

Edukasi Latihan Batuk Efektif pada Penderita TB Paru dengan Masalah Ketidakefektifan Bersihkan Jalan Nafas

Effective Coughing Exercise Education for Pulmonary TB Patients with Ineffective Airway Clearance Problems

Sri Legawati¹, Khairunnisa Batubara^{2*}, R. Sri Rezeki³

^{1,2,3}Akper Gita Matura Abadi Kisaran, Indonesia

*Korespondensi penulis: khairunnisa.batubara15@gmail.com

Article History:

Received: Maret 02, 2025

Revised: Maret 19, 2025

Accepted: April 05, 2025

Online Available: April 08, 2025

Keywords: Airway, Effective Cough Exercises, Pulmonary Tuberculosis.

Abstract: One of the infectious diseases that is a problem in the world is Pulmonary TB with the main symptoms of shortness of breath, chest pain when coughing and breathing due to airway obstruction. If not treated, it can cause death, so it needs treatment, one of which is with effective coughing exercises. The activity begins with measuring the respiratory rate, then effective coughing exercise therapy. Education is carried out to relieve the respiratory tract by expelling sputum for Pulmonary TB sufferers and in collaboration with local village officials. The method used in this activity is counseling on effective coughing exercises from a team of nursing lecturers and nursing students during Field Learning Practices of 32 respondents. The results obtained from respondents before being given education were 32 people with a high respiratory rate $> 25x / \text{minute}$ and after education there was a change in the normal range of $23-25x / \text{minute}$ as many as 26 people and 6 others with a high respiratory rate $> 25x / \text{minute}$. The output of the PkM that has been implemented is expected to increase the respiratory rate after effective coughing exercises are applied in the community.

Abstrak

Penyakit menular yang menjadi masalah di dunia salah satunya adalah TB Paru dengan gejala utamanya sesak nafas, nyeri dada saat batuk dan bernafas karena adanya sumbatan jalan nafas. Jika tidak diatasi bisa dapat menyebabkan kematian, sehingga perlu penanganan salah satunya dengan latihan batuk efektif. Kegiatan berawal dari pengukuran frekuensi nafas, lalu terapi latihan batuk efektif. Edukasi dilakukan untuk meringankan jalan nafas dengan pengeluaran sputum bagi penderita TB Paru dan bekerjasama dengan perangkat desa setempat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan tentang latihan batuk efektif dari tim dosen keperawatan dan mahasiswa keperawatan saat Praktik Belajar Lapangan sebanyak 32 responden. Diperoleh hasil dari responden sebelum diberikan edukasi terdapat 32 orang dengan frekuensi nafas tinggi $> 25x/\text{menit}$ dan sesudah edukasi terjadi perubahan dalam rentang batas normal $23-25x/\text{menit}$ sebanyak 26 orang dan 6 orang lainnya dengan frekuensi nafas yang tinggi $> 25x/\text{menit}$. Luaran dari PkM yang telah dilaksanakan diharapkan dapat meningkatkan frekuensi nafas setelah diterapkan latihan batuk efektif di masyarakat.

Kata Kunci: Jalan Nafas, Latihan Batuk Efektif, TB Paru.

1. PENDAHULUAN

Penyakit menular dikarenakan kuman yang tidak hanya menyerang paru-paru, tetapi organ tubuh lainnya dengan cara batuk, bersin, berbicara, ataupun melalui udara sering dikatakan sebagai TB Paru. Kasus TB Paru ini masih menjadi masalah bagi masyarakat dan sebagai penyebab kematian di seluruh dunia jika tidak diatasi (Inayah, S., & Wahyono, 2019). Penderita akan batuk berdahak selama kurang lebih 2 minggu, bahkan ada yang bercampur darah, sesak nafas, berkurangnya nafsu makan, penurunan berat badan, demam meriang lebih dari satu bulan, berkeringat pada malam hari merupakan gejala utama yang dirasakan penderita TB Paru (Hartati, 2019).

