



## Edukasi Faktor Resiko Penyakit Paru Obstruktif Kronik pada Pasien di RS X

**Ikhsan Budi<sup>a</sup>, Desi Purwaningsih<sup>a</sup>, Seftiwan Pratami Djasfar<sup>a</sup>, Wilfadri Putra Jonesti<sup>a</sup>, Dara Juliana<sup>a</sup>**

<sup>a</sup>Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Indonesia  
e-mail: desi.purwaningsih@upnvj.ac.id

### ABSTRACT

*Chronic Obstructive Pulmonary Disease or COPD is an inflammatory disease that can occur over a long period or chronically. The high mortality rate that occurs worldwide is caused by various dangerous diseases. COPD is one of the diseases that is the main cause of the high death rate in the world. One of the main causes of COPD is exposure to cigarette smoke, either as an active smoker or a passive smoker. Providing education about the dangers of smoking is needed so that the public is more aware of the dangerous effects of cigarette smoke which is often considered safe and has no threat to health. The activity was carried out in December 2024 at a private hospital in Tangerang using a questionnaire method by patients and continued with providing education about the risk factors for COPD. The questionnaire distributed consisted of five parts, namely the identity of the smoker patient, smoking history, environment, patient health history, and patient education regarding the dangers of smoking. Participants who took part in this community service activity were all male, with an age range of 21-72 years, and 66.67% were active smokers, while 33.37% were passive smokers because they lived and often came into contact with active smokers. Cigarette smoke from active and passive smokers is the main cause of COPD. From this community service activity, participants better understand COPD and what the causative factors are, and it can also be seen that COPD is very risky for men, the elderly, and active smokers.*

**Keywords:** COPD, Active smoker, Passive smoker

### ABSTRAK

Penyakit Paru Obstruktif Kronis atau PPOK merupakan penyakit peradangan yang bisa terjadi dalam jangka waktu yang lama atau kronik. Banyaknya angka mortalitas yang terjadi di seluruh dunia disebabkan oleh berbagai penyakit yang berbahaya. PPOK menjadi salah satu penyakit yang menjadi penyebab utama banyaknya angka kematian di dunia. Salah satu penyebab utama terjadinya penyakit PPOK adalah terkenanya paparan asap rokok, baik sebagai perokok aktif maupun perokok pasif. Pemberian edukasi tentang bahaya kebiasaan merokok diperlukan agar masyarakat lebih menyadari tentang akibat bahaya yang timbul dari asap rokok yang sering dianggap aman dan tidak memiliki bahaya untuk kesehatan. Kegiatan dilakukan pada bulan Desember 2024 di salah satu RS swasta di Tangerang dengan metode pengisian kuesioner oleh pasien dan dilanjutkan dengan pemberian edukasi mengenai faktor risiko PPOK. Kuesioner yang dibagikan terdiri dari lima bagian yaitu identitas diri pasien perokok, riwayat perokok, lingkungan, riwayat kesehatan pasien, dan edukasi pasien terkait bahaya merokok. Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian ini secara keseluruhan berjenis kelamin laki-laki, dengan rentang usia 21-72 tahun, dan 66.67% merupakan perokok aktif, sedangkan 33.37% merupakan perokok pasif karena mereka tinggal dan sering bersinggungan dengan para perokok aktif. Asap rokok dari perokok aktif dan pasif menjadi penyebab utama terjadinya PPOK. Dari kegiatan pengabdian ini peserta lebih memahami tentang PPOK dan apa saja faktor-faktor

penyebabnya, serta dapat diketahui pula bahwa PPOK sangat beresiko terjadi pada laki-laki, lansia, dan perokok aktif.

**Kata Kunci:** PPOK, Perokok Aktif, Perokok Pasif

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Penyakit ini ditandai dengan keterbatasan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya reversibel, disertai dengan respons inflamasi kronis pada saluran napas dan paru terhadap partikel atau gas berbahaya (*Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease [GOLD]*, 2023). Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), PPOK menyebabkan lebih dari tiga juta kematian per tahun, menjadikannya penyebab kematian ketiga terbanyak di dunia (WHO, 2022).

