

PENDIDIKAN KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA USIA 16-18 TAHUN TENTANG KESEHATAN PARU

Nurul Imam¹

¹STIKes William Booth Surabaya. JL.Cimanuk No.20 Surabaya, Indonesia

Email : bungimam.ru@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan : Paru-paru organ pada sistem pernafasan yang berhubungan dengan sistem peredaran darah. Paru-paru berfungsi untuk menukar oksigen dari udara dengan karbonmonoksida dari darah. Penyakit paru merupakan salah satu penyakit yang menjadi masalah kesehatan di dunia. **Tujuan:** untuk menjelaskan, tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan paru. **Metode:** Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan paru. Evaluasi pengabdian masyarakat menggunakan metode *pre test* dan *post test* serta kuesioner sebagai alat instrumen dan dianalisis dengan *Paired T tes*. Jumlah peserta 208 orang dengan usia 16-18 Tahun. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS 22. **Hasil:** Pengabdian masyarakat ini menunjukkan pendidikan kesehatan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja usia 16-18 Tahun dengan nilai *P value* $0,000 < 0,05$. Ada perbedaan yang signifikan, sehingga terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap remaja akibat dari pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap remaja. **Kesimpulan :** Pendidikan kesehatan dapat dijadikan salah satu intervensi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan paru.

Keyword : Kesehatan Paru, Pengetahuan, Sikap, Remaja

ABSTRACT

Introduction: *The lungs are organs in the respiratory system associated with the circulatory system. The lungs function to exchange oxygen from the air with carbon monoxide from the blood. Lung disease is one of the diseases that become a health problem in the world.* **Objective:** *to explain, the level of knowledge and attitudes of adolescents about lung health.* **Method:** *The method used in this community service by providing health education about lung health. Evaluation of community service using pre-test and post-test methods as well as questionnaires as instruments and analyzed with Paired T tests. The number of participants was 208 people aged 16-18 years. Data analysis using SPSS 22 application.* **Results:** *This community service shows that health education has a significant influence on the level of knowledge and attitudes of adolescents aged 16-18 years with a P value of $0.000 < 0.05$. There are significant differences, so there is an increase in knowledge and attitudes of adolescents as a result of the influence of providing health education on adolescents.* **Conclusion:** *Health education can be used as an intervention to improve adolescent knowledge and attitudes about lung health.*

Keyword : Lung Health, Knowledge, Attitude, Adolescent

PENDAHULUAN

Penyakit paru dan pernapasan menjadi salah satu masalah kesehatan global di dunia (Susanto, 2018). Paru-paru merupakan salah satu organ yang sangat penting bagi kita dan harus dijaga kesehatannya. Diperlukan keinginan yang kuat dan perjuangan dalam menjaga kesehatan paru-paru (Nizaar, 2018). Sebab, di lingkungan sekitar terdapat berbagai pemicu yang bisa mengakibatkan paru-paru tak sehat. Pola hidup yang tidak sehat ini meliputi kebiasaan merokok, makan makanan instan, kurangnya aktifitas berolah raga dan lain sebagainya. Penyakit paru-paru beragam bentuknya, dapat dari paparan zat akibat dari pekerjaan dengan menghirup zat-zat beracun dan alergi, peradangan kronis yaitu asma bronkial serta penyakit pulmonari obstruktif klinik (Nizaar, 2018).

Rokok merupakan penyumbang terbesar kesakitan dan kematian akibat penyakit tidak menular (PTM) di seluruh dunia. Tren terbaru menyatakan bahwa rokok akan menyebabkan 8,4 juta kematian tiap tahun pada dekade yang akan datang (tahun 2020) atau meningkat 180% dari tahun 1999. Data Kementerian Kesehatan RI menunjukkan peningkatan prevalensi perokok dari 27% pada tahun 1995, meningkat menjadi 36,3% pada tahun 2013. Artinya, jika 20 tahun yang lalu dari setiap 3 orang Indonesia 1 orang di antaranya adalah perokok, maka dewasa ini dari setiap 3 orang Indonesia 2 orang di antaranya adalah perokok. Secara nasional prevalensi perokok tahun 2010 sebesar 34,7%. Prevalensi perokok tertinggi di Propinsi Kalimantan Tengah (43,2%) dan terendah di Sulawesi Tenggara sebesar (28,3%). Sedangkan prevalensi perokok tinggi pada kelompok umur 25-64 tahun dengan rentangan 37-38,2%, sedangkan penduduk kelompok

umur 15-24 tahun yang merokok tiap hari sudah mencapai 18,6%. Prevalensi perokok 16 kali lebih tinggi pada laki-laki (65,9%) dibandingkan perempuan (4,2%).⁹ Perokok yang berisiko menderita PPOK berkisar 15-20% (Susanto, 2018).

