

LAMPIRAN 1

**SATUAN ACARA PENYULUHAN
TENTANG PENYAKIT ASMA**



Disusun oleh:

Nama : Agnes Meiliana Sapitri

Nim : 2014471001

Kelas : Reguler 1 Tingkat 3

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI KEPERAWATAN KOTA BUMI**

2023

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : ASMA

Sub pokok bahasan: - Pengertian Asma
-Tanda gejala Asma
-Penyebab Asma
-Jenis Asma
-Komplikasi dari penyakit Asma
-Pencegahan Asma
-Terapi komplementer untuk Asma

Sasaran :Keluarga Tn.S

Tanggal :17 Maret 2023

Tempat : Rumah Tn.S

Pelaksanaan : Agnes Meiliana Sapitri

1. Tujuan Intruksional Umum (TIU) :

Keluarga memahami resiko Asma

Bakteri yang berasal dari debu sering menjadi pemicu utama penyakit asma. Bakteri tersebut bernama endotoxin yang umumnya berada pada perkakas rumah, terutama di kamar tidur yang menimbulkan gejala asma.

Faktor risiko lain yang dapat memicu penyakit asma, antara lain:

- a. Rokok
- b. Bulu binatang
- c. Udara dingin
- d. Infeksi virus
- e. Paparan zat kimia
- f. Aktivitas fisik
- g. Infeksi paru-paru dan saluran napas bagian atas
- h. Pekerjaan tertentu seperti tukang las, kayu, atau pekerja pabrik tekstil

- i. Emosi yang berlebihan (tertawa terbahak-bahak atau kesedih yang berlarut-larut)
- j. Alergi makanan, seperti kacang-kacangan.

2. Tujuan Instruksional Khusus (TIK) :

Setelah di lakukan penyuluhan selama 30 menit tentang penyakit Asma, diharapkan keluarga Tn.S dapat :

- a. Menyebutkan definisi Asma
- b. Keluarga dapat menyebutkan faktor faktor resiko terjadinya Asma
- c. Keluarga mampu mengenal tanda dan gejala Asma
- d. Keluarga mampu menyebutkan cara pencegahan terhadap

3. Materi : (Terlampir)

- 1) Pengertian Asma
- 2) Faktor resiko Asma
- 3) Tanda dan Gejala Asma
- 4) Pencegahan penyakit Asma

4. Metode : Diskusi dan tanya jawab

5. Media dan Sumber : Media cetak berupa leaflet / SAP

6. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahapan	Kegiatan		Waktu
		Penyuluh	Sasaran	
1.	Pembukaan	-Mengucapkan salam -Perkenalan -Menjelaskan Tujuan	Klien/Audien	5 menit
2.	Penyampaian Materi	-Menyampaikan Materi: Pengertian Asma Faktor-faktor Resiko Terjadinya Asma Tanda dan Gejala Asma Pencegahan Terjadinya Asma -Memberikan Kesempatan Bertanya -Menjawab Pertanyaan	Klien/Audien	20 menit
3.	Penutup	-Evaluasi -Kontrak Waktu -Mengucapkan Salam	Klien/Audien	5 menit

MATERI

A. Pengertian Asma

Asma adalah salah satu masalah paru-paru yang membuat pengidapnya kesulitan bernapas akibat peradangan dan penyempitan pada saluran pernapasan. Tak hanya kesulitan bernapas, asma juga menyebabkan gejala lain seperti mengi, batuk-batuk, dan nyeri dada. Saluran pernapasan pada pengidap asma lebih sensitif dibandingkan dengan orang lain tanpa asma. Ketika paru-paru teriritasi akibat zat pemicu (asap rokok, debu, bulu binatang, dll), maka otot-otot saluran pernapasan pada pengidapnya menjadi kaku dan menyempit.

B. Gejala Asma

1. Seseorang yang mengidap asma bisa mengalami beragam gejala, seperti:
 - a) Sesak dada
 - b) Batuk, terutama pada malam atau dini hari.
 - c) Sesak napas.
 - d) Mengi, yang menyebabkan suara siulan saat mengeluarkan napas.
2. Pola gejala pada setiap pengidap asma pun bisa berbeda. Meski begitu, pola gejala yang paling umum yaitu:
 - a) Datang dan pergi seiring waktu atau dalam hari yang sama.
 - b) Mulai atau memburuk dengan infeksi virus, seperti pilek.
 - c) Dipicu oleh olahraga, alergi, udara dingin, atau hiperventilasi karena tertawa atau menangis.
 - d) Lebih buruk di malam hari atau di pagi hari.

