

KENALI PENYAKIT PARU OSTRUKTIF KRONIK (PPOK)

RECOGNIZE CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE (COPD)

Diana Laila Ramatillah^{1*}, Shinta Devi¹, Nurfinta Yanti¹, Aulia Nabiilah¹, Rahma Intan
Yuanasari¹, Kurnia Dwi Julianti¹

¹Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, Jakarta Utara, Indonesia, 14350

* Email: diana.ramatillah@uta45jakarta.ac.id

Diterima : dikosongkan

Direvisi : dikosongkan

Disetujui : dikosongkan

Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh mahasiswa prodi profesi apoteker secara daring karena terkendala pandemic COVID-19. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan agar masyarakat memahami dan mengetahui PPOK. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan memanfaatkan teknologi digital, yaitu Zoom Meeting dengan total peserta 45 orang. Abdimas dilaksanakan pada tanggal 19 November 2021 jam 09.00 – 10.00 WIB. Abdimas ini menghasilkan masyarakat yang memiliki pengetahuan dan mampu. Metode penelitian : Indikator dari webinar ini didapat dari hasil pengisian post test melalui *google form* oleh peserta yang diisi setelah acara webinar berlangsung. Hasil : Penyakit PPOK selayaknya mendapatkan pengobatan yang baik dan terutama perawatan yang komprehensif, semenjak serangan sampai dengan perawatan di rumah sakit. Dan yang lebih penting adalah perawatan untuk memberikan pengetahuan dan pendidikan kepada pasien dan keluarga tentang perawatan dan pencegahan serangan berulang pada pasien PPOK di rumah.

Kata Kunci : Jurnal Pengabdian, PPOK, Webinar, Penyakit Paru, Kronik

Abstract

Community service is carried out by online pharmacist professional study program students due to the constraints of the COVID-19 pandemic. This community service aims to make people understand and know COPD. Community service activities are carried out by utilizing digital technology, namely Zoom Meetings with a total of 45 participants. Adimas will be held on November 19, 2021 at 09.00 – 10.00 WIB. This Abdimas produces people who are knowledgeable and capable. Research method: The indicators of this webinar are obtained from the results of filling out the post test via *google form* by participants who are filled in after the webinar event takes place. Result : COPD should receive good treatment and especially comprehensive care, from the onset to hospitalization. And more importantly care to provide knowledge and education to patients and families about the treatment and prevention of recurrent attacks in COPD patients at home.

Keywords: Journal of Devotion, COPD, Webinar, Lung Disease, Chronic

PENDAHULUAN

Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta selaku lembaga pendidikan yang mempunyai kewajiban melaksanakan tridharma perguruan tinggi, yaitu salah satunya dengan mengadakan Pengabdian kepada Masyarakat.

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015, menyatakan bahwa Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan penyebab utama keempat morbiditas kronis dan kematian di Amerika Serikat, dan diproyeksikan akan menjadi peringkat kelima pada tahun 2020 sebagai beban penyakit di seluruh dunia. Pada tahun



2020, diperkirakan 65 juta penduduk dunia menderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) sedang sampai berat, dimana lebih dari 3 juta orang meninggal karena Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), dan menyumbang 6% dari seluruh penyebab kematian (Dipiro, et al, 2015). Prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) di negara-negara Asia Tenggara diperkirakan 6,3% dengan prevalensi tertinggi terdapat di Vietnam (6,7%) dan China (6,5%). Indonesia dalam Riskesdas Tahun 2013, menyebutkan bahwa prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) sebesar 3,7 persen per mil, dengan prevalensi lebih tinggi pada laki-laki yaitu sebesar 4,2%, prevalensi PPOK di Jawa Barat sebesar 4% dan prevalensi PPOK di DKI Jakarta sebesar 2,7% (Akmaliyah, 2013).

