

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Mencegah Penularan Tuberkulosis Paru

Eppy Setiyowati^{1*}, Erika Martining Wardani²,
Umdatus Soleha³, Siti Nurjanah⁴

¹⁻⁴ Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

* eppy@unusa.ac.id

Abstrak

Permasalahan terkait dengan peningkatan penyakit menular yang seringkali disebabkan oleh adanya faktor lingkungan juga disebabkan oleh pola perilaku hidup bersih dan sehat yang belum dilaksanakan oleh masyarakat. Hal tersebut terbukti dengan masa setelah kejadian wabah besar covid 19, warga masyarakat terutama lansia kurang lagi memperhatikan new normal behavior pasca covid 19. Berdasarkan hasil analisis masalah yang terjadi pada warga emas di Selangor Malaysia, maka tim pengabdian UNUSA khususnya prodi S2 Keperawatan terapan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan berupaya untuk bekerja sama dengan tim Pengabdian dari UiTM Selangor Malaysia. Terkait hal tersebut sangat perlu untuk dilakukan edukasi, pendampingan dan evaluasi terhadap new normal behavior bersama dengan warga emas di Selangor Malaysia guna membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat pasca covid 19. Hasil yang didapatkan dari kegiatan tersebut adalah cuci tangan merupakan salah satu faktor terjadinya penularan penyakit, selain itu juga kondisi lingkungan dengan jumlah penghuni melebihi kapasitas, sinar matahari ke dalam rumah, suhu didalam lembab dan ventilasi udara.

Kata Kunci: bersih, hidup, sehat, perilaku, tuberkulosis

Pendahuluan

Kesehatan dan kesejahteraan para lansia merupakan hal utama yang harus diperhatikan dalam periode kehidupan lansia. Para lansia sangat rentan terjadinya penularan penyakit infeksi, yang paling umum pada orang tua; Namun, biasanya salah didiagnosis dan tidak diobati. Pasien lanjut usia yang tidak diobati memiliki implikasi klinis dan sosial yang signifikan, karena gangguan ini menurunkan kualitas hidup individu dan meningkatkan ketergantungan pada orang lain (Morgan, 1994). Di negara-negara Asia, prevalensi gangguan depresi lansia berkisar antara 12%–34%, misalnya di negara-negara seperti Sri Lanka sebesar 27.8%, Indonesia 33.8%, Jepang 30.3%, dan Malaysia sebesar 27.8%, (Lee et al., 2022). Di Malaysia, jumlah lansia mencapai 20 persen dari jumlah total populasi, dengan sistem pelayanan kesehatan yang kurang mendukung pada program perlindungan dan kesejahteraan lansia (González-Ojea et al., 2022).

Beberapa lansia berpikir bahwa penularan penyakit infeksi seperti tuberkulosis paru adalah bagian dari penuaan, bukan kondisi yang dapat diobati; dengan demikian, ini adalah salah satu alasan kesalahan diagnosis dan pengobatan gangguan pernapasan yang

terjadi pada lansia (Moody et al., 2022). Salah satu implikasinya adalah peningkatan biaya perawatan kesehatan dan kematian yang merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius di seluruh dunia terkait dengan gangguan depresi lansia serta penurunan kualitas hidup. Untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dan mengurangi tingkat menulaskan penyakit infeksi selama masa pasca covid 19 maka salah satu hal yang bisa dilakukan adalah dengan menciptakan new behavior seperti selalu menggunakan masker, social distancing, selalu cuci tangan dengan sabun atau handsanitizer (Moody et al., 2022)) dan senam lansia secara rutin (Md Isa et al., 2022).

Kampung puncak alam (old folk home) , Selangor merupakan salah satu wilayah di Malaysia di mana masih ditemukan lansia yang tinggal di rumah teras (rumah berjenjang khas malaysia) aktivitas sehari-hari lansia adalah tinggal di rumah, beberapa ditinggalkan oleh keluarga karena tidak mau merawat orang tuanya, sehingga mereka sendirian di rumah tanpa dukungan keluargadan dukungan pelayanan kesehatan dari pemerintah.