Faktor risiko PPOK sangat bervariasi, mulai dari faktor yang dapat dimodifikasi seperti paparan asap rokok, polusi udara, dan paparan bahan kimia atau debu di tempat kerja, hingga faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti predisposisi genetik dan usia. Edukasi mengenai faktor risiko PPOK menjadi salah satu langkah penting dalam upaya pencegahan, deteksi dini, dan pengelolaan penyakit ini. Melalui edukasi yang efektif, masyarakat dapat lebih memahami risiko yang mereka hadapi dan mengambil langkah untuk mengurangi eksposur terhadap faktor risiko tersebut (López-Campos *et al.*, 2016).

PPOK diderita oleh 10% populasi masyarakat dunia, dan 50% diderita oleh perokok berat. Hal itu menandakan bahwa rokok memang menjadi faktor risiko utama pada PPOK. Bahkan ketika perokok sudah berhenti merokok, stress inflamasi masih terus merusak jaringan pada paru-paru. Efek rokok ini bukan hanya terjadi pada perokok aktif, tetapi perokok pasif yang menghirup asap rokok dari orang lain juga mendapatkan efek sampingnya (Minidian, 2013). Ditambah lagi jika penderita tersebut sudah lanjut usia, dan memiliki genetik PPOK, maka akan menyebabkan meningkatnya kemungkinan menderita PPOK.

Intervensi berbasis edukasi tidak hanya berperan dalam pencegahan primer, tetapi juga dalam mendukung pasien yang sudah terdiagnosis PPOK untuk memitigasi progresivitas penyakit melalui perubahan gaya hidup yang lebih sehat. Dengan pendekatan yang terintegrasi, termasuk pendidikan kesehatan, dukungan psikososial, dan penegakan kebijakan kesehatan masyarakat, diharapkan angka kejadian dan beban ekonomi akibat PPOK dapat ditekan (van der Molen, 2010).

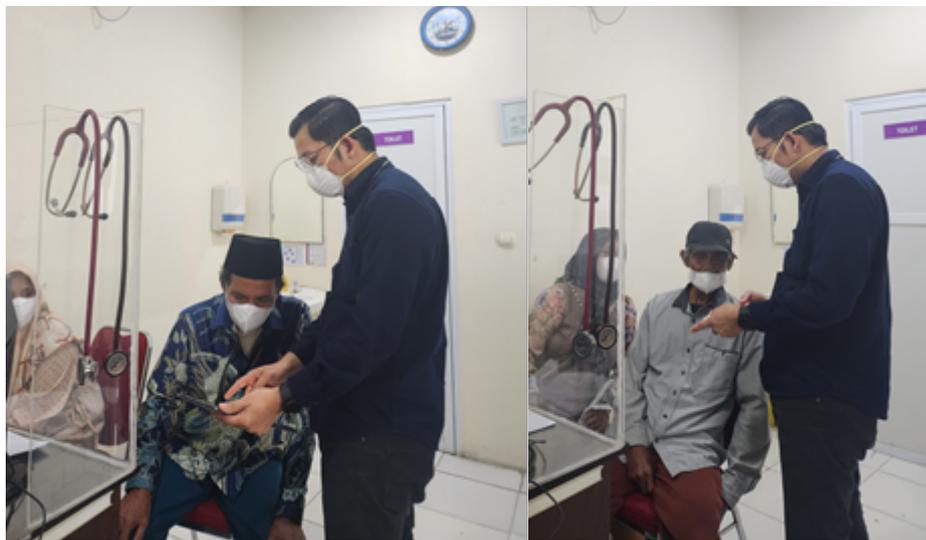
## 2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan terkait edukasi yang efektif untuk menjelaskan faktor resiko Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada pasien di RS X. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh pasien dan dilanjutkan dengan pemberian edukasi mengenai faktor risiko PPOK, bertujuan untuk memastikan pasien memiliki pemahaman yang baik dan mempunyai pengetahuan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan dilakukan pada bulan Desember 2024. Kuesioner terdiri dari lima bagian yaitu bagian pertama terkait data diri pasien berupa nama, usia, jenis kelamin, pekerjaan dan alamat. Pada bagian kedua berisi riwayat merokok pasien, yang diikuti dengan lama waktu merokok, jumlah rokok yang dikonsumsi dan keberadaan perokok aktif pada lingkungan pasien. Bagian ketiga berisi tentang paparan lingkungan berupa paparan asap rokok, polusi udara atau bahan kimia berbahaya, baik itu di lingkungan kerja maupun di rumah. Pada bagian keempat ditanyakan terkait riwayat kesehatan pasien beserta keluarganya. Untuk pasien ditanyakan gejala yang sering berulang berupa batuk kronis (>3 bulan), sesak nafas saat beraktivitas ringan dan produksi dahak berlebih. Pada bagian kelima berisi pertanyaan terkait pengetahuan pasien mengenai faktor utama risiko PPOK (merokok, polusi udara, paparan pekerjaan, faktor keturunan, dan infeksi paru).