Banyak penderita PPOK datang ke dokter saat penyakit itu sudah lanjut. Padahal, sampai saat ini belum ditemukan cara yang efisien dan efektif untuk mendeteksi PPOK. Menurut Dr Suradi, penyakit PPOK di Indonesia menempati urutan ke-5 sebagai penyakit yang menyebabkan kematian. Dan kondisi ini tanpa disadari, angka kematian akibat PPOK ini makin meningkat. Prevalensi PPOK diperkirakan akan terus meningkat sehubungan dengan peningkatan usia harapan hidup penduduk dunia, pergeseran pola penyakit infeksi yang menurun sedangkan penyakit degeneratif meningkat serta meningkatnya kebiasaan merokok dan polusi udara. WHO (2013) memprediksi bahwa PPOK yang saat ini merupakan penyebab kematian ke-4 di seluruh dunia diperkirakan pada tahun 2020 akan menjadi penyebab kematian ketiga di seluruh dunia (Purnomo et al., 2017).

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) akan meningkat dengan meningkatnya usia, prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) ini juga lebih tinggi pada pria dari pada wanita, namun demikian terdapat kecenderungan meningkatnya prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada wanita, terkait dengan gaya hidup wanita yang merokok, prevalensi Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) lebih tinggi pada negara-negara di mana merokok merupakan gaya hidup, yang menunjukkan bahwa rokok merupakan faktor resiko utama. Kematian akibat Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) sangat rendah pada pasien usia dibawah 45 tahun, dan meningkat dengan bertambahnya usia (Oemiati, 2013)

Gejala klinis PPOK antara lain batuk, produksi sputum, sesak nafas dan keterbatasan aktivitas. Ketidakmampuan beraktivitas pada pasien PPOK terjadi bukan hanya akibat dari adanya kelainan obstruksi saluran nafas pada parunya saja tetapi juga akibat pengaruh beberapa faktor, salah satunya adalah penurunan fungsi otot skeletal, adanya disfungsi otot skeletal dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup penderita karena akan membatasi kapasitas latihan dari pasien PPOK. Penurunan aktivitas pada kehidupan sehari hari akibat sesak napas yang dialami pasien PPOK akan mengakibatkan makin memperburuk kondisi tubuhnya (Sitorus, 2019).

Penyakit PPOK selayaknya mendapatkan pengobatan yang baik dan terutama perawatan yang komprehensif, semenjak serangan sampai dengan perawatan di rumah sakit. Dan yang lebih penting adalah perawatan untuk memberikan pengetahuan dan pendidikan kepada pasien dan keluarga tentang perawatan dan pencegahan serangan berulang pada pasien PPOK di rumah. Atas dasar itulah itulah Mahasiswa mata kuliah Farmakoterapi Terapan tahun 2021 Program studi Profesi Apoteker Fakultas Farmasi Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk Seminar daring (Webinar) berjudul “Kenali Penyakit Paru Ostruktif



Kronik (PPOK)” dengan pembicara Aulia Nabiilah, S.Farm yang merupakan mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker.

METODE

Pendaftaran peserta dilakukan melalui google form dimana ada sebanyak 55 peserta yang mendaftar. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan seminar daring (webinar) menggunakan room Zoom Meeting selama 1 jam dengan metode ceramah yang disampaikan oleh pembicara yaitu Aulia Nabiilah, S.Farm yang merupakan mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker, kemudian dilanjutkan sesi diskusi dimana peserta webinar dipersilahkan bertanya melalui kolom komentar room dengan format Nama_Instansi_Pertanyaan. Selain itu, para peserta yang mengikuti webinar yaitu mendapatkan ilmu yang bermanfaat serta *e-certificate* yang diberikan 3 hari setelahacara berlangsung melalui *Google Drive*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan salah satu penyakit yang memiliki angka kematian dan kesakitan yang tinggi di dunia. Dimana peringkat kelima pada tahun 2020 sebagai beban penyakit di seluruh dunia. Pada tahun 2020, diperkirakan 65 juta penduduk dunia menderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) sedang sampai berat, dimana lebih dari 3 juta orang meninggal karena Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), dan menyumbang 6% dari seluruh penyebab kematian, dan juga berkaitan erat dengan beban sosial dan ekonomi di masyarakat (Purnomo et al., 2017). Penyakit ini lebih sering dialami laki-laki dibandingkan perempuan dan kebanyakan penderita PPOK berusia diatas 40 tahun. Penyakit PPOK memiliki hubungan yang berbanding lurus dengan rokok, semakin banyak dan semakin lama rokok yang dihisap maka resiko untuk timbulnya PPOK semakin meningkat. Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) adalah suatu penyakit yang ditandai dengan adanya obstruksi aliran udara yang disebabkan oleh bronchitis kronis atau emfisema. Obstruksi aliran udara pada umumnya progresif kadang diikuti oleh hiperaktivitas jalan nafas dan kadangkala parsial reversibel, sekalipun emfisema dan bronchitis kronis harus didiagnosa dan dirawat sebagai penyakit khusus, sebagian besar pasien PPOK mempunyai tanda dan gejala kedua penyakit tersebut (Soeroto & Suryadinata, 2014).