Kampung puncak alam merupakan wilayah dimana terdapat *Old Fork Home* bagi para lansia yang mengalami kesehatan terkait dengan kondisi fisik para lansia yang berada di *Old Fork Home* di Kampung Puncak Alam Selangor Malaysia. Sebagian para gerontic yang berada di *Old Fork Home* mengalami gangguan penyakit terkait dengan penuaan yaitu dimensi dan gangguan untuk melakukan aktivitas dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari.

Masa covid 19 telah berlalu kurang lebih 2 tahun, namun kondisi dan situasi yang membawa setiap orang harus berperilaku hidup bersih dan sehat sangat perlu untuk dipertahankan agar para lansia tersebut tetap dapat melakukan aktivitas dan tidak terjadi penularan penyakit akibat dari lingkungan udara yang tidak sehat.

Untuk itu sangat dipandang perlu untuk mempertahankan perilaku *new normal behavior* dalam mencegah penulran penyakit infeksi terutama penyakit tuberculosis paru pada para lansia. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat kerjasam dengan Universitas Tehnologi Mara Malaysia adalah mendorong dan membentuk serta meningkatkan awareness untuk berperilaku *new behavior* pasca covid 19.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di *old folk home* (panti) Selangor Malaysia, khususnya pati yang telah mempunyai kerja sama dengan UiTM (Universitas Tehnologi Mara Malaysia) Alasan pemilihan lokasi tersebut adalah dalam upaya menjalin hubungan kerjasama antara UNUSA dengan UiTM dalam merealisasikan MOU (Memorandum of Understanding) yang telah disepakati antara kedua belah pihak. UiTM telah menjalin hubungan kerja sama dalam melakukan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan UNUSA. Untuk itu dalam mewujudkan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi tersebut dari Prodi S2 Terapan Keperawatan menyelenggarakan kegiatan pengabdian Masyarakat dengan UiTM.

Kegiatan tersebut dalam upaya membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh beberapa lansia yang terdapat pada old folk home Selangor Malaysia. Pemberdayaan masyarakat ini dalam upaya mengembangkan kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui

kegiatan penerapan pendidikan kesehatan, pendampingan dan evaluasi membangun budaya new behavior pasca covid 19.

Kegiatan Pendidikan Kesehatan dikemas dalam bentuk penyuluhan tentang *new normal behavior* dalam mencegah penulran penyakit infeksi terutama penyakit tuberculosis. Wrga emas yang mengikuti kegiatan pemberdayaan ini sebanyak 152 orang adalah warga emas yang sudah masa pension, terdapat salah satu yang menderita penyakit tuberkulosis paru dan berada disekitar *old folk home* (panti). Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terbagi dalam 3 kegiatan, yakni (1) kegiatan awal: meliputi kegiatan pengurusan ijin, survei lokasi, pemetaan warga emas yang mengikuti kegiatan pemberdayaan masyarakat, (2) kegiatan intervensi: memberikan Pendidikan kesehatan terkait perilaku hidup bersih dan sehat, memberikan pelatihan tentang menjaga kebersihan lingkungan dan diri sendiri yaitu dengan mengajari untuk melakukan cuci tangan 6 langkah secara benar pada warga emas yang berada disekitar *old folk home*, dan (3) tahap evaluasi: melakukan evaluasi kepada kepada para warga emas dengan memberikan pertanyaan secara lisan.

Tabel 1. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Tanggal	Waktu	Tempat	Kegiatan
12 Maret 2024	10.00-12.30	Online zoom	Mengurus ijin kegiatan pengmasy, transportasi dan akomodasi Ketika berada di Malaysia.
20 Maret 2024	09.00-11.00	Online zoom	Pemetaan kegiatan dan lokasi tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
5 April 2024	10.00-12.00	Online zoom	Penyamaan persepsi dan kegiatan pengabdian masyarakat dengan pimpinan perguruan tinggi UiTM dan work old home (panti lansia)
10 April 2024	10.00- 12.00	Online zoom	Menyusun rencana kegiatan pengabdian masyarakat dengan pimpinan work old home
5-10 Mei 2024	08.00- 14.00	Work old Home in Malaysia	Edukasi dengan warga lansia warga emas di puncak Selangor Malaysia
6 Juni 2024	10.00-12.00	Online Google drive	Evaluasi terhadap kegiatan pengabdian masyarakat

Hasil dan Pembahasan

Dari serangkaian kegiatan pemberdayaan masyarakat ini salah satunya melakukan pendataan dan pemetaan warga emas di wilayah Selangor yang merupakan binaan Universitas Teknologi Mara Malaysia, mendapatkan informasi bahwa warga emas belum memahami new behavior pasca covid 19 dalam upaya memberdayakan perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini adalah memberikan Pendidikan

Kesehatan dengan penyuluhan dan pendampingan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pasca covid 19 pada warga emas Selangor Malaysia.