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat adalah usaha untuk menyebarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni kepada masyarakat. Pengabdian ini dilakukan terhadap pasien dari dokter spesialis paru pada salah satu Rumah Sakit Swasta di daerah Tangerang. Pengabdian ini merupakan salah satu usaha menyebarkan ilmu pengetahuan berupa pemahaman awal tentang gejala dan faktor-faktor yang dapat menyebabkan gangguan pada paru terutama Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK). Dengan mengetahui faktor dan gejala awal tersebut diharapkan para pasien dapat lebih mengantisipasi adanya PPOK.



Gambar 1. Pendampingan Penyuluhan

PPOK sendiri merupakan suatu keadaan yang ditandai dengan adanya keterbatasan aliran udara yang bersifat progresif dan tidak sepenuhnya *reversible*. Pasien dengan PPOK dapat diketahui dengan adanya gejala klinis berupa *bronchitis* kronis dan *emfisema* (Dewi, *et. al.*, 2022). Hal ini terjadi karena adanya dua faktor utama yang menyebabkan PPOK, yaitu faktor penjamu dan pajanan lingkungan. Meskipun PPOK umumnya timbul akibat interaksi dua faktor tersebut, faktor penjamu sendiri meliputi: genetika, pertumbuhan paru, dan hipereaktivitas jalan napas. Sedangkan pajanan lingkungan mengarah pada faktor lingkungan dan sosial ekonomi (Oktaria & Ningrum, 2017)

Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian ini secara keseluruhan berjenis kelamin laki-laki, dengan rentang usia 21-72 tahun, dan 66.67% merupakan perokok aktif, sedangkan 33.37% merupakan perokok pasif karena mereka tinggal dan sering bersinggungan dengan para perokok aktif. Asap rokok sendiri merupakan pajanan lingkungan penyebab PPOK. Dimana pajanan lingkungan merupakan salah satu dari dua faktor resiko utama penyebab PPOK. Pajanan lingkungan bukan hanya berupa asap rokok, tetapi dapat disebabkan karena polusi udara, debu, infeksi, status sosial ekonomi, dan paparan bahan kimia di tempat kerja (Oktaria & Ningrum, 2017).

Merokok dapat memberikan efek yang berbeda-beda pada setiap orang. Efek yang berbeda ini disebabkan oleh intensitas paparan, waktu paparan selama pertumbuhan, dan fungsi paru basal (Minidian, 2013). Hal ini membuktikan bahwa perokok pasif tetap memiliki kemungkinan terkena PPOK terutama jika waktu paparannya cukup panjang. Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian ini sebagian memang tidak merokok, tetapi mereka memiliki peran sebagai perokok pasif yang berada di lingkungan perokok aktif, sehingga ada kemungkinan mereka dapat terkena PPOK.