Salah satunya kebiasaan merokok berdampak pada kesehatan paru-paru, yaitu berkurangnya fungsi kapasitas paru mempengaruhi aliran udara pernafasan. Kapasitas paru adalah suatu kombinasi peristiwa peristaltik sirkulasi paru atau menyatakan dua atau lebih volume paru yaitu volume tidal, volume cadangan inspirasi dan volume cadangan ekspirasi. Kapasitas fungsi paru merupakan kesanggupan atau kemampuan paru dalam menampung udara di dalamnya. Gangguan sistem pernapasan ini akan menurunkan kemampuan fungsi paru, dimana gangguan terhadap fungsi paru ini dapat diketahui dengan pengukuran volume paru. Volume paru ini digunakan sebagai indikator untuk mengetahui kondisi dan kapasitas volume paru. Fungsi paru ditampilkan dalam bentuk kapasitas vital paru (Maria et al., 2015).

Sebagaimana di dalam asap sebatang rokok yang dihisap oleh perokok, tidak kurang dari 4000 zat kimia beracun. Zat kimia yang dikeluarkan ini terdiri dari komponen gas (85 persen) dan partikel. Nikotin, gas karbonmonoksida, nitrogen oksida, hidrogen sianida, amoniak, akrolein, asetilen, benzaldehid, urethan, benzen, methanol, kumarin, 4-etilkatekol, ortokresoldan perylene adalah sebaian dari beribu – ribu zat di dalam rokok. Jumlah kematian dan klaim perokok Menurut penelitian Organisasi Kesehatan dunia (WHO), setiap satu jam, tembakau rokok membunuh 560 orang diseluruh dunia. Kalau dihitung satu tahun terdapat 4,9 juta kematian di dunia yang disebabkan oleh tembakau rokok.

Kematian tersebut tidak terlepas dari 3800 zat kimia, yang sebagian besar merupakan racun dan karsinogen (zat pemicu kanker), selain itu juga asap dari rokok memiliki benzopyrene yaitu partikel-partikel karbon yang halus yang dihasilkan akibat pembakaran tidak sempurna arang, minyak, kayu atau bahan bakar lainnya yang merupakan penyebab langsung mutasi gen. Hal ini berbanding terbalik dengan sifat output rokok sendiri terhadap manusia yang bersifat abstrak serta berbeda dengan makanan dan minuman yang bersifat nyata dalam tubuh dan dapat diukur secara kuantitatif.

Dampak Merokok Akibat dari kebiasaan merokok sangat berbahaya bagi kesehatan dapat menimbulkan berbagai penyakit baik secara langsung maupun tidak langsung antara lain menyebabkan perubahan struktur dan fungsi saluran napas serta jaringan paru-paru akibatnya terjadi perubahan anatomi saluran napas yang akan timbul pada perubahan fungsi paru-paru dengan segala macam gejala klinisnya atau menyebabkan penyakit Obstruksi Paru Menahun (PPOM) seperti emfisema paru-paru, bronkitis kronis dan asma yang penyebab utama timbulnya kanker paru adalah asap rokok (Tandra (2003), dalam Depkes RI (2010)).

Remaja merupakan bagian dari kelompok masyarakat yang produktif tersebut di atas. Penentuan keputusan tentang baik tidaknya sesuatu, termasuk sikap dan perilaku terhadap suatu penyakit, sudah dapat ditentukan sejak seseorang menginjak usia remaja, seperti yang dapat dilihat dari definisi bahwa remaja merupakan tingkat yang kritis dalam kehidupan, ketika keputusan yang berhubungan dengan karir dan peran dalam kehidupan mulai dibuat (Manalu* & Pusat, 2016). Pada saat ini mulai banyak program yang dibuat untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap

remaja tentang penyakit paru. Melihat latar belakang di atas, tulisan ini dibuat untuk mengetahui pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan paru dari kelompok umur produktif yaitu remaja di SMA N 19 Surabaya.

METODE

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan paru. Penulis melakukan analisis dengan menggunakan metode *pre-experimental design tipe one group pretest-posttest* (Nursalam, 2020). Di dalam rancangan ini dilakukan tes sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberi perlakuan disebut pre tes dan sesudah perlakuan disebut post tes (Sugiyono, 2012). Peserta pengabdian masyarakat berjumlah 208 remaja berusia 16 -18 Tahun. Pelaksanaan pendidikan kesehatan ini dilakukan dengan tiga topik yang masing-masing berdurasi 2x50 menit yang kemudian dilanjutkan dengan evaluasi terhadap remaja. Evaluasi dilakukan pada awal dan akhir pelatihan dengan melakukan *pre test* dan *post test* pada hari yang sama dengan kuesioner tentang pengetahuan dan sikap tentang kesehatan paru pada remaja.

