

## **EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT BRONKITIS**

**Ringgo Alfarisi<sup>1</sup>, Febi Ismatika<sup>2</sup>, Ismi Yelfa<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Malahayati

[ email korespondensi : ringgo\_alfarisi@yahoo.co.id ]

### **ABSTRAK**

Pendahuluan: Bronkitis dilaporkan lebih banyak terjadi pada populasi dengan status sosial-ekonomi rendah dan individu yang tinggal di daerah perkotaan atau perindustrian. Tidak ada predileksi ras pada penyakit bronkitis akut. Di negara empat musim, sebagian besar kasus bronkitis akut terjadi pada musim gugur atau musim dingin. Meski demikian, bronkitis akut dapat terjadi pada musim apapun tergantung dinamika infeksi virus tahunan. Tujuan: Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta dalam mencegah penyakit bronchitis. Metode: Kegiatan penyuluhan diawali dengan persiapan pembuatan *banner*, bahan kegiatan, dan penyusunan materi penyuluhan oleh tim penyuluh. Peserta penyuluhan adalah petugas *cleaning service* Universitas Malahayati dengan jumlah peserta sebanyak 28 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah edukasi dan diskusi. Tempat kegiatan penyuluhan adalah di Universitas Malahayati, Bandar Lampung. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengambilan data nilai pengetahuan peserta terkait pencegahan bronkitis, baik sebelum maupun sesudah penyuluhan Hasil: Peserta penyuluhan seluruhnya adalah perempuan (100,0%) dan kelompok usia terbanyak dari peserta penyuluhan adalah *midle age* (57,7%). Terjadi peningkatan tingkat pengetahuan peserta terkait pemahaman pengertian (100%), penyebab (100%), dan cara mencegah terjadinya bronkitis (100%). Kesimpulan: Kegiatan edukasi ini memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta tentang pencegahan penyakit bronchitis.

Kata Kunci: edukasi, bronkitis, penyuluhan

### **ABSTRACT**

*Introduction: Bronchitis is reported to be more common in populations with low socioeconomic status and individuals living in urban or industrial areas. There is no racial predilection for acute bronchitis. In countries with four seasons, most cases of acute bronchitis occur in autumn or winter. However, acute bronchitis can occur in any season depending on the dynamics of annual viral infections. Objective: This community service activity aims to increase participants' knowledge and understanding of bronchitis prevention. Method: The outreach activity began with the preparation of banners, activity materials, and the development of outreach materials by the outreach team. The outreach participants were 28 cleaning service staff at Malahayati University. The activity was conducted using educational lectures and discussions. The outreach activity took place at Malahayati University, Bandar Lampung. The activity was evaluated by collecting data on participants'*

**Ringgo Alfarisi<sup>1</sup>, Febi Ismatika<sup>2</sup>, Ismi Yelfa<sup>3</sup>**

*knowledge regarding bronchitis prevention, both before and after the outreach. Results: All counseling participants were female (100.0%), and the largest age group was middle-aged (57.7%). There was an increase in participants' knowledge regarding the definition (100%), causes (100%), and prevention of bronchitis (100%). Conclusion: This educational activity had a positive impact on increasing participants' knowledge about bronchitis prevention.*

*Keywords: education, bronchitis, counseling*

## **1. PENDAHULUAN**

Bronchitis dilaporkan lebih banyak terjadi pada populasi dengan status sosial-ekonomi rendah dan individu yang tinggal di daerah perkotaan atau perindustrian. Tidak ada predileksi ras pada penyakit bronchitis akut (Wilson & Wilson, 2021). Di negara empat musim, sebagian besar kasus bronchitis akut terjadi pada musim gugur atau musim dingin. Meski demikian, bronchitis akut dapat terjadi pada musim apapun tergantung dinamika infeksi virus tahunan (Singh et al., 2025).