Usia dan jenis kelamin juga menjadi salah satu faktor yang perlu dipertimbangkan. Menurut hasil penelitian (Najihah, *et. al.*, 2023), menemukan bahwa dari 38 responden menunjukkan 73% responden penderita PPOK adalah laki-laki, dengan mayoritas penderita PPOK berusia 46-65 tahun. Berdasarkan informasi tersebut, membuktikan bahwa para peserta pengabdian memiliki resiko PPOK yang cukup tinggi karena 83% rentang usianya 41-72 tahun, dan 17 % berusia 20-30 tahun.

Awalnya para peserta belum mengetahui tentang PPOK dan faktor penyebabnya apa saja, setelah dilakukan penyuluhan, para peserta lebih memahami tentang PPOK dan apa saja faktor-faktor penyebabnya. Dengan adanya penambahan ilmu pengetahuan tersebut, diharapkan para peserta dapat lebih peduli dengan kesehatan diri sendiri, minimal dengan cara mengurangi rokok, dan menjaga pola hidup sehat, menjaga diri dari polutan udara lain, menjaga nutrisi makanan, dan

berolahraga yang sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan secara rutin (Permatasari, *et. al.*, 2016; Minidian, 2013).

#### 4. KESIMPULAN

Penyakit Paru Obstruktif kronis (PPOK) merupakan penyakit yang menyerang paru-paru, dan sangat beresiko pada laki-laki, lansia, dan menjadi perokok aktif. Pada pengabdian kali ini telah dilakukan penyuluhan terkait apa itu PPOK, dan faktor apa saja yang dapat menyebabkan PPOK, pada pasien dokter spesialis paru di salah satu rumah sakit swasta di Tangerang. Setelah penyuluhan para peserta mengetahui tentang PPOK, serta kondisi kesehatan para peserta, apakah memiliki potensi PPOK atau tidak ditinjau dari faktor penjamu (genetika, dan kondisi paru), serta faktor lingkungan (status sosial, kebiasaan merokok, kondisi polusi di lingkungan). Setelah mengetahui informasi tersebut, harapannya dapat memotivasi para peserta untuk hidup lebih sehat, dengan cara mengurangi merokok, menghindari lingkungan dengan polusi udara, dan olah raga secara teratur.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R., Siregar, S., Manurung, R., & Bolon, C. M. (2022). *Latihan Jalan Kaki Penderita Penyakit Paru. 1(2)*, 30–35.
- Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD). (2023). *Global strategy for the diagnosis, management, and prevention of COPD*. Retrieved from <https://goldcopd.org>
- López-Campos, J. L., Tan, W., & Soriano, J. B. (2016). Global burden of COPD. *Respirology, 21(1)*, 14-23. <https://doi.org/10.1111/resp.12660>
- Minidian, F. (2013). Terapi Gizi pada Lanjut Usia dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) Sains medika : jurnal kedokteran dan kesehatan. *Sains Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Universitas Islam Sultan Agung., 5(1)*, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung.
- Najihah, Theovena, E. M., Ose, M. I., & Wahyudi, D. T. (2023). Prevalence of Chronic Obstructive Pulmonary Disease based on demographic characteristics and severity. *Journal of Borneo Holistic Health, 6(1)*, 109–115. <http://180.250.193.171/index.php/borticalth/article/view/3550/2283>
- Oktaria, D., & Ningrum, M. S. (2017). Pengaruh Merokok dan Defisiensi Alfa-1 Antitripsin terhadap Progresivitas Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) dan Emfisema The Influence of Smoking and Alpha-1 Antitrypsin Deficiency to Progressivity of Chronic Obstruction Pulmonary Disease ( COPD ). *Majority, 6(2)*, 42–47.

- Permatasari, N., Saad, A., & Christianto, E. (2016). Gambaran Status Gizi pada Pasien PPOK yang Menjalani Rawat Jalan di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. *Jom Fk*, 3(2), 1-12.
- van der Molen, T. (2010). Co-morbidities of COPD in primary care: Frequency, relation to COPD, and treatment consequences. *Primary Care Respiratory Journal*, 19(4), 326-334. <https://doi.org/10.4104/pcrj.2010.00054>
- World Health Organization (WHO). (2022). *Chronic obstructive pulmonary disease (COPD)*. Retrieved from <https://www.who.int>