C. Faktor Risiko Asma

Bakteri yang berasal dari debu sering menjadi pemicu utama penyakit asma. Bakteri tersebut bernama endotoxin yang umumnya berada pada perkakas rumah, terutama di kamar tidur yang menimbulkan gejala asma.

Faktor risiko lain yang dapat memicu penyakit asma, antara lain:

1. Rokok
2. Bulu binatang
3. Udara dingin
4. Infeksi virus
5. Paparan zat kimia
6. Aktivitas fisik
7. Infeksi paru-paru dan saluran napas bagian atas
8. Pekerjaan tertentu seperti tukang las, kayu, atau pekerja pabrik tekstil
9. Emosi yang berlebihan (tertawa terbahak-bahak atau kesedihan yang berlarut-larut)
10. Alergi makanan, seperti kacang-kacangan

D. Penyebab Asma

Asma adalah jenis penyakit yang dapat menimpa segala usia. Kondisi ini paling sering disebabkan oleh debu, asap rokok, bulu binatang, udara dingin, aktivitas fisik, infeksi virus sampai paparan zat kimia. Namun, hingga kini penyebab utama asma belum diketahui secara pasti. Kendati demikian, pengidap asma terbukti memiliki saluran pernapasan yang lebih sensitif.

Ketika paru-paru terkena iritasi, maka otot saluran pernapasan jadi kaku dan menyempit. Kemudian, produksi dahak meningkat, sehingga membuat pengidapnya kesulitan bernapas. Pada anak-anak, gejala asma akan menghilang dengan sendirinya saat memasuki usia remaja. Namun, anak-anak yang memiliki gejala asma cukup berat, kondisinya bisa bertahan atau muncul kembali di masa mendatang.

E. Diagnosis Asma

Di tahap awal, dokter akan melakukan wawancara medis (anamnesis) dan pemeriksaan fisik terlebih dahulu. Perlu kamu ketahui bahwa diagnosis asma didasari oleh gejala yang bersifat episodik, gejala berupa batuk, sesak napas, mengi, rasa berat di dada, dan variabilitas yang berkaitan dengan cuaca. Untuk membantu menegakkan diagnosis asma,

dokter mungkin perlu melakukan beberapa pemeriksaan penunjang. Contohnya faal paru dengan alat spirometer. Pengukuran faal paru digunakan untuk menilai.

1. Obstruksi jalan napas
2. Reversibiliti kelainan faal paru
3. Variabiliti faal paru, sebagai penilaian tidak langsung hiperes-ponsif jalan napas

Ada pula beberapa tes lainnya untuk membantu dokter untuk mendiagnosis asma, yaitu:

1. Pemeriksaan arus puncak ekspirasi dengan alat *peak flow rate meter*;
2. Uji reversibilitas (dengan bronkodilator)
3. Uji provokasi bronkus, untuk menilai ada/tidaknya hiperaktivitas bronkus
4. Uji alergi untuk menilai ada atau tidaknya alergi
5. Foto torak, untuk menyingkirkan penyakit selain asma

F. Komplikasi Asma

Penyakit asma yang dibiarkan tanpa penanganan bisa memicu berbagai komplikasi, seperti:

1. Masalah psikologis (cemas, stres, atau depresi)
2. Menurunnya performa di sekolah atau pekerjaan
3. Tubuh sering terasa lelah
4. Gangguan pertumbuhan dan pubertas pada anak-anak
5. Status asmatikus, yaitu kondisi asma yang parah dan tidak dapat merespond dengan terapi normal
6. Pneumonia
7. Gagal pernapasan
8. Kerusakan pada sebagian atau seluruh paru-paru
9. Kematian

G. Pengobatan Asma

Ada dua hal yang perlu dilakukan dalam pengobatan asma, yakni meredakan gejala dan mencegah gejala kambuh. Oleh karena itu, pengidap asma perlu disiplin menjalani pengobatan dengan dokter agar asma tetap terkendali. Di samping melakukan pengobatan, pengidap asma juga harus menghindari dari hal-hal yang memicu kekambuhan. Biasanya, dokter merekomendasikan inhaler sebagai pengobatan saat gejala asma muncul. Namun, penggunaan inhaler juga berpotensi menyebabkan efek samping bagi pengguna. Apabila terjadi serangan asma dengan gejala yang semakin parah, meskipun sudah melakukan penanganan dengan inhaler maupun obat, maka perlu tindakan medis di rumah sakit. Pasalnya, asma juga dapat membahayakan nyawa pengidapnya