Survei Lokasi dan Menyusun Agenda Kegiatan

Tim pengabdian masyarakat dari Universitas Teknologi Mara Malaysia dan dari Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya melakukan kegiatan sesuai dengan Tridharma perguruan tinggi yang tertuang dalam MoU antara UiTM dan UNUSA. Nampak pada gambar (1) kegiatan health education pada warga emas di Selangor Malaysia.



Gambar 1. Kegiatan health education dengan warga emas di Selangor Malaysia

Persiapan Sarana dan Prasarana

Pertemuan ini diawali dengan tatap muka via zoom (online) dengan Tim pengabdian masyarakat dari universitas teknologi Mara Malaysia, meliputi persiapan transportasi Indonesia-Malaysia dan akomodasi pada saat berada di Malaysia. Beberapa persiapan tersebut meliputi: 1) Menyepakati serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk warga emas di Selangor Malaysia. Dilanjutkan dengan penyusunan instrument kegiatan pengabdian masyarakat berupa lembar observasi terkait dengan kegiatan Pendidikan kesehatan tentang perilaku bersih dan sehat pasca covid 19 pada warga emas di Selangor Malaysia. 2) Bersama dengan tim kegiatan pengabdian masyarakat menyiapkan material dan sarana pendukung kegiatan Pendidikan Kesehatan. Kegiatan yang perlu mendapatkan perhatian pada saat Pendidikan Kesehatan terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat pasca covid 19 pada warga emas di Selangor Malaysia. 3) Membuat kesepakatan Bersama apabila terjadi kendala yang tidak terpicirkan sebelumnya, maka akan dilakukuan koordinasi dengan baik dan terdapat sepahaman antara Tim pengabdi UNUSA dan TIM pengabdi UiTM. 4) Menyiapkan bahan dan alat penunjang pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di UiTM Selangor Malaysia.



Gambar 2. Health education PHBS pasca covid 19 dengan warga emas Selangor Malaysia

Pelaksanaan Kegiatan/Aksi

Pemberdayaan masyarakat ini merupakan salah satu dari implementasi Tridharma perguruan tinggi yakni pada dharma pengabdian masyarakat dalam rangka meningkatkan pengetahuan masyarakat warga emas di Selangor Malaysia untuk berperilaku hidup bersih dan sehat pasca covid 19. Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program: 1) Koordinasi dengan TIM pengabdian dari UiTM dan warga emas di Selangor Malaysia. 2) Menyampaikan kebutuhan dan prasarana pendukung dalam kegiatan pemberdayaan. 3) Melakukan progress report dengan semua warga emas di Selangor Malaysia.

Tahapan kegiatan pemberdayaan masyarakat ini dilaksanakan sesuai dengan perencanaan yang telah disepakati bersama antara Unusa dengan UiTM. Progress report terkait dengan pelaksanaan Pendidikan kesehatan *new normar bahavior* pasca covid 19 , pada akhir pertemuan memberikan pertanyaan secara lisan tentang kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 3. Serangkaian Kegiatan yang telah di lakukan dengan Warga emas Selangor Malaysia

Tabel 2. Capaian dan hasil uji statistic kegiatan pengabdian masyarakat

Faktor Lingkungan	Kejadian tuberculosis paru		Uji Statistik
	N	%	
Kepadatan Hunian:			
- Padat	87	58	OR 0.731 (0,415 – 1.742)
- Tidak Padat	63	42	
Kelembaban rumah ;			
- Tidak memenuhi syarat	42	25.7	OR 1.245 (1,123 – 3,234)
- Memenuhi syarat	108	74.3	
Pencahayaan rumah ;			
- Tidak memenuhi syarat	95	65.4	OR 1.167 (0.623 – 2.220)
- Memenuhi syarat	55	34.6	
Ventilasi udara ;			
- Kurang	119	89,5	OR 1.131 (0.651 – 2.231)
- Cukup	31	10,5	
Cara cuci tangan ;			
- Benar	89	59.3	OR 1.102 (0.548 – 2.478)
- Salah	60	40.7	