Pelaporan (WHO., 2022) terkait TB ada 10 juta, dengan klasifikasi pria sebanyak 58% juta, wanita 32% juta bahkan anak-anak sebesar 10%. Negara terbanyak penderita TB adalah India sebesar 27%, Cina 9%, Indonesia 8%. Seluruh provinsi di Indonesia diduduki oleh laki-laki sebanyak 60,45% dan 39,55% kasus TB (Floyd, K., Glaziou, P., Zumla, A., & Raviglione, 2018). Jawa Barat sebanyak 105.794 kasus, Jawa Timur sebesar 71.791 kasus, Jawa Tengah sebanyak 65.014 kasus, DKI Jakarta sebesar 41.441 kasus dan Sumatera Utara sebesar 35.035 kasus dari Provinsi di Indonesia berkontribusi lebih dari 50% penderita TB Paru (WHO., 2019). (Kemenkes RI., 2022) menjelaskan bahwa di Indonesia kasus TBS terbanyak di kelompok umur 25-34 tahun secara global, terutama pada usia produktif 45-54 tahun.

Upaya untuk penurunan angka kasus TB di Indonesia tahun 2020-2024 dan akan mengakhiri epidemi TB tahun 2050 sudah menjadi komitmen Indonesia pada penduduk (Kemenkes RI., 2020). Sehingga dibutuhkan peran masyarakat untuk hal tersebut dengan cara salah satunya adalah menetralisir penyebabnya, kemudian meningkatkan pengetahuan tentang tindakan latihan batuk efektif bagi penderita maupun anggota keluarga yang sudah terpapar TB Paru agar jalan nafas menjadi efektif dengan tujuan membersihkan laring, trachea, bronkiolus dari sekret yang menghalangi jalur nafas (Sartiwi, W., Nofia, V. R., & Sari, 2019).

Batuk yang efektif dapat dilakukan dengan perencanaan atau dilatih sebelumnya untuk peningkatan ekspansi paru, mobilisasi sekret, pencegahan efek samping retensi sekret (Tarigan, 2019), karena batuk efektif ialah metode batuk yang dilakukan penderita TB dapat mengeluarkan energi dan dahak secara maksimal (Jumriana, Hasanuddin, F., & Suarniati, 2023).

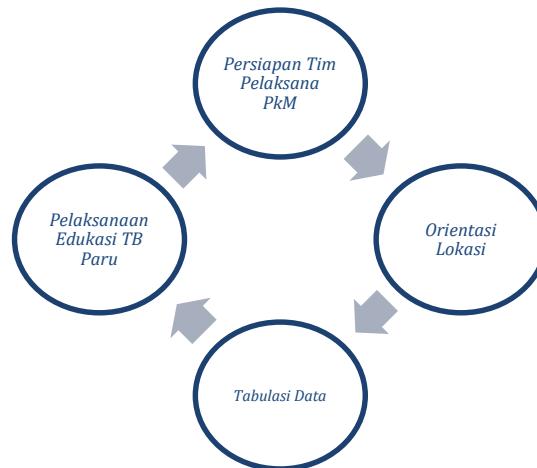
Perawat sangat penting memberikan edukasi pada masyarakat dikarenakan jumlah penderita TB Paru didaerah tertentu bahkan kasus penderita yang berulang ke RS dan banyak

mengakui belum banyak terpapar informasi tentang latihan batuk efektif. Karena hal tersebut Dengan demikian tim pengabdian masyarakat tertarik melakukan PkM tentang Edukasi Latihan Batuk Efektif pada Penderita TB Paru di Dusun V Desa Pertahanan Kecamatan Sei Kepayang.

2. METODE

Persiapan yang dilakukan tim PkM dengan pengamatan, wawancara pada masyarakat dan keluarga penderita TB, Orientasi Lokasi, tabulasi data, dan dilanjutkan dengan edukasi dengan metode ceramah dan sesi tanya jawab, penyusunan laporan dan diakhiri dengan publikasi. Harapan dari kegiatan ini masyarakat dapat mengimplementasikan latihan batuk efektif untuk dirinya sendiri sebagai penderita maupun anggota keluarga yang menderita.