Sebanyak 14 juta orang Amerika terserang PPOK dan Asma sekarang menjadi penyebab kematian keempat di Amerika Serikat. Lebih dari 90.000 kematian dilaporkan setiap tahunnya. Rata-rata kematian akibat PPOK meningkat cepat, terutama pada penderita laki-laki lanjut usia. Angka penderita PPOK di Indonesia sangat tinggi (Sajinadiyasa et al., 2010).

Berikut beberapa pertanyaan dari peserta webinar beserta jawaban langsung dari pemater.

1. Pemeriksaan apa yang harus dilakukan untuk menunjang diagnosis PPOK?

Jawab :

- a. Spirometri adalah pemeriksaan yang dilakukan untuk mengukur secara obyektif kapasitas/fungsi paru (ventilasi) pada pasien dengan indikasi medis. Alat yang digunakan disebut spirometer
- b. Radiologi (Rontgen Thoraks)
- c. Bila eksaserbasi akut: analisis gas darah, DPL, Sputum gram, Kultur MOR



2. Apakah perokok aktif ataupun pasif dapat terkena penyakit PPOK ?

Jawab :

Merokok merupakan suatu hal yang berbahaya bagi kesehatan. Merokok dapat berbahaya baik untuk orang yang merokok ataupun orang yang menghirup asap rokok (perokok pasif). Merokok pasif juga dapat berbahaya ya, merokok pasif juga dapat menyebabkan terjadinya PPOK ya. Selain itu merokok pasif juga dapat menyebabkan terjadinya bronkitis dan kanker paru ya. Sehingga disarankan agar anda menghindari jika ada paparan asap rokok ya. Penting juga untuk olahraga teratur.

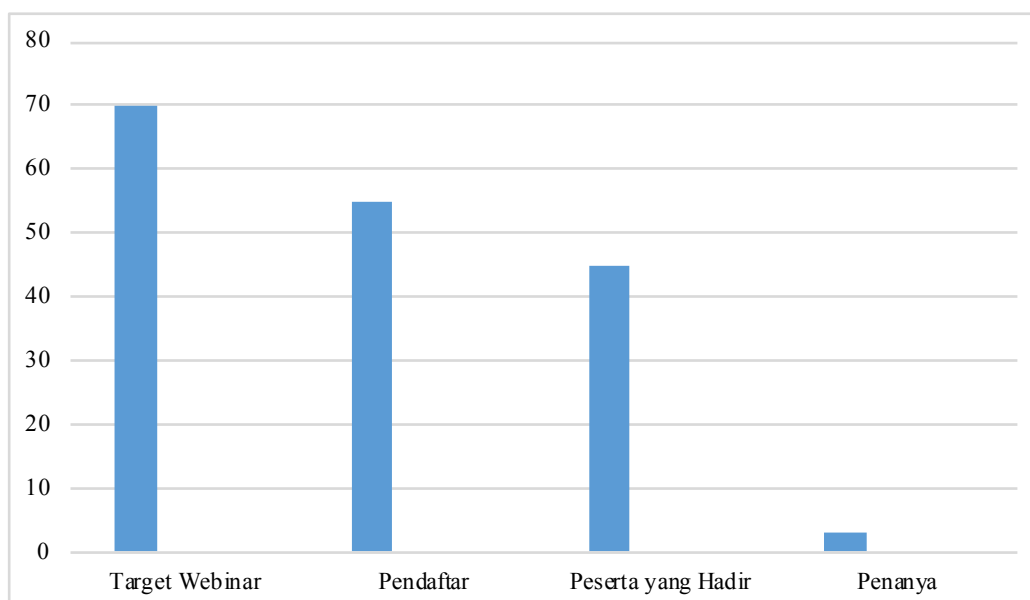
3. Bagaimana cara untuk mencegah terjadinya PPOK ?