Pencegahan terhadap suatu penyakit akan lebih diperhatikan oleh seseorang yang mempunyai pengetahuan dan pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi diantaranya melalui penyuluhan atau Pendidikan kesehatan (Ulfyah, 2013). Upaya untuk mewujudkan masyarakat sehat dapat dilakukan dengan promosi kesehatan (WHO, 2017). Penyakit bronchitis sangat banyak diawali dengan kebiasaan merokok, sehingga pekerja yang merokok lebih berisiko terkena penyakit bronchitis kronik dibandingkan dengan pekerja yang tidak merokok karena pekerja yang merokok lebih cepat mengalami penulrulan atau kerulsakan fungsi parul, dapat menimbulkan kelumpuhan bulu getar selaput lendir bronkus sehingga drainase lendir pernafasan terganggu. Kulmpulan lendir tersebut merupakan media yang baik untuk pertumbuhan bakteri (Mustofa et al., 2023).

Edukasi dan promosi kesehatan mengenai bronchitis akut perlu mencakup pengelolaan gejala, seperti cara mengatasi batuk dan memfasilitasi pemulihan, serta pentingnya istirahat yang cukup. Selain itu, penting untuk memberikan penekanan pada praktik kebersihan tangan guna mencegah penularan pada orang lain (Singh et al., 2025). Edukasi juga mencakup peran vaksinasi influenza dan pneumonia untuk pencegahan infeksi saluran pernapasan (Goering et al., 2023).

## **2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN**

Masyarakat masih banyak yang belum memahami pentingnya mencegah penyakit bronchitis. Pengetahuan akan pentingnya menjaga kesehatan serta cara untuk mencegah bronchitis, merupakan hal penting yang harus dimiliki bagi masyarakat agar memiliki derajat kesehatan yang optimal.

Rumusan pertanyaan untuk pengabdian masyarakat melalui penyuluhan ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah pengertian dari bronkitis?
2. Apakah penyebab bronkitis?
3. Apa saja gejala bronkitis?
4. Bagaimana cara mencegah bronkitis?
5. Apa yang hendaknya kita lakukan jika terkena penyakit bronkitis?

Kegiatan promosi kesehatan ini, dilakukan melalui kegiatan ceramah tatap muka langsung, dengan berlokasi di Universitas Malahayati Bandar Lampung.



**Gambar 1. Peta lokasi kegiatan**

### **3. KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Pengertian Bronkitis**

Bronkitis adalah peradangan pada saluran bronkial, menyebabkan pembengkakan yang berlebihan dan produksi lendir. Batuk, peningkatan pengeluaran dahak dan sesak napas adalah gejala utama bronkitis (Cohen J, 2016).

#### **B. Penyebab Bronkitis**

Penyebab penyakit bronkitis sering disebabkan oleh virus seperti Rhinovirus, Respiratory Syncytial virus (RSV), virus influenza, virus para influenza, dan coxsackie virus. Bronkitis dapat juga disebabkan oleh parasit seperti askariasis dan jamur. Selain penyakit infeksi, bronkitis dapat pula disebabkan oleh penyebab non infeksi seperti bahan fisik atau kimia serta faktor risiko lainnya yang mempermudah seseorang menderita bronkitis misalnya perubahan cuaca, alergi, polusi udara dan infeksi saluran nafas atas kronik (Lestari & Piko, 2025).

### **C. Gejala Bronkitis**

Gejala bronkitis biasanya ditandai dengan adanya batuk yang berlangsung lebih dari 5 hari, sering disertai dengan produksi sputum yang dapat berwarna kuning atau hijau. Penderita juga dapat mengalami sesak napas, nyeri dada ringan, demam, dan kelelahan (Lai et al., 2018).

### **D. Cara Mencegah Penyakit Bronkitis**

Salah satu cara yang paling dasar untuk pencegahan dan pengendalian infeksi dapat dilakukan dengan mencuci tangan (Caesarino et al., 2019). Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa dengan mencuci tangan dapat menurunkan jumlah kuman di tangan hingga 58% (Veronica & Purnamasari, 2024). Kepatuhan dalam mencuci tangan sangat berperan penting dalam pencegahan dan pengendalian infeksi, namun tidak hanya fokus pada kegiatan cuci tangannya saja, tetapi juga perlu memperhatikan tingkat kepatuhan akan pelaksanaan cuci tangan itu sendiri (Caesarino et al., 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fitriana Rachmadanty Siregar dan Andreasta Meliala pada tahun 2020 menunjukkan bahwa sebanyak 85,71% responden tidak patuh melakukan cuci tangan saat muncul indikasi (Veronica & Purnamasari, 2024).

