

Original Research Article

**HUBUNGAN ANTARA POLA HIDUP DAN PENGETAHUAN DENGAN PENCEGAHAN
KEKAMBUIHAN ASMA BRONKIALE****Dordya Paquita Wijaya¹, Febtarini Rahmawati², Agusniar Furkani Listyawati³**Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya¹Departemen Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya²Departemen Mikrobiologi Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya³

Jalan Dukuh Kupang XXV No.54, Dukuh Kupang, Dukuh Pakis, Surabaya

email: dordya2021@gmail.com

phone: 082112144890

Abstrak

Latar Belakang: Asma bronkiale merupakan peradangan kronik di saluran napas yang menyebabkan penyempitan bronkus ditandai dengan gejala sesak napas, rasa berat di dada, mengi dan batuk pada malam hari atau dini hari. Penyakit ini termasuk penyakit tidak menular yang bisa diderita semua golongan baik anak-anak maupun orang dewasa. **Tujuan:** untuk menganalisis apakah ada hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale. **Metode:** menggunakan penelitian studi literatur dengan cara mengumpulkan jurnal yang diperoleh dari database *Google Scholar*, *PubMed* dan *ProQuest*. Penelitian ini menggunakan sebanyak 35 jurnal yang terdiri dari 27 jurnal nasional dan 8 jurnal internasional dengan tahun terbit 2012-2022. **Hasil penelitian:** diperoleh terdapat hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale. Hal ini dipengaruhi oleh semakin baik pengetahuan yang dimiliki penderita, maka penderita akan mengendalikan dan mengelola gejala asma agar dapat mencegah kekambuhan dan mempertahankan kualitas hidupnya sehingga terbentuk perilaku pola hidup yang sehat pada penderita asma bronkiale. **Kesimpulan:** pada *literatur review* atau studi literatur ini mendapatkan hasil yang sesuai dengan jurnal kepustakaan yang sudah dibahas, yaitu terdapat hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale.

Kata Kunci: Pengetahuan, Pola Hidup, Pencegahan, Kekambuhan, Asma Bronkiale

Abstract

Background: *Bronchial asthma is a chronic inflammation in the airways that causes bronchial narrowing characterized by symptoms of shortness of breath, feeling of heaviness in the chest, wheezing and coughing at night or early in the morning. This disease is a non-communicable disease that can affect all groups, both children and adults.* **Objective:** *To analyze whether there is a relationship between lifestyle and knowledge with the prevention of recurrence of bronchial asthma.* **Method:** *uses literature study research by collecting journals obtained from the Google Scholar, PubMed and ProQuest databases. This research used 35 journals consisting of 27 national journals and 8 international journals with publication years 2012-2022.* **Research results:** *showed that there was a relationship between lifestyle and knowledge with the prevention of recurrence of bronchial asthma. This is influenced by the better knowledge the patient has, the patient will control and manage asthma symptoms in order to prevent recurrence and maintain the quality of life so that a healthy lifestyle behavior is formed in bronchial asthma sufferers.* **Conclusion:** *in the literature review or literature study, the results are in accordance with the literature that has been discussed, namely there is a relationship between lifestyle and knowledge and prevention of recurrence of bronchial asthma.*

Keywords : *Knowledge, Lifestyle, Prevention, Recurrence, Bronchial Asthma*

PENDAHULUAN

Asma bronkiale merupakan suatu kelainan peradangan kronik atau terjadi inflamasi di saluran napas yang menyebabkan terjadinya hipereaktifitas bronkus, sehingga menyebabkan gejala episodik berulang berupa sesak napas, mengi, rasa berat di dada, dan batuk terutama pada dini hari atau malam hari. Gejala yang ditimbulkan bervariasi serta dapat kembali normal atau reversible dengan atau tanpa pengobatan (Astuti & Darliana, 2018).

Peningkatan jumlah penderita asma dikarenakan perubahan pola hidup masyarakat dan buruknya kualitas udara (Yuswatiningsih, 2022).

Penyakit asma bronkiale sampai saat ini belum diketahui penyebab utamanya. Faktor resiko utama yang memicu terjadinya asma yaitu karena faktor genetik dan terkena paparan dari lingkungan. Alergen yaitu debu, tungau, polusi, bulu hewan peliharaan, kapas, pewarna makanan, bahan kimia sintesis, jamur, serbuk sari bunga, asap rokok. Faktor Psikologi seseorang, ketidakstabilan emosi, ketakutan, kecemasan, kemarahan yang tidak terkontrol, kelelahan fisik, udara dingin juga bisa memicu kekambuhan asma bronkiale. Penggunaan obat-obatan yang dapat menstimulus asma bronkiale adalah obat anti-inflamasi non steroid, beta-bloker (untuk mengobati tekanan darah tinggi, migrain dan kondisi jantung), dan aspirin (Yuniasari & Saftarina, 2021).

Penatalaksanaan asma bronkiale yang dilakukan dengan cepat dan tepat maka penderita dapat menikmati kualitas hidup yang lebih baik (Balqis & Hidayati, 2022).