H. Pencegahan Asma

Masalah paru yang satu ini adalah jenis penyakit yang dapat dikendalikan dengan mengatur pola hidup sehat. Selain itu, sebaiknya perhatikan beberapa hal berikut:

1. Mengenali dan menghindari pemicu asma
2. Mengikuti anjuran rencana penanganan asma dari dokter
3. Melakukan langkah pengobatan yang tepat dengan mengenali penyebab serangan asma
4. Menggunakan obat-obatan asma yang telah dianjurkan oleh dokter secara teratur
5. Memonitor kondisi saluran napas

Perlu diperhatikan, penggunaan inhaler justru berisiko meningkatkan reaksi asma. Oleh karena itu, penting untuk mendiskusikannya dengan dokter, supaya rencana penanganan asma disesuaikan dengan kebutuhan. Vaksinasi flu dan pneumonia juga disarankan untuk pengidap asma untuk mencegah komplikasi berbahaya yang berkaitan dengan pernapasan.

REFERENSI

- National Health Service – UK. Diakses pada 2021. Health A-Z. Asthma.
- NIH. National Heart, Lung, and Blood Institute. Diakses pada 2021. Asthma.
- Mayo Clinic. Diakses pada 2021. Diseases and Conditions. Asthma.
- WebMD. Diakses pada 2021. Toxins in Dust Raise Risk of Asthma .
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. Diakses pada 2021. Asma: pedoman diagnosis & penatalaksanaan di Indonesia.
- Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1023/Menkes/SK/XI/2008 tentang Pedoman Pengendalian Penyakit Asma. Diakses pada 2021.

Leaflet

<h2>ASMA</h2>  <p>Waspedal Dampak ASMA II</p> <p>POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG PRODI KEPERAWATAN KOTABUMI</p> <p><i>Apnes Meliana S Revisi 1 TK 3</i></p>	<h2>Pengertian Asma</h2> <p>Asma adalah salah satu masalah paru-paru yang membuat pengidapnya kesulitan bernapas akibat peradangan dan penyempitan pada saluran pernapasan. Tak hanya kesulitan bernapas, asma juga menyebabkan gejala lain seperti mengi, batuk-batuk, dan nyeri dada.</p> <h2>Gejala Asma</h2> <ol style="list-style-type: none">1) Sesak dada2) Batuk, terutama pada malam atau dini hari3) Sesak napas4) Mengi, yang menyebabkan suara siluan saat mengeluarkan napas	<h2>Penyebab Asma</h2> <p>Asma adalah jenis penyakit yang dapat menimpa segala usia. Kondisi ini paling sering disebabkan oleh debu, asap rokok, bulu binatang, udara dingin, aktivitas fisik, infeksi virus sampai paparan zat kimia. Namun, hingga kini penyebab utama asma belum diketahui secara pasti. Kendati demikian, pengidap asma terbukti memiliki saluran pernapasan yang lebih sensitif.</p> 
<h2>Faktor Resiko Asma</h2> <ol style="list-style-type: none">1. Rokok2. Bulu binatang3. Udara dingin4. Infeksi virus5. Paparan zat kimia6. Aktivitas fisik7. Infeksi paru-paru dan saluran napas bagian atas8. Pekerjaan tertentu seperti tukang las, kayu, atau pekerja pabrik tekstil9. Emosi yang berlebihan (tertawa terbahak-bahak atau kesedihan yang berlarut-larut)10. Alergi makanan, seperti kacang-kacangan 	<h2>Cara Pencegahan</h2> <ol style="list-style-type: none">1. Mengenali dan menghindari pemicu asma2. Mengikuti anjuran rencana penanganan asma dari dokter3. Melakukan langkah pengobatan yang tepat dengan mengenali penyebab serangan asma4. Menggunakan obat-obatan asma yang telah dianjurkan oleh dokter secara teratur5. Memonitor kondisi saluran napas 	<h2>Pengobatan</h2>  <p>Ada dua hal yang perlu dilakukan dalam pengobatan asma, yakni meredakan gejala dan mencegah gejala kambuh. Oleh karena itu, pengidap asma perlu disiplin menjalani pengobatan dengan dokter agar asma tetap terkendali. Di samping melakukan pengobatan, pengidap asma juga harus menghindari dari hal-hal yang memicu kekambuhan.</p>

