun dan batuk efektif menjadi pencegahan efektif untuk menurunkan penularan TBC.

Daftar Pustaka

- Alie, Y., & Rodiyah. (2013). Pengaruh Batuk Efektif Terhadap Pengeluaran Sputum Pada Pasien Tuberkulosis Di Puskesmas Peterongan Kabupaten Jombang. *Jurnal Metabolisme*, 2(3), 15±21. <https://doi.org/10.1111/jce.1299>.
- Arianto, Joko. (2018). Pengaruh Teknik Batuk Efektif Terhadap Pengeluaran Sputum untuk Penemuan Mycobacterium Tuberculosis (MTB) Pada Pasien Paru Di Ruang Rajawali 6B RSUP DR Kariadi. Semarang
- Danusantoso, H. (2016). Tuberkulosis Paru. Dalam: Buku Saku Ilmu Penyakit Paru, Edisi 2. Jakarta: EGC, p: 1.
- De Blasio *et al.* (2011). *Cough Management: a practical approach*. Available <http://www.coughjournal.com/content/7/1/7>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pusat data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI : Tuberkulosis*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Pusat data dan Informasi ISSN 2442-7659.
- Widiastuti, L. & Siagian, Y. (2019). Pengaruh Batuk Efektif Terhadap Pengeluaran Sputum Pada Pasien Tuberkulosis di Puskesmas Kampung Bugis Tanjung Pinang. *Jurnal Keperawatan*, 9. [Jurnal stikeshangtuah-tpi.ac.id](http://Jurnal.stikeshangtuah-tpi.ac.id)
- World Health Organization. (2015). *Tuberculosis: WHO Global Tuberculosis Report*. Fathsheet: World Health Organization.