RUANG CENDEKIA
JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Vol 1 No 1 Januari 2022
ISSN: 2827-900X (Print) ISSN: 2827-9182 (Electronic)

PENYULUHAN ALERGY, HYGIENE DAN SANITASI DI KELURAHAN CANDI, SEMARANG MENUJU MASYARAKAT SEHAT

Christina Astutiningsih[1)], Melani Paulina Maya Ocsari[2)], Feb Rukmini[3)]

[1)] STIFAR Yayasan Pharmasi Semarang Jl. LetJen Sarwo Ediwibowo Km-1 Semarang
[2), 3)] Polteka Mangunwijaya Jl. Gajahmada Semarang
christinaastutiningsih@gmail.com[1)], pm.octasari@gmail.com[2)], fefrukmini@gmail.com[3)]

Info Artikel :
Diterima :
19 Januari 2022
Disetujui :
23 Januari 2022
Dipublikasikan :
25 Januari 2022

ABSTRAK

Penurunan kualitas lingkungan berperan penting terhadap terjadinya penyakit berbasis lingkungan. Penyakit berbasis lingkungan yang umum terjadi salah satunya adalah alergi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat untuk dapat menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat dalam rangka mencegah timbulnya penyakit dan juga penanganan obat secara bijksana melalui DAGUSIBU. Penyuluhan diberikan kepada Ibu-Ibu PKK dan perangkat Kelurahan Candi, Semarang. Pemberian informasi dilakukan dengan media power point dan leaflet serta menggunakan contoh langsung dengan menunjukkan kemasan obat untuk meningkatkan pemahaan peserta penyuluhan terhadap materi yang diberikan. Berdasarkan hasil pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang Alergy, Hygiene dan Sanitasi, dapat berjalan dengan baik, tepat serta lancar. Audiens sangat antusias untuk menjawab maupun bertanya terkait materi atau masalah yang mereka hadapi yang berkenaan dengan materi alergi, sanitasi dan hygiene serta tentang pengelolaan pengobatan yang mereka terima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini menambah pengetahuan masyarakat dan masyarakat Kelurahan Candi masih menginginkan kegiatan serupa.

Kata kunci: ***alergi, sanitasi, hygiene, Kelurahan Candi*** .

ABSTRACT

The decline in environmental quality plays an important role in the occurrence of environmental-based diseases. One of the most common environmental-based diseases is allergies. This activity aims to improve the health status of the community in order to create a clean and healthy environment in order to prevent disease and also to handle drugs wisely through DAGUSIBU. Counseling was given to PKK women and the Candi Village apparatus, Semarang. Information was provided using power point media and leaflets as well as using direct examples by showing drug packaging to increase the participants' understanding of the material provided. Based on the results of the implementation of the community service program in the form of counseling about Allergy, Hygiene and Sanitation, it can run well, precisely and smoothly. The audience was very enthusiastic to answer or ask questions related to the material or problems they faced related to allergy, sanitation and hygiene materials as well as about the management of the treatment they received. So it can be concluded that this activity increases the knowledge of the community and the Candi Village community still wants similar activities.

Keywords: ***allergy, sanitation, hygiene, Candi Village***

.

PENDAHULUAN

Kebersihan lingkungan merupakan cerminan dari kebersihan diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Derajat kesehatan dapat dipengaruhi 4 macam faktor yaitu lingkungan, perilaku, pelayanan kesehatan dan hereditas. Personal hygiene merupakan upaya yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang baik kesejahteraan fisik maupun psikis (PA & AG, 2005). Faktor lingkungan dan perilaku merupakan faktor terbesar yang berpengaruh terhadap tinggi rendahnya derajat kesehatan. Pencegahan penyakit dapat dilakukan dengan cara menghilangkan atau mengatur faktor-faktor lingkungan yang berkaitan dengan rantai perpindahan penyakit.