Diagram:

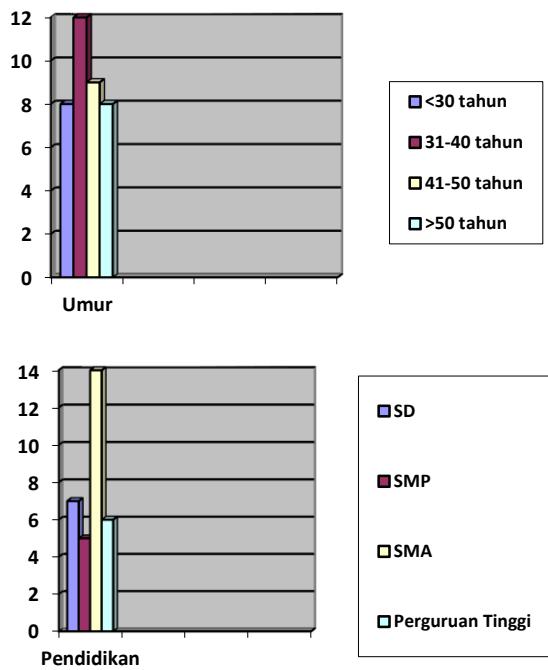


Gambar 1. Diagram Alur Edukasi

3. HASIL

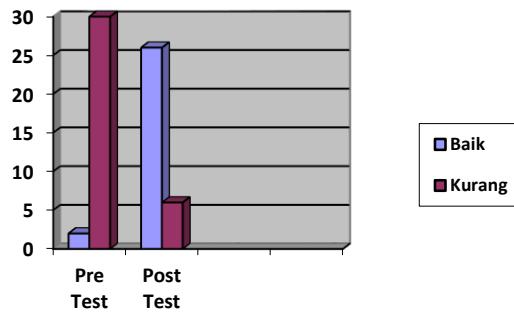
Kegiatan dilakukan pada hari Jumat/14 Februari 2025 pukul 09.00-10.00 wib dibantu oleh mahasiswa yang sedang PBL dengan melibatkan Dosen. Kegiatan PkM diawali oleh sambutan dari Dosen, kemudian perangkat desa dan selesai dengan lancar.

Hasil yang didapatkan dari kegiatan PkM di Dusun V Desa Pertahanan Kecamatan Sei Kepayang sebagai berikut:



Grafik. 1 Karakteristik Responden Peserta Kegiatan PkM

Grafik 1 menjelaskan bahwa mayoritas responden berumur 31-45 tahun 12 orang Dan berpendidikan SMA sebesar 14 orang.



Grafik 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan (n=32)

Grafik 2 menunjukkan hasil kurang baik sebelum adanya edukasi sebanyak 30 orang dan kategori baik sebanyak 2 orang, namun setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 26 orang pada kategori baik, dan hanya 6 orang pada kategori kurang.

4. DISKUSI

Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat di Dusun V Desa Pertahanan Kecamatan Sei Kepayang dan dapat dibuktikan dengan adanya kuesioner pengetahuan yang telah diisi oleh responden. Hal ini didukung oleh (Syaharuddin, Dardin, 2023) bahwa hasil pretes 62% dan posttes sebanyak 89%. Sama halnya dengan temuan (Lestari, Yumi Dian, Evelyn, Grace, Khoerunnisa, 2023) sebelum dilakukan latihan batuk efektif, 20 pasien frekuensi nafasnya tinggi, dan setelah penyuluhan dan demonstrasi 15 pasien frekuensi nafasnya dalam batas normal dan 5 lainnya tinggi lebih dari 25x/menit. Didukung juga (Agus Alamsyah, Juwita Oktavia, Tessy Jumailina Rista, 2021) bahwa edukasi yang dilakukan dengan metode ceramah dan fokus grup diskusi dapat membuat pengetahuan masyarakat meningkat di Puskesmas Rejosari.