Pemberian vaksin influenza dapat menurunkan insiden infeksi saluran pernapasan atas, sehingga dengan demikian juga menurunkan insiden bronkitis akut. Vaksin influenza lebih bersifat mencegah komplikasi serius pada bronkitis akut dibandingkan mencegah agar tidak terkena penyakit bronkitis akut. Selain itu, vaksinasi juga dilakukan untuk mencegah kemungkinan komplikasi pneumonia pada pasien bronkitis akut, yaitu dengan pemberian vaksin pneumonia. Vaksin influenza dan vaksin pneumonia direkomendasikan pada populasi lanjut usia (= 65 tahun), anak usia 6 bulan hingga 2 tahun, wanita hamil, dan individu dengan penyakit kronik. Vaksin influenza diberikan setiap tahun, sedangkan vaksin pneumonia diberikan setiap 5-10 tahun (Andriyanto et al., 2025)

### **E. Hal Yang Sebaiknya Dilakukan Ketika Terkena Bronkitis**

Menurut Singh et al., (2023), edukasi penderita dilakukan untuk menjelaskan perjalanan penyakit bronkitis akut dan mendiskusikan rencana terapi. Edukasi dilakukan secara kondusif sehingga penderita dapat berdiskusi secara terbuka dengan dokter untuk memastikan keputusan terapi sesuai dengan kebutuhan klinis penderita. Penderita perlu diedukasi bahwa bronkitis akut bersifat *self-limiting* dan umumnya sembuh spontan dengan manajemen suportif seperti; banyak minum air putih, istirahat cukup, menjaga kelembaban udara pada ruangan yang kering, menghindari pemicu batuk seperti debu atau bulu hewan peliharaan di rumah, menghindari polutan, berhenti merokok, dan menghindari asap polusi.

Paparan alergen, asap rokok, dan polutan udara dapat meningkatkan keparahan bronkitis akut. Menghindari paparan tersebut dapat mencegah

rekurensi bronkitis akut dan menurunkan risiko komplikasi (Anggraini & Lestari, 2024).

#### 4. METODE

Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat ini, bertemakan cara mencegah penyakit bronkitis. Kegiatan ini merupakan perwujudan tri dharma perguruan tinggi, sebagai pengabdian kepada masyarakat, berdasarkan Surat Tugas Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati bernomor 0001.50.401.01.2026. Penyuluhan dilakukan melalui tatap muka langsung, diawali dengan persiapan pembuatan *banner*, bahan kegiatan, dan penyusunan materi penyuluhan oleh tim penyuluh. Peserta penyuluhan adalah petugas *cleaning service* Universitas Malahayati dengan jumlah peserta sebanyak 26 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah edukasi dan diskusi. Tempat kegiatan penyuluhan adalah di ruang praktikum CHOP, Universitas Malahayati, Bandar Lampung. Kegiatan dilakukan pada hari Rabu, 7 Januari 2026. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengambilan data nilai pengetahuan peserta terkait pencegahan penyakit bronkitis, baik sebelum maupun sesudah penyuluhan

#### 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi kesehatan diawali dengan pembukaan oleh panitia, untuk selanjutnya dilakukan pengumpulan data karakteristik pasien dan tingkat pengetahuan peserta terhadap pencegahan penyakit bronkitis sebelum penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang penyakit bronkitis dan cara pencegahannya. Adapun materi yang disampaikan oleh tenaga penyuluh adalah sebagai berikut:

1. Apakah pengertian bronkitis?
2. Apakah penyebab bronkitis?
3. Apa saja gejala bronkitis?
4. Bagaimana cara mencegah penyakit bronkitis?
5. Apa saja hal yang hendaknya dilakukan jika seseorang menderita bronchitis?

Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan ditutup dengan memberikan kesimpulan oleh penyaji.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan Edukasi Pencegahan Penyakit Bronkitis

Variabel	Jumlah	Presentase
Jenis Kelamin		
Perempuan	26	100,0
Laki-Laki	0	0,0
Usia		
Dewasa (26-45 tahun)	6	23,1
Midle Age (46-60 tahun)	15	57,7
Geriatric (>60 tahun)	5	19,2

Berdasarkan tabel 1., didapatkan bahwa seluruh peserta penyuluhan adalah perempuan (100,0%). Selain itu, kelompok usia terbanyak dari peserta penyuluhan adalah *midle age* (57,7%).

**Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Kegiatan Edukasi Pencegahan Penyakit Bronkitis**

Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan		Sesudah Penyuluhan	
	Jumlah Peserta	Persentase (%)	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Mengetahui pengertian bronkitis	2	7,7	26	100,0
Mengetahui penyebab bronkitis	2	7,7	26	100,0
Mengetahui cara mencegah bronkitis	5	19,2	26	100,0

Berdasarkan tabel 2., didapatkan hasil bahwa sebelum kegiatan penyuluhan, dari 26 orang peserta penyuluhan, 2 orang (7,7%) mengetahui pengertian dan penyebab bronkitis. Selain itu, hanya 5 orang peserta (19,2%) yang mengetahui cara mencegah bronkitis. Hal ini menunjukkan masih belum baiknya tingkat pengetahuan peserta sebelum penyuluhan terhadap pencegahan bronkitis. Sementara itu, setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, Terjadi peningkatan tingkat pengetahuan peserta terkait pemahaman pengertian (100%), penyebab (100%), dan cara mencegah terjadinya bronkitis (100%).

Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) menetapkan bahwa salah satu tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs) adalah untuk “memastikan kehidupan yang sehat dan mendukung kesejahteraan bagi semua untuk semua usia” (UN, 2021). Dalam masa saat ini, kesehatan masyarakat menjadi sorot utama, terutama dalam konteks penularan penyakit menular. Salah satu langkah pencegahan yang berlaku adalah pemakaian masker, terutama bagi seseorang yang sedang terkena penyakit. Masker digunakan sebagai penghalang fisik yang dapat menghalangi penyebaran virus dan bakteri melalui droplet yang diproduksi saat berbicara, batuk, atau bersin (Sabrina et al., 2024).

Selain melindungi orang lain dari droplet yang kita keluarkan, masker juga membantu melindungi pemakainya dari menghirup partikel berbahaya di udara, termasuk virus dan polutan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan masker yang benar, dikombinasikan dengan kebiasaan mencuci tangan, dapat menurunkan risiko penularan flu hingga sekitar 70-75%. Oleh karena itu, memakai masker saat sakit bukan hanya tindakan melindungi diri sendiri, tetapi juga bentuk tanggung jawab sosial untuk menjaga kesehatan bersama. Penggunaan masker harus tepat, yaitu menutup hidung, mulut, dan dagu, dan tidak sering menyentuh bagian depan maskernya sehingga efektivitasnya paling maksimal. Masker juga seharusnya dibuang setelah digunakan dan tidak dipakai ulang tanpa pencucian yang tepat (untuk masker kain). Dengan demikian, masker menjadi cara sederhana tapi sangat

berpengaruh dalam memutus rantai penularan penyakit di masyarakat (Solberg et al., 2024).

Pengetahuan seseorang dapat meningkat melalui penyampaian informasi. Edukasi melalui webinar dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam memahami pentingnya kesehatan. Pengetahuan seseorang terhadap sesuatu tidak ditentukan oleh seberapa tinggi tingkat pendidikannya. Seseorang dengan tingkat pendidikan rendah tidak menutup kemungkinan baginya untuk mengumpulkan pengetahuan sendiri. Seseorang dapat mengakses berbagai informasi dari media teknologi informasi dan komunikasi yang tersedia (Harahap, 2017).

Penderita perlu diedukasi bahwa antibiotik tidak selalu diberikan pada bronkitis akut karena sebagian besar bronkitis akut disebabkan oleh virus, kecuali dicurigai atau telah terkonfirmasi adanya infeksi bakteri. Penderita juga perlu diedukasi bahwa pemberian antibiotik yang tidak perlu dapat menyebabkan resistensi antibiotik, potensi efek samping yang mungkin terjadi, dan implikasi terhadap biaya (Marhana et al., 2022).