Sanitasi dalam arti luas merupakan upaya kesehatan dengan cara memelihara dan melindungi kebersihan lingkungan dari subyeknya, misalnya menyediakan air bersih untuk cuci tangan, menyediakan tempat sampah agar tidak membuang sampah di sembarang tempat (DepKes RI., 2004), sedangkan sanitasi lingkungan merupakan usaha pengendalian diri dari faktor lingkungan fisik manusia yang mungkin dapat menimbulkan hal-hal yang merugikan bagi perkembangan fisik, kesehatan dan daya tubuh manusia. Kondisi tersebut juga mencakup pasokan air bersih dan aman, pembuangan limbah yang efisien, perlindungan makanan dari kontaminasi biologis dn kimia, udara dan rumah yang bersih dan aman. Penurunan kualitas lingkungan berperan penting terhadap terjadinya penyakit berbasis lingkungan (Alimuddin, 2017).

Penyakit berbasis lingkungan yang umum terjadi salah satunya adalah alergi. Alergi merupakan penyakit berupa reaksi yang dihasilkan dalam waktu singkat oleh imun akibat adanya suatu bahan yang berada dalam lingkungan yang disebut allergen. Alergen umumnya tidakberbahaya dan banyak terdapat di lingkungan.alergi dapat terjadi karena tubuh memproduksiantibodi IgE (Imunoglobulin E) spesifik secara berlebih sebagai respon imun tubuh terhadap adanya paparan allergen (Schoefer et al., 2008). Manifestasi alergi pada manusia dapat terjadi di organ pernafasan berupa asmadan rhinitis, juga di kulit dapat berupa penyakit dermatitis atopik, scabies dan lain-lain.

Ketika masyarakat terpapar penyakit alergi pasti akan mencari berbagai jenis terapi entah dengan konsultasi ke dokter atau melakukan usaha swamedikasi. Masyarakat Indonesia saat ini sudah mulai terbiasa dengan penggunaan berbagai jenis obat-obatan dengan tujuan menyembuhkan, mengontrol ataupun sebagai suplemen untuk menunjang aktifitas sehari-hari. Perkembangan tersebut memberikan beberapa dampak, antara lain semakin banyaknya masyarakat yang peduli terhadap kesehatan dan semakin meningkatnya penggunaan obat di masyarakat. Dampak dari semakin banyaknya penggunaan obat antara lain kesalahan dalam menggunakan hingga membuang limbah obat. Hal tersebut dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan dan informasi yang disampaikan kepada masyarakat terkait penggunaan obat yang baik dan benar.

Mengingat pentingnya pengetahuan masyarakat tentang alergi, sanitasi dan hygiene maka Ikatan Apoteker Indonesia Cabang Kota Semarang sebagai organisasi profesi kesehatan merasa perlu terlibat dengan melakukan kegiatan penyuluhan dengan materi alergi, sanitasi dan hygiene serta DAGUSIBU di Kelurahan Candisari, Semarang, agar dapat membawa masyarakat Kelurahan Candi semakin sadar akan kebersihan diri sendiri dan linkungan dan juga paham mengenai penggunaan obat yang benar sehingga tujuan pengobatan dapat tercapai serta tidak menimbulkan kerusakan lingkungan karena pembuangan limbah obat yang salah.

METODE

Permasalahan Mitra

Kelurahan Candi adalah salah satu kelurahan di tengah kota Semarang yang memiliki tingkat kepadatan penduduk yang sangat tinggi dengan lokasi yang di sepanjang jalan mempunyai sungai dengan tingkat kebersihan yang masih kurang. Sebagai masyarakat perkotaan maka penduduk di Kelurahan Candi memiliki akses yang cukup baik terhadap kesehatan termasuk di dalamnya penggunaan obat, baik obat dengan resep dokter maupun obat yang langsung diperoleh dari apotek maupun toko obat yang dibeli masyarakat sesuai gejala yang dirasakan. Namun penggunaan obat yang semakin banyak ini belum didukung secara optimal dengan pengetahuan masyarakat mengenai cara konsumsi hingga pembuangan limbah obat yang baik dan aman bagi lingkungan. Pemberian informasi yang benar terkait pengunaan obat menjadi kebutuhan masyarakat agar terhindar dari dampak buruk kesehatan diri maupun lingkungan.