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Agnes Meiliana Sapitri
NIM : 2014471001
Jurusan/Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
Judul LTA : Asuhan Keperawatan Gerontik Terhadap Tn.S Pada Kasus Asma Dengan Gangguan Oksigenasi Di Wilayah Desa Kota Alam, Kecamatan Kotabumi Selatan, Kabupaten Lampung Utara
Pembimbing I : Ns. Deni Metri, S.Kep., M.Kes

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1.	3 / 4 2023 Senin.	Bab 1 .	- Perbaiki penulisan . - Lengkapi pengkajian - Lengkapi dan tambahkan data Puskesmas .	
2	11 / 4 2023 Selasa	Bab 1	- Lengkapi Pengkajian dan pengertian pada bab 1. - tambahkan pengkajian atau teori tentang WHO . - Lanjutkan Bab 2 & 3	

6	15 / 5 2023 Senin.	Bab 3.	<ul style="list-style-type: none"> - lengkapi Pengkajian dan analisa data cakem1 minum air hangat bip gls? warna spuntumnya apa? 	
7	15/5 2023	Bab 4	<ul style="list-style-type: none"> - Sehap awal kalimat huruf besar. - atur spasi Sehap kalimat. 	
		Bab 5	<ul style="list-style-type: none"> - lengkapi lagi simpulan dan saran. 	
8	15.5-2023	Bab 1 - <u>U</u>	Acc Ujian Sds	

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Agnes Meiliana Sapitri
NIM : 2014471001
Jurusan/Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
Judul LTA :Asuhan Keperawatan Gerontik Terhadap Tn.S Pada Kasus Asma Dengan Gangguan Oksigenasi Di Wilayah Desa Kota Alam, Kecamatan Kotabumi Selatan, Kabupaten Lampung Utara
Pembimbing 2 : Ns. Madepa Mulia, S.Kep., M.Kep

NO	TANGGAL	BAB KONSULTASI	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1.	8/5 2023	Bab 1 - 2	<ul style="list-style-type: none">- sesuaikan dengan panduan lta yang dari kampus.- perbaiki tata letak dan besar kecilnya tulisan / huruf.- setiap sumber dicetak miring.- margin (Typing error)	
2.	10/5 2023	Bab 1 - 2	<ul style="list-style-type: none">- Tujuan khusus dibuat a,b,c,d.- cover fangan diberi halaman- Ringkasan dicetak tengah.- kata yang menyatakan tempat dipisah.	

			<ul style="list-style-type: none"> -daftar pustaka di benarkan dan di rapikan, beri kota dan penerbit - spasi (page layout) before dan after. 	
3.	11/5 2023.	Bab 1 - 5	<ul style="list-style-type: none"> - tambahkan / lengkapi pengertian tentang lansia di bab 2. - dilihat lagi kata²nya banyak typo. - tindakan yang tidak dilakukan tidak urah dimasukkan ke Renpra. 	MA
4.	12/5 2023.	Bab 1 - 5.	<ul style="list-style-type: none"> -daftar pustakanya sesuaikan lagi dgn panduan. - Masih ada kata yang typo dibenarkan lagi - Daftar Isi sesuaikan lagi - Typing eror. 	MA
5.	16/5 2023.	Ifa. Bab 1 - 5.	<ul style="list-style-type: none"> - Sesuaikan lagi dgn Panduan. - cek lagi penulisan dan ponomoran pada halaman. - Margin, Typing eror. - sesuaikan lagi uk- dan jenis huruf - spasi (page layout) Before dan after. 	MA

6.	17/5 2023	LTA Bab 1 - 5	<ul style="list-style-type: none"> - Kata sarapan asing dimiringkan (italic) - kata yang menyatkn tempat dipisah. - tujuan khusus dibuat dalam 5 point - dibenarkan lagi penulisan masih ada yang typo. - perhatikan spasi pada judul. - huruf judul menggunakan kapital - tanggal pelaksanaan diperhatikan lagi. 	M.A.
7.	19/5 2023	Bab 1 - 5	<ul style="list-style-type: none"> - judul Lta jika di Renpra 3 hari judulnya dijadikan 3 hari juga - - pada Renpra tambahkan DS - DO sesuai buku. 	M.A.
8.	19/5 2023		ACC ujian LTA	M.A.