(Dokumentasi Kegiatan)

## 6. KESIMPULAN

Edukasi mengenai cara mencegah penyakit bronkitis pada petugas *cleaning service* Universitas Malahayati, berjalan dengan baik. Kegiatan penyuluhan berdampak positif terhadap meningkatnya pengetahuan peserta penyuluhan tentang cara mencegah penyakit bronchitis melalui pola hidup bersih dan sehat, pemakaian masker, dan vaksinasi. Semakin meningkatnya pengetahuan peserta penyuluhan, juga akan mendukung perubahan perilaku resiko yang dapat menyebabkan terjadinya bronkitis. Dengan demikian, penyuluhan ini dapat mendukung terciptanya derajat kesehatan masyarakat yang optimal.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

Andriyanto, E., Rachmawaty, F. J., & Muhammad, A. (2025). *Pengaruh Vaksin Influenza Terhadap Gejala Penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut*

Ringgo Alfarisi<sup>1</sup>, Febi Ismatika<sup>2</sup>, Ismi Yelfa<sup>3</sup>

- (ISPA) pada Jamaah Haji Provinsi DI Yogyakarta. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(2), 1-5.
- Anggraini, R. B., & Lestari, I. P. (2024). *Monograf Self-Management Penyakit Paru Obstruksi Kronis*. Penerbit NEM.
- Caesario, R. I., Wahjono, H., & Lestari, E. S. (2019). *Tingkat kepatuhan perawat rumah sakit x di Semarang Terhadap Pelaksanaan Cuci Tangan*. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 8(2), 852-859.
- Cohen, J., Powderly, W. G., & Opal, S. M. (2016). *Infectious Diseases E-Book: Infectious Diseases E-Book*. Elsevier Health Sciences.
- Goering, R., Dockrell, H. M., Zuckerman, M., & Chiodini, P. L. (2023). *Mims' Medical Microbiology E-Book: Mims' Medical Microbiology E-Book*. Elsevier Health Sciences.
- Harahap, A. R. (2017). *Pemanfaatan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Dalam Pemenuhan Informasi Bagi Rumah Tangga Usaha Pertanian Di Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara*. *Jurnal Penelitian Komunikasi Dan Pembangunan*, 17(2), 230981
- Lai, K., Shen, H., Zhou, X., Qiu, Z., Cai, S., Huang, K., ... & Zhong, N. (2018). *Clinical practice guidelines for diagnosis and management of cough—Chinese Thoracic Society (CTS) Asthma Consortium*. *Journal of Thoracic Disease*, 10(11), 6314.
- Lestari, N. N. E., Kep, M., An, S. K., & Piko, S. O. (2025). *Buku Asuhan Keperawatan Anak Dengan Gangguan Sistem Respirasi*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Marhana, I. A., Amin, M., Permatasari, A., & Rosyid, A. N. (Eds.). (2022). *Buku Ajar Paru 2022*. Airlangga University Press.
- Sabrina, N. A., Hasanah, Y. U., & Hafifah, M. (2024). *Efektivitas penggunaan masker dalam mencegah penyebaran infeksi saluran pernapasan atas di lingkungan sekolah*. *Jurnal Ventilator*, 2(2), 36-44.
- Singh, A., Avula, A., & Zahn, E. (2025). *Acute Bronchitis*. [Updated 2024 Mar 9]. *StatPearls [Internet]*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.
- Solberg, R. B., Fretheim, A., Elgersma, I. H., Fagernes, M., Iversen, B. G., Hemkens, L. G., ... & Elstrøm, P. (2024). *Personal protective effect of wearing surgical face masks in public spaces on self-reported respiratory symptoms in adults: pragmatic randomised superiority trial*. *bmj*, 386.
- Ulfiyah, H. (2013). *Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Wanita Menopause dalam Upaya Pencegahan Penyakit Gout di Kelurahan Pisangan*
- United Nation (UN). 2021. *The Sustainable Development Goals Report*. <https://unstats.un.org/sdgs/report/2021/The-Sustainable-Development-GoalsReport-2021.pdf>
- Veronica, F., & Purnamasari, V. (2024, October). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI) dengan kepatuhan cuci tangan mahasiswa praktik klinik Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 2, pp. 530-537).
- WHO. (2017). *Promoting health in the SDGs*. Switzerland: WHO. <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1090104/retrieve>

Wilson, M., & Wilson, P. J. (2021). *Acute bronchitis. In Close encounters of the microbial kind: Everything you need to know about common infections* (pp. 253-260). Cham: Springer International Publishing.