Solusi untuk Mitra

Solusi yang diberikan kepada masyarakat agar bisa lebih menerapkan sanitasi dan hygiene pribadi maupun lingkungan untuk mencegah berbagai penyakit adalah dengan melakukan pendekatan melalui penyuluhan materi alergi, sanitasi dan hygiene berikut ini. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat untuk dapat menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat dalam rangka mencegah timbulnya penyakit dan juga penanganan obat secara bijksana melalui DAGUSIBU.

Penyuluhan diberikan kepada Ibu-Ibu PKK dan perangkat Kelurahan Candi, Semarang di Kantor Balai RW dengan metode ceramah dan tanya jawab serta demonstrasi setelah ibu-ibu PKK dari berbagai RW dan perangkat kelurahan di wilayah Kelurahan Candi melakukan olahraga. Pemberian informasi dilakukan dengan media *power point* dan leaflet serta menggunakan contoh langsung dengan menunjukkan kemasan obat untuk meningkatkan pemahaan peserta penyuluhan terhadap materi yang diberikan.

Penyuluhan dilakukan oleh Apoteker yang tergabung dalam Ikatan Apoteker Indonesia Cabang Kota Semarang yaitu antara lain: Fef Rukmini, Melani; Tutik Herawati, Christina Astutiningsih, Fenny Yuliana; Septi Ayu, dan Ipung Arisanti. Dan diakhiri dengan evaluasi di akhir sesi untuk mengetahui keberterimaan peserta akan materi yang sudah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan dibuka oleh Bapak Lurah Kelurahan Candi yang menjelaskan mengenai rangkaian kegiatan yang akan dilaksanakan, yaitu penyuluhan mengenai materi alergi, sanitasi dan hygiene serta materi DAGUSIBU. Peserta penyuluhan sebagian besar adalah ibu-ibu rumah tangga namun ada juga bapak-bapak dan remaja yang tertarik mengikuti kegiatan ini.

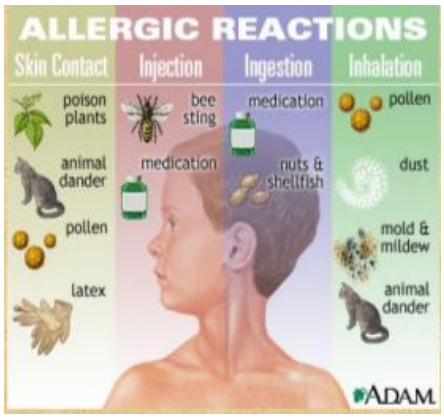
Penyuluhan dimulai dengan materi Sanitasi dan Hygiene Sanitasi dan hygiene adalah pengawasan lingkungan fisik, biologi, sosial dan ekonomi yang mempengaruhi kesehatan manusia,dimana lingkungan yang berguna ditingkatkan dan diperbanyak sedangkan yang merugikan diperbaiki atau dihilangkan (Entjang, 2000). Usaha dalam hygiene dan sanitasi lingkungan di Indonesia terutama meliputi:

1. Menyediakan air rumah tangga yang baik, cukup kualitas maupun kuantitasnya
2. Mengatur pembuangan kotoran, sampah dan air limbah

3. Mendirikan rumah sehat agar menjadi pusat kesenangan rumah tangga yang sehat.

Istilah hygiene dan sanitasi pada dasarnya mempunyai tujuan yang sama,yakni mengusahakan cara hidup yang sehat agar terhindar dari berbagai penyakit. Namun dalam penerapannya memiliki arti yang sedikit berbeda. Usaha sanitasi lebih menitikberatkan pada faktor lingkungan hidup manusia, sedangkan hygiene lebih menitikberatkan pada usaha-usaha kebersihan perorangan (Kusnoputranto, 2007). Lingkungan yang sanitasinya buruk dapat menjadi sumber berbagai penyakit yang dapat mengganggu kesehatan manusia, salah satunya penyakit alergi.