Penyakit asma bronkiale merupakan penyakit yang tidak bisa sembuh tetapi bisa dikontrol agar mencegah kekambuhan asma. Pola hidup dan tingkat pengetahuan terhadap asma dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup seorang penderita asma bronkiale. Oleh karena itu, perlu dilakukan

upaya pengendalian pencegahan penyakit asma bronkial agar tidak terjadi komplikasi lebih lanjut seperti gagal nafas yang dapat menyebabkan kematian. Berdasarkan latar belakang diatas, maka/ pentingnya hal tersebut diatas, penulis menggali lebih dalam mengenai masalah kesehatan sistem respirasi mengenai "Hubungan antara Pola Hidup dan Pengetahuan dengan Pencegahan Kekambuhan Asma bronkiale".

METODE PENELITIAN

Penelitian tentang Hubungan antara Pola Hidup dan Pengetahuan dengan Pencegahan Kekambuhan Asma Bronkiale ini menggunakan metode *literatur review*. Pada penelitian ini, peneliti melakukan pengumpulan data atau informasi yang relevan untuk dianalisis, dibaca, dicatat dan dilakukan pengelolaan bahan penelitian. Penelitian ini menggunakan penelitian terdahulu sebagai acuan untuk menarik kesimpulan dari hasil penelitian. Penulis mengumpulkan data Pustaka yang diperoleh dari jurnal nasional maupun jurnal internasional yang diperoleh dari sumber data *Google Scholar, PubMed, ProQuest*, maupun sumber lain. Peneliti melakukan analisis yang bersifat deskriptif. Data yang telah terkumpul dan relevan akan digunakan untuk menarik kesimpulan dari tujuan yang telah dirumuskan.

ALUR TAHAPAN STUDI LITERATUR

Sebelum melanjutkan tahapan studi literatur, peneliti mencari topik dan tujuan yang akan diteliti dengan melihat kejadian yang berada di lingkungan sekitar peneliti, kemudian peneliti menemukan judul yang sesuai dengan topik dan mencari jurnal nasional dan internasional yang berhubungan dengan judul melalui *Google Scholar, PubMed* dan *ProQuest*. Penulis menggunakan kata kunci untuk mencari penelusuran jurnal yang sesuai dengan topik. Setelah mendapat data

atau jurnal yang relevan maka dilakukan *screening* dengan periode jurnal 2012-2022. Terdapat syarat pengumpulan data studi literatur ini yaitu minimal 25 jurnal nasional dan 8 jurnal internasional yang bertujuan untuk menjawab permasalahan dengan menggunakan referensi karya tulis yang sebelumnya pernah dibuat.

Kemudian, peneliti melakukan analisis data yang sudah diperoleh dan dilakukan *screening* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu, jurnal ilmiah yang mempunyai hubungan dengan tema "Hubungan antara Pola Hidup dan Pengetahuan dengan Pencegahan Kekambuhan Asma Bronkiale". Sedangkan untuk kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu, jurnal yang tidak mempunyai hubungan dengan tema "Hubungan antara Pola Hidup dan Pengetahuan dengan Pencegahan Kekambuhan Asma Bronkiale".

Berdasarkan hasil analisis didapatkan 36 jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi dan 2 jurnal yang termasuk kriteria eksklusi.

HASIL PENELITIAN

Literatur review ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale dengan menggunakan metode kajian pustaka yaitu melakukan review, telaah, dan evaluasi yang terstruktur pada jurnal nasional dan internasional yang sudah terkumpul melalui tahapan *screening*.

Table 1. Analisis Critical Appraisal Mengenai Hubungan antara Pola Hidup dan Pengetahuan dengan Pencegahan Kekambuhan Asma Bronkiale

No	Penulis	KESIMPULAN
1.	Abebe <i>et al.</i> , 2021	Terdapat hubungan antara Determinan asma yaitu usia, jenis kelamin dan paparan bahan bakar rumah tangga dengan pencegahan kekambuhan asma. Untuk mengurangi risiko kekambuhan pada asma dapat membuka pintu saat memasak, menghindari penggunaan kayu, sisa pertanian untuk bahan bakar memasak dan menahan diri untuk merokok.
2.	Afrizal, 2021	Ada hubungan antara perilaku merokok dengan pengetahuan. Semakin baik pengetahuan kepala keluarga maka upaya agar tidak merokok semakin baik sebaliknya jika pengetahuan kepala keluarga kurang mengakibatkan buruknya perilaku merokok.
3.	Andayani & Waladi, 2014	Ada hubungan antara tingkat kontrol asma dengan tingkat pengetahuan pasien asma.
4.	Astuti & Darliana, 2018	Terdapat hubungan yang bermakna antara upaya pencegahan kekambuhan asma bronkhial dengan pengetahuan.
5.	Daud <i>et al.</i> , 2017	Terdapat korelasi yang sangat kuat antara kejadian asma pada pasien dan tingkat kecemasan.
6.	Susanto <i>et al.</i> , 2018	Terdapat hubungan antara paparan alergen dengan penyakit asma
7.	Erlia <i>et al.</i> , 2022	Terdapat hubungan antara teknik pernafasan buteyko dengan penurunan gejala asma. Teknik pernafasan Buteyko dilakukan 3 kali dalam seminggu selama 2 minggu. Teknik ini dapat memberi dampak positif terhadap penurunan gejala asma. Teknik pernafasan buteyko menurunkan