Jawab :

Untuk melindungi diri Anda dari PPOK, ada beberapa langkah pencegahan yang bisa dilakukan, antara lain:

- a. Menghentikan kebiasaan merokok dan selalu jauhi asap rokok
- b. Menghindari paparan debu, asap, polusi, atau polutan lain, terutama bila Anda bertempat tinggal atau bekerja di lingkungan dengan kualitas udara yang buruk
- c. Menjalani vaksinasi flu dan vaksinasi pneumokokus untuk mencegah dan mengurangi risiko infeksi pada saluran pernapasan dan paru-paru
- d. Menerapkan gaya hidup sehat dengan rutin berolahraga, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, dan cukup minum air putih (sekitar 8 gelas per hari).

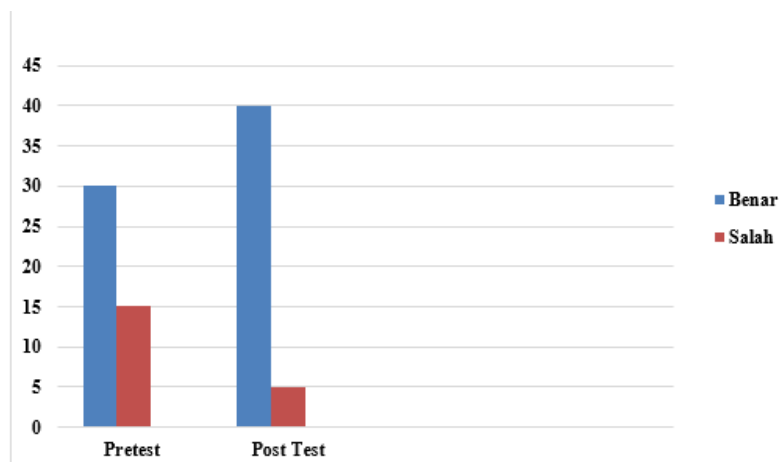
Berdasarkan data yang diperoleh target peserta dari webinar ini adalah sebanyak 70 orang peserta, tetapi yang mendaftar melalui google form yang sudah kami sebarkan adalah sebanyak 55 orang peserta. Selama webinar dilaksanakan berdasarkan link absensi yang kami bagikan ada sebanyak 45 orang peserta yang menghadiri webinar sedangkan peserta yang bertanya ada sebanyak 3 orang.



Gambar 1. Perbandingan Data Peserta Webinar

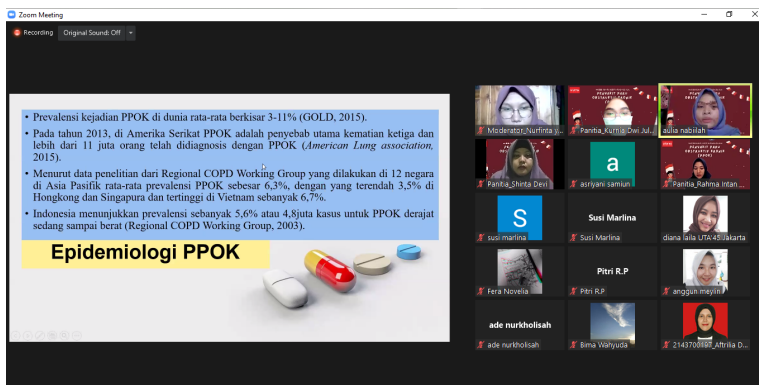
Indikator keberhasilan dari webinar ini didapat dari hasil pengisian post test melalui *google form* oleh peserta yang diisi setelah acara webinar berlangsung. Berdasarkan hasil yang didapat, persentase keberhasilan webinar yang dilihat dari hasil post test mencapai 86%.