Alergi adalah kelainan sistem tubuh manusia, dimana tubuh menjadi lebih sensitif terhadap lingkungan atau bahan-bahan tertentu yang sebenarnya oleh orang normal dianggap tidak berbahaya. Alergi merupakan bukan penyakit menular, akan tetapi dapat diturunkan tetapi juga sesorang dapat terkena alergi meskipun kedua orang tuanya tidak menderita alergi. Penyakit alergi akan meningkat seiring dengan pengaruh paparan alergen dan lingkungan (Wistiani & Harsoyo, 2011).



Gambar 1. Macam-macam Allergen

Penyakit alergi masih menjadi permasalahan kesehatan yang cukup penting karena mempunyai dampak yang besar terhadap perkembangan baik fisk, perilaku maupun psikologis anak. Penduduk dunia menderita alergi dan terus meningkat pada setiap tahunnya, insiden penyakit alergi yang umum sekali muncul antara lain asma, rhinitis alergi, dermatitis atopik.

Gambar 2. Gejala-Gejala Alergi

Asma adalah penyakit inflamasi kronik saluran napas yang menyebabkan hiperaktivitas bronkus akibat dari berbagai rangsangan yang menunjukkan gejala episodik berulang berupa batuk, sesak nafas, mengi dan rasa berat di dada terutama pada malam hari dan maupun dini hari dan umumnya bersifat reversible baik dengan atau tanpa pengobatan (Global Initiative for Asthma, 2014). Resiko penyakit asma meningkat dengan adanya allergen di lingkungan hidup. Beberapa allergen yang umumnya menyebabkan timbulnya penyakit asma antara lain ialah serpihan kulit dari binatang, piaraan, tungau debu rumah,jamur dan kecoa(Indonesia, 2008). Berbagai cara masuk seperti inhalasi, kontak langsung, saluran cerna, atau suntkan, menjadi jalan masuk bagi allergen ke dalam tubuh (Wistiani & Harsoyo, 2011).

Rinitis alergi adalah penyakit imunologi yang sering ditemukan, yang merupakan penyakit inflamasi yang disebabkan oleh reaksi alergi pada riwayat atopi yang sebelumnya sudah tersensitisasi dengan allergen yang sama serta dilepaskannya suatu mediator kimia ketika terjadi paparan ulangan dengan allergen spesifik tersebut. Gejala rinitis alergi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya adalah udara dingin, debu, uap, polusi udara, dan lain sebagainya. Rinitis alergi melibatkan interaksi antara lingkungan dengan predisposisi genetik dalam perkembangan penyakitnya (Adams et al., 2012). Penyebab rhinitis alergi tersering adalah allergen inhalan pada orang dewasa dan ingestan pada anak-anak.

Dermatitis atopik adalah peradangan kulit yang disertai dengan rasa gatal, berlangsung kronis, berulang dan merupakan salah satu penyakit kulit yang paling sering terjadi pada anak (Watson & Kapur, 2011). Dermatitis atopik dapat disebabkan beberapa faktor yaitu faktor endogen dan faktor eksogen diantaranya adalah personal hygiene. Personal hygiene atau kebersihan pribadi adalah perawatan diri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan, baik secara fisik maupun psikis (Alimul, 2009).

Gambar 3. Ceramah Materi Penyuluhan

Yang perlu dilakukan saat terjadi alergi antara lain perlu konsultasi ke dokter untuk memastikan jenis penyebab alergi melalui tes alergi. Melakukan pengobatan dengan menggunakan obat dengan resep dokter yang dapat berupa antialergi atau antihistamin, misal incidal, CTM, loratadin serta dengan menggunakan kortikosteroid. Yang perlu diperhatikan saat pasien mendapatkan obat adalah menggunakan, menyimpan, atau bisa juga melakukan pembuangan obat secara baik dan benar . Untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang tata kelola obat maka diberikan juga

materi tentang DAGUSIBU yang merupakan jargon untuk kampanye Gerakan Keluarga Sadar Obat. DAGUSIBU merupakan singkatan dari "DApatkan, GUnakan, SImpan, dan BUang obat dengan benar (Suryoputri & Sunarto, 2007).