HASIL DAN ANALISIS

Peserta sosialisasi dan pendidikan kesehatan ini adalah remaja yang rerata usianya 16.79 tahun. Sebagian besar adalah remaja perempuan (53,8%) dengan jurusan IPA (68,3%) (Tabel 1).

Tabel 1. Data demografi

Karakteristik	n	F (%)	Mean
Usia			
16	54	26.0	
17	143	68.8	16.79
18	11	5.3	
Jenis kelamin			
Laki - Laki	96	46.2	-

Karakteristik	n	F (%)	Mean
Perempuan	112	53.8	
Jurusan			
IPS	66	31.7	-
IPA	142	68.3	

Uji Beda Paired T test diketahui dari 208 responden didapatkan tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan paru pada nilai pre test nilai rata-rata yaitu 18.45 dan pada nilai post test nilai rata-rata yaitu 19.34. Dari hasil uji T test didapatkan nilai -8.028. Nilai *p value* didapatkan hasil 0,000 yang berarti < 0,05. Artinya ada perbedaan signifikan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan (Tabel 2).

Tabel 2. Data distribusi tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan paru (n=208).

Variabel	Mean+SD	P Value
Pengetahuan	Sebelum 18.45+1.544	0.000
	Sesudah 19.34+1.725	

Uji Beda Paired T test diketahui dari 208 responden didapatkan sikap remaja tentang kesehatan paru pada nilai pre test nilai rata-rata yaitu 28.93 dan pada nilai post test nilai rata-rata yaitu 31.23. Dari hasil uji T test didapatkan nilai -9.486. Nilai *p value* didapatkan hasil 0,000 yang berarti < 0,05. Artinya ada perbedaan signifikan sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan (Tabel 3).

Tabel 3. Data distribusi tingkat Sikap remaja tentang kesehatan paru

Variabel	Mean+SD	P Value
Sikap	Sebelum 28.93+5.357	0.000
	Sesudah 31.23+5.828	

PEMBAHASAN Usia

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden 17 tahun sebesar 68,8 %. Di Indonesia busia pertama kali merokok pada remaja yaitu pada kelompok umur 15-19 tahun sebesar 50 % (Kemenkes RI, 2014). Perilaku ini dimulai pada masa remaja dan meningkat menjadi perokok tetap dalam kurun waktu beberapa tahun (Tulenan *et al.*, 2015) Remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangan, yaitu masa dimana remaja mencari jati dirinya (Komasari & Helmi, 2011).

Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Paru

Hasil analisa pengaruh dengan menggunakan uji statistic didapatkan nilai *p value* 0,000 < 0,05 yang artinya ada perbedaan signifikan pengetahuan tentang kesehatan paru sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Firmansyah, Jahidin and Najamuddin (2019) mengatakan bahwa penyuluhan bahaya rokok mempengaruhi pengetahuan bahaya rokok pada remaja. Kusumawati (2021) mengatakan ada perbedaan pengetahuan remaja sebelum dan setelah penyuluhan bahaya rokok, remaja yang memiliki pengetahuan baik meningkat menjadi 56,3%, yang artinya ada pengaruh penyuluhan bahaya rokok terhadap pengetahuan remaja setelah diberikan penyuluhan diharapkan remaja memiliki motivasi untuk berhenti merokok dan berbagi informasi bahaya rokok kepada orang lain.

Sikap Remaja Tentang Kesehatan Paru

Hasil analisa pengaruh dengan menggunakan uji statistic didapatkan nilai *p value* 0,000 < 0,05 yang artinya

ada perbedaan signifikan tentang sikap terkait kesehatan paru sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Adam, Engkeng and Rattu (2019) menjelaskan bahwa ada pengaruh pemberian penyuluhan tentang bahaya merokok terhadap sikap peserta didik laki-laki di SMK Cokroaminoto kota Manado. Sikap pelajar dapat berubah karena penyuluhan bersifat mempengaruhi pengetahuan seseorang dengan materi bahaya merokok.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Kesehatan Paru

Masa remaja ditandai oleh perubahan fisik, emosional, intelektual, seksual dan sosial. Perubahan tersebut dapat mengakibatkan dampak-dampak berikut: pencarian jati diri, pemberontakan, pendirian yang labil, minat yang berubah-ubah, mudah terpengaruh mode, konflik dengan orang tua dan saudara, dorongan ingin tahu dan mencoba yang kuat, pergaulan intens dengan teman sebaya dan membentuk kelompok sebaya yang menjadi acuanya, sehingga remaja mudah terjerumus dalam segala bentuk kenakalan (Amanda *et al.*, 2017) Remaja usia 12-15 tahun merupakan usia yang identik dengan coba-coba, misalnya mencoba untuk merokok dan mungkin perilaku menyimpang lainnya, sehingga remaja membutuhkan himbuan dari orang terdekat untuk memberi pengarahan tentang bahaya perilaku yang menyimpang (Notoadmojo, 2010).