Tim dosen, mahasiswa dan masyarakat begitu antusias mengikuti kegiatan ini dari tahap awal hingga akhir berjalan lancar.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

5. KESIMPULAN

Hasil kegiatan ini mengalami peningkatan yang signifikan dan peserta antusias mengikuti kegiatan dengan bukti banyak mengajukan pertanyaan dan merespon jawaban. Diharapkan masyarakat dapat meningkatkan status kesehatan, peningkatan motivasi masyarakat untuk menerima dan menjalankan informasi kesehatan yang telah diberikan dan terjadi peningkatan pengetahuan terkait penanganan TB Paru khususnya melakukan latihan batuk efektif baik pada penderita maupun keluarga penderita sehingga kasus TB paru dapat diatasi dengan benar.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Diucapkan terimakasih pada semua perangkat di Dusun V Desa Pertahanan Kecamatan Sei Kepayang yang telah memberikan fasilitas kepada tim pelaksana PkM sehingga kegiatan yang dilakukan dapat berjalan lancar dan pada seluruh masyarakat yang antusias ikut serta dalam kegiatan edukasi ini. Harapan peserta PkM setelah kegiatan ini, semoga pemerintah desa tetap mensosialisasikan kegiatan yang serupa untuk mengatasi TB Paru di masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Agus Alamsyah, J., Oktavia, J., Rista, T. J., & T. H. (2021). Preventif TB paru melalui pengobatan, informasi dan edukasi kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Rejosari. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)*, 1(1), 1–9. <https://jurnal.hpt.ac.id/index.php/jpkk/article/view/896/306>
- Floyd, K., Glaziou, P., Zumla, A., & Raviglione, M. (2018). The global tuberculosis epidemic and progress in care, prevention, and research: An overview in year 3 of the End TB era. *The Lancet Respiratory Medicine*, 6(5), 299–314. [https://doi.org/10.1016/S2213-2600\(18\)30057-2](https://doi.org/10.1016/S2213-2600(18)30057-2)
- Hartati, J. (2019). *Hubungan pengetahuan dan self efficacy pasien TB paru dengan pencegahan penularan TB wilayah kerja Puskesmas Kota Bukittinggi tahun 2019* [Skripsi, STIKES Perintis Padang]. <https://repo.upertis.ac.id/808/1/14%0AJUNI%20HARTATI.pdf>
- Inayah, S., & Wahyono, B. (2019). Penanggulangan tuberkulosis paru dengan strategi DOTS. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 3(2), 223–233.
- Jumriana, Hasanuddin, F., & Suarniati, S. (2023). Latihan batuk efektif terhadap keefektifan jalan napas pada pasien tuberkulosis paru. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, 5(2), 135–142. <https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/j-healt/article/view/2016>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman nasional pelayanan kedokteran tatalaksana tuberkulosis*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia 2021*. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.

Lestari, Y. D., Evelyn, G., & Khoerunnisa, T. (2023). Sosialisasi latihan batuk efektif di RSUD Karawang. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3).

Sartiwi, W., Nofia, V. R., & Sari, I. K. (2019). Latihan batuk efektif pada pasien pneumonia di RSUD Sawahlunto. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 1–8. <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/abdimas/article/view/1124>

Syaharuddin, & Dardin, F. (2023). Health education pada masyarakat penderita TB paru terhadap pencegahan risiko menular. *Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 161–166.

Tarigan, E. P. S. B. (2019). Hubungan nafas dalam dan batuk efektif dalam pengeluaran sputum pada pasien TB paru di ruang Flamboyan di RSUD DR. Pirngadi. *Jurnal Keperawatan*, 1–10.

World Health Organization. (2019). *Global tuberculosis report 2019*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565714>

World Health Organization. (2022). *Global tuberculosis report 2022*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240061729>