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui webinar menggunakan *Zoom Meetings*. 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 lima soal dengan pilihan ganda. Berdasarkan hasil pengisian *google form* maka didapatkan hasil kuisisioner dari 45 peserta webinar PPOK sebagai berikut :



Gambar 2. Perbandingan Hasil *Pre-test* dan *Post-test*.

Data yang ditampilkan pada grafik berikut merupakan rata-rata persentase benar dari 45 orang peserta yang berpartisipasi. Dari ke 45 orang peserta yang terdiri dari 30 mahasiswa dan 15 masyarakat umum. Dapat dilihat dari data diatas pada pre-test jumlah peserta yang salah adalah 15 orang dan benar 30 orang saja. Pada post-test terdapat kenaikan pada jumlah jawaban yang benar menjadi 40 orang dan salah hanya 5 orang. Salah satu faktor yang mempengaruhi pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan adalah cara penyampaian dari pemateri yang ringan, lugas dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami peserta.



Gambar 2. Pemaparan Materi Webinar oleh Aulia Nabillah, S.Farm

Keberhasilan webinar kenali Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) merupakan sesuatu yang diinginkan oleh semua pihak baik panitia, narasumber serta masyarakat yang mengikuti jalannya webinar. Keikutsertaan masyarakat dan keaktifan masyarakat selama webinar berlangsung sangat menunjang keberhasilan webinar. Pemaparan materi diberikan oleh narasumber dan pada sesi tanya jawab yang diajukan oleh masyarakat dijawab langsung oleh narasumber berjalan lancar dan kondusif. Data grafik yang diperoleh dari hasil pre-test dan post-test mendapatkan hasil yang baik yaitu 86% tingkat keberhasilan webinar.

KESIMPULAN

Dengan diadakannya webinar ini serta menghadirnya narasumber dapat menambah pemahaman masyarakat mengenai penyakit PPOK ini serta cara menangani dan mengobati penyakit ini. Pengetahuan dan pemahaman masyarakat yaitu tentang pencegahan penyakit PPOK 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. Sehingga membuat masyarakat memiliki gambaran apa yang harus mereka perbuat mengenai penyakit ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Brashers, Valentina L. 2007. Aplikasi Klinis Patofisiologi Pemeriksaan dan Manajemen Edisi 2. Jakarta : EGC Buku Kedokteran.
- Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. 2009. Global Strategy for The Diagnosis, Management, and Prevention of Chronic Obstructive Pulmonary Disease. Barcelona: Medical Communications Resources. Available from: <http://www.goldcopd.org>
- Perhimpunana Dokter Paru Indonesia. 2011. PPOK Diagnose Dan Penatalaksanaan Edisi Buku Lengkap. PDPI. Jakarta.
- Akmaliyah, M. (2013). kemenkes RI. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Oemiati, R. (2013). Kajian Epidemiologis Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok). *Media of Health Research and Development*, 23(2), 82–88. <https://doi.org/10.22435/mpk.v23i2.3130.82-88>
- Purnomo, D., Abidin, Z., & Ardianto, R. (2017). Pengaruh Nebulizer, Infrared Dan Terapi Latihan Pada Penyakit Paru Obstruktif Kronik (Ppok) Et Causa Asma Bronkial. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 1(2), 60–69. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v1i2.61>
- Sajinadiyasa, I., Bagiada, I., & Ngurah Rai, I. (2010). Prevalensi Dan Risiko Merokok Terhadap Penyakit Paru Di Poliklinik Paru Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar. *Journal of Internal Medicine*, 11(2).
- Sitorus, S. (2019). Penerapan Praktik Keperawatan Berbasis Bukti Pursed Lip Breathing Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik Di Ruang Rsu Pusat Persahabatan Jakarta. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 2(2), 43–51. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v2i2.857>
- Soeroto, A. Y., & Suryadinata, H. (2014). Penyakit Paru Obstruktif Kronik. *Ina J Chest Crit and Emerg Med*, 1(2), 83–90.