1. Cara mendapatkan Obat yang benar, disosialisasikan kepada masyarakat agar masyarakat dapat memperoleh obat yang tepat di tepat tempat yang tepat. Apotek, puskesmas, dan rumah sakit merupakan sarana kesehatan yang dapat menjamin masyarakat dalam memperoleh obat legal yang tepat sesuai kondisi kesehatannya.
   Pasien yang menerima obat harus selalu melakukan pemeriksaan terhadap batas kadaluwarsa (*expired date*) dan kemasan obat. Batas kadaluwarsa (*expired date*) yaitu batas waktu jaminan produsen terhadap kualitas obat. Bila penggunaan obat telah melewati batas kadaluwarsa maka produsen tidak menjamin kualitas obat tersebut. Kemasan obat yang diterima juga harus diperhatikan, kemasan obat harus dalam keadaan baik, seperti segel tidak rusak, warna dan tulisan pada kemasan juga tidak luntur.
2. Cara menggunakan obat terkait dengan keberhasilan terapi. Setelah menerima dan akan menggunakan obat maka pasien juga harus memastikan indikasi obat sesuai dengan gejala penyakit yang dialami, menggunakan obat sesuai dengan aturan pakai yang benar serta minum obat dengan waktu yang tepat. Pengetahuan tentang cara penggunaan obat yang tepat berpengaruh terhadap rasionalitas penggunaan obat (Kristina et al., 2007).
3. Cara Menyimpan obat harus sesuai saran penyimpanan yang ada pada kemasan antara lain: obat dalam bentuk cair jangan disimpan dalam lemari pendingin (freezer) agar tidak membeku, kecuali disebutkan pada etiket kemasan; sediaan suppositoria harus disimpan di lemari es supaya tidak leleh; sediaan aerosol/spray harus dijauhkan dari panas/suhu tinggi karena dapat meledak; bila ragu/tdak mengerti, tanyakan kepada apoteker di apotek terdekat. Cara menyimpan obat yang salah dapat menyebabkan kerusakan pada obat sehingga masyarakat harus mengetahui cara yang tepat untuk menyimpanmasing-masing sediaan. Kondisi dan lama penyimpanan obat dapat mempengaruhi mutu obat (Lestari, 2013).
4. Cara Membuang Obat yang benar harus diinformasikan kepada masyarakat. Hal ini karena obat-obat kadaluwarsa dan obat rusak, maupun kemasan obat yang tidak dimusnahkan dengan benar akan dimanfaatkan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab sebagai obat palsu dengan mengganti tanggal kadaluwarsa (BPOM RI, 2019). Sebagai contoh, kemasan botol obat dapat dibuang dengan membuang sisa isi obat yang diencerkan menggunakan air dan melepaskan label pada kemasan obat untukmencegah penggunaan kembali.

Peserta penyuluhan sangat antusias dengan materi yang disampaikan. Peserta memperhatikan dengan baik setiap materi yang disampaikan dan menanykan jika ada yang belum dipahami. Pertanyaan yang disampaikan terkait materi atau masalah yang mereka hadapi yang berkenaan dengan materi alergi, sanitasi dan hygiene serta tentang pengelolaan pengobatan yang mereka terima.

Gambar 4. Sesi Tanya Jawab

Gambar 5. Peserta Penyuluhan dan Penyuluh

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan tentang ALERGY, HYGIENE DAN SANITASI DI KELURAHAN CANDI, SEMARANG MENUJU MASYARAKAT SEHAT dapat berjalan dengan baik, tepat serta lancar. Audiens sangat antusias untuk menjawab maupun bertanya terkait materi atau masalah yang mereka hadapi yang berkenaan dengan materi alergi, sanitasi dan hygiene serta tentang pengelolaan pengobatan yang mereka terima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini menambah pengetahuan masyarakat dan masyarakat Kelurahan Candi masih menginginkan kegiatan serupa.

SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema serupa yang mengangkat materi yang di hadapi masyakarakat sehari-hari dapat sering dilakukan dengan menggunakan evauasi yang lebih mampu menilai kemampuan yang diperoleh masyarakat dari kegiatan pengabdian yang dilakukan. Serta perlu peningkatan pemahaman secara kontinyu bagi masyarakat dengan metode lain yang lebih intensif

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ikatan Apoteker Indonesia Cabang Kota Semarang yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Adams, G., Boies, L., & Higler, P. (2012). Buku Ajar Penyakit THT Edisi Ke-6. In *Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC*.

Alimuddin, S. (2017). The Use Of Songs To Improve Students'listening Comprehension Ability. In *Plant Science Today*. Universitas Indonesia.

Alimul, A. A. (2009). Kebutuhan Dasar Manusia. *Jakarta: Salemba Medika*.

BPOM RI. (2019). Aksi Nasional Pemberantasan Obat Ilegal dan Penyalahgunaan Obat –Ayo BUang Sampah Obat. *Humas DSP Badan POM RI*.

DepKes RI. (2004). Higiene Sanitasi Makanan dan Minuman. *Ditjen PPM*.

Entjang, I. (2000). Ilmu Kesehatan Masyarakat. *Bandung: PT. Citra Aditya Bakti*. https://doi.org/10.5296/ijl.v6i4.5870

Global Initiative for Asthma. (2014). *UJI AKTIVITAS PENGHAMBATAN ENZIM ALFA-AMILASE*. Online Apendixx. https://doi.org/10.29300/lughah.v7i2.1673

Indonesia, I. D. A. (2008). Buku Ajar Respirology anak, edisi pertama. In *Jakarta: Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia*.

Kristina, S. A., Prabandari, Y. S., & Sudjaswadi, R. (2007). Perilaku pengobatan sendiri yang rasional pada masyarakat. *Berita Kedokteran Masyarakat*, *4*(23), 176–183.

Kusnoputranto, H. (2007). Kandungan Gizi, Total Fenol, Kuersetin, dan Kapasitas Antioksidan Total pada Berbagai Proses Pemasakan Okra (Abelmoschus esculentus L.). *Jakarta: Gramedia Pustaa Utama*.

Lestari, N. (2013). *Pengaruh Kondisi Penyimpanan Obat terhadap Kualitas Tablet Vitamin C di Puskesmas Kecamatan Pontianak Kota*. Universitas Tanjungpura Pontianak.

PA, P., & AG, P. (2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik. In *Jurnal Teknik Kimia USU* (4th ed.). ECG.

Schoefer, Y., Scafer, T., Meisinger, C., Wichmann, H. E., & Heinrich, J. (2008). Predictivity of allergic sensitization (RAST) for the onset of allergic diseases in adults. *Allergy*.

Suryoputri, M. W., & Sunarto, A. . (2007). Pengaruh Edukasi dan Simulasi DAGUSIBU obat terhadap Peningkatan Keluarga Sadar Obat di Desa Kedungbanteng, Banyumas. *Jurnal Aplikasi Teknik Dan Pengabdian Masyarakat*, *3*(1), 51–55. https://doi.org/doi:10.2307/330049

Watson, W., & Kapur, S. (2011). Atopic Dermatitis. *Allergy, Asthma & Clinical Immunology Journal*, 1–7. https://doi.org/doi.org/10.24071/llt.2019.220209

Wistiani, & Harsoyo, N. (2011). Hubungan Pajanan Alergen Terhadap Kejadian Alergi pada Anak. *Sari Pedriati*, *13*, 185–186. https://doi.org/10.17509/bs_jpbsp.v14i1.696