Hasil dari kegiatan pemberdayaan masyarakat ini sesuai dengan yang dilakukan secara Bersama sama antara Tim pengabdi Unusa dan Tim pengabdi UiTM sesuai dengan kajian terhadap lingkungan sebagaimana ditampilkan pada table 2, menyatakan bahwa jumlah orang yang menghuni dalam 1 rumah adalah OR sebesar 0.731 berarti jumlah penghuni rumah tidak Berdasarkan analisis statistik terhadap cahaya matahari yang masuk dalam rumah dengan nilai OR 1.245, hal tersebut menunjukkan bahwa secara statistic tidak signifikan, maka dapat dimengerti bahwa jumlah orang yang menghuni tidak mempengaruhi terjadinya penularan terhadap penyakit menular dan perilaku hidup bersih dan sehat. Pada hasil penghitungan terhadap sinar matahari yang masuk ke dalam rumah dengan nilai OR 1.167 , hal tersebut menunjukkan bahwa sinar matahari yang masuk ke dalam rumah bukan menjadi salah satu terjadinya penularan penyakit terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Nampak juga hasil penghitungan tentang pergantian udara yang masuk dalam rumah OR 1.131, hal tersebut dapat dimengerti bahwa perubahan udara yang ada didalam rumah bukan menjadi masalah yang serius untuk terjadinya penularan penyakit di warga emas Selangor Malaysia. Warga emas di Selangor Malaysia Sebagian besar telah melakukan cuci tangan dengan benar yaitu OR 1.102.

Kesimpulan

Kondisi lingkungan yang memenuhi syarat Kesehatan mampu mengendalikan terjadinya penularan tuberculosis paru, hal tersebut didukung juga oleh perilaku para warga salah satunya cuci tangan dengan benar. Kebaruan dari kegiatan tersebut adalah penulis lebih mengenal lebih dekat tentang budaya dan kebiasaan dari warga emas dalam melakukan pencegahan terhadap penyakit menular. Kegiatan ke depan tidak hanya edukasi namun kegiatan pada pendampingan terhadap pencegahan penyakit menular.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya melalui Lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, bidang 3 pengabdian kepada masyarakat Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya dengan no surat tugas; 129/UNUSA-LPPM/Adm-E/III/2024.

Referensi

- González-Ojea, M. J., Domínguez-Lloria, S., & Pino-Juste, M. (2022). Can Music Therapy Improve the Quality of Life of Institutionalized Elderly People? *Healthcare (Switzerland)*, 10(2). <https://doi.org/10.3390/healthcare10020310>
- Lee, S. H., Lee, H., & Yu, S. (2022). Effectiveness of Social Support for Community-Dwelling Elderly with Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. In *Healthcare (Switzerland)*, 10(9). <https://doi.org/10.3390/healthcare10091598>
- Md Isa, F., Noor, S., Wei Wei, G., Syed Hussain, S. D. B., Mohamad Ibrahim, H., & Ahmdon, M. A. S. (2022). Exploring the facet of elderly care centre in multiethnic Malaysia. *PSU Research Review*, 6(1), 17–38. <https://doi.org/10.1108/PRR-05-2020-0013>
- Moody, E., Ganann, R., Martin-Misener, R., Ploeg, J., Macdonald, M., Weeks, L. E., Orr, E., Mckibbon, S., & Jefferies, K. (2022). Out-of-pocket expenses related to aging in place for frail older people: a scoping review. *JBI Evidence Synthesis*, 20(2), 537–605. <https://doi.org/10.11124/JBIES-20-00413>
- Morgan, H. G. (1994). Mental illness: the fundamental facts. *The British Journal of Psychiatry: The Journal of Mental Science*, 164(6), 725–727. <https://doi.org/10.1192/bjp.164.6.725>