Pendidikan kesehatan merupakan penerapan pendidikan di dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan atau meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri

(Notoadmojo, 2010). Pendidikan kesehatan yang dimaksud dalam artikel ini adalah pendidikan kesehatan yang berkaitan dengan kesehatan paru. Pendidikan kesehatan adalah salah satu cara untuk mempromosikan kesehatan, pendidikan kesehatan mempunyai tujuan untuk memberi informasi dalam rangka merubah perilaku individu atau masyarakat kearah perilaku hidup sehat (Tumigolung *et al.*, 2013). Pemberian informasi yang akurat dan tepat sangat penting bagi remaja dalam membentuk sikap terhadap sesuatu yang dihadapi. Perubahan sikap dapat dipengaruhi oleh informasi yang didapat melalui pengetahuan, sikap, dan praktik (Carolina & Tarigan, 2019).

KESIMPULAN

Hasil analisa data dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan kesehatan paru pada remaja . Hal ini membuktikan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap remaja akibat dari pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang pentingnya kesehatan paru.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, R. E. P., Engkeng, S., & Rattu, A. J. . (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Terhadap Sikap Peserta Didik Laki-Laki Di SMK Cokroaminoto Kota Manado. *Kesmas*, 8(7), 72–78.
- AMANDA, M. P., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Penyalahgunaan Narkoba Di Kalangan Remaja (Adolescent Substance Abuse). *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 339–345.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14392>
- Carolina, P., & Tarigan, Y. U. (2019).

- Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja dalam Pencegahan Penyalahgunaan NAPZA di SMA Katolik St. Petrus Kanisius Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 4(2), 79–87. <https://doi.org/10.33084/jsm.v4i2.608>
- Firmansyah, A., Jahidin, A., & Najamuddin, N. I. (2019). Efektivitas Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Leaflet Dan Video Bahasa Daerah Terhadap Pengetahuan Bahaya Rokok Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 80–86. <https://doi.org/10.35907/jksbg.v11i1.138>
- Kemendes RI. (2014). Pedoman Manajemen Pelayanan Kesehatan. In *Jakarta: Kementerian Kesehatan RI*.
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2011). Faktor Penyebab Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37–47.
- Kusumawati, N. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Bahaya Rokok terhadap Pengetahuan Remaja Masjid Raya KH. Hasyim Asy'ari tahun 2021. *Ilmu Kesehatan*, 4(1), 6.
- Manalu*, K. F. dan H. S., & Pusat. (2016). Pengetahuan Dan Sikap Tentang Penyakit Tb Paru Pada Remaja Di Kabupaten Tangerang Tahun 2009 Kenti. <https://Medium.Com/>, 42(1), 37–45. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Maria, G., Muningsar, J., & A, M. R. S. S. N. (2015). Analisis Kapasitas Paru dan Aliran Udara Pernafasan Manusia yang Mempunyai Kebiasaan Merokok dan Tidak Merokok. *Prosiding Seminar Nasional Fisika Dan Pendidikan Fisika (SNFPF) Ke-6*, 6, 57–62.
- Nizaar, F. (2018). *Menjaga Kesehatan Paru-Paru*. Dinas Kesehatan Buleleng. <https://dinkes.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/menjaga-kesehatan-paru-paru-25>
- Notoadmojo. (2010). *Pendidikan Kesehatan Tentang Rokok Pada Remaja*. Rhineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (5th ed.). Salemba Medika.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. ALFABETA.
- Susanto, A. D. (2018). *Pers Release Perhimpunan Dokter Paru Indonesia dalam rangka Hari Paru Sedunia (WORLD LUNG DAY) 2018*. The Indonesian Society Respirology. <https://www.klikpdpi.com/index.php?mod=article&sel=8615>
- Tulenan, M., Rompas, S., & Ismanto, A. (2015). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Perokok Di Sma Negeri 1 Remboken. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 109235.
- Tumigolung, H., Wungouw, H., & Onibala, F. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Bahaya Merokok Di Sma Negeri 1 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 1(1), 110250.