		hiperventilasi sehingga asma dapat terkontrol
8.	Kurniasari, 2015	Terdapat hubungan antara kekambuhan ulang pada penderita asma dengan faktor makanan.
9.	Kartikasari & Nafiah, 2022	Ada hubungan antara pencegahan asma pada masyarakat di Desa Kebonsari Pekalongan dengan pengetahuan.
10.	Husna, 2014	Terdapat hubungan upaya pencegahan kekambuhan asma bronkial dengan pengetahuan.
11.	Dwisari, 2022	Terdapat hubungan asma bronkial dalam pemenuhan kebutuhan oksigenasi
12.	Sumantrie & Lembong, 2022	Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkial.
13.	Herlamban g <i>et al.</i> , 2022	Terdapat adanya hubungan antara peningkatan fungsi paru pada penderita asma dengan efektifitas senam asma.
14.	Namvar <i>et al.</i> , 2022	Terdapat hubungan antara <i>Aspergillus fumigatus</i> dengan <i>remodelling</i> jalan nafas.
15.	Nawangwulan <i>et al.</i> , 2021	Terdapat hubungan antara bersihan jalan nafas dengan asma bronkial.
16.	Nurlatifah <i>et al.</i> , 2021	Ada hubungan yang signifikan tingkat kontrol penderita asma dengan paparan asap rokok.
17.	Nazaruddin <i>et al.</i> , 2021	Terdapat hubungan antara sosialisasi kesehatan tentang peningkatan pengetahuan

		penderita asma bronkial dengan pencegahan kekambuhan asma.
18.	Putri <i>et al.</i> , 2017	Terdapat hubungan antara program renang dengan pencegahan kekambuhan asma bronkial.
19.	González <i>et al.</i> , 2022	Ada hubungan antara psikologis dan sosiokultural dengan kualitas hidup pada penderita asma.
20.	Putri <i>et al.</i> , 2022	Terdapat hubungan antara faktor resiko dengan kekambuhan pada asma.
21.	Rahayu, 2022	Terdapat hubungan antara debu, asap rokok, infeksi saluran napas, perubahan cuaca, kehamilan, dan kecemasan dengan kambuhnya asma pada orang dewasa.
22.	Regita, 2021	Terdapat hubungan antara upaya untuk mencegah asma bronkiale dengan perilaku yang dimiliki anggota keluarga.
23.	Manese <i>et al.</i> , 2021	Adanya hubungan antara faktor infeksi, faktor alergen, faktor perubahan cuaca dengan riwayat serangan asma.
24.	Szaflik <i>et al.</i> , 2022	Terdapat hubungan antara dampak intervensi diet pada anak obesitas dengan pencegahan dan pengendalian asma
25.	Silfiani, 2021	Terdapat hubungan antara Faktor pengalaman dengan perilaku penderita asma
26.	Sozańska & Sikorska, 2021	Terdapat hubungan antara modifikasi diet dengan pencegahan primer asma.

27.	Sekarlati & Maryuni, 2021	Terdapat hubungan antara penyuluhan kesehatan dengan pencegahan kekambuhan asma.
28.	Mutius & Smits, 2020	Terdapat hubungan antara pencegahan primer asma dengan faktor risiko dan pelindung
29.	Wahyuni & Indah, 2022	Terdapat hubungan antara peningkatan wawasan penderita asma dengan <i>self management</i> dengan <i>supportive educative</i> berbasis <i>caring</i> .
30.	Yuswatiningsih, 2022	Terdapat hubungan antara pembakaran sampah dan perilaku merokok dengan penyakit asma.
31.	Nurhalisa <i>et al.</i> , 2022	Terdapat hubungan antara stress dan kecemasan dengan penderita asma yang mengalami kekambuhan.
32.	Abbas & Amen, 2019	Terdapat adanya korelasi positif antara kontrol asma dengan pengetahuan dari pasien asma.
33.	Ningrum, 2012	Terdapat hubungan yang bermakna antara upaya untuk mencegah kambuhnya asma dengan pengetahuan tentang asma.
34.	Hardina <i>et al.</i> , 2019	Terdapat hubungan antara konsumsi air putih hangat dengan penurunan frekuensi pernafasan pada pasien asma post kasus dan post kontrol.
35.	Putri <i>et al.</i> , 2022	Terdapat hubungan antara perilaku swamedikasi dengan penyakit asma dan batuk.
36.	Hartini & Karyus, 2023	Terdapat hubungan antara tatalaksana secara holistik pada pasien laki-laki usia 40 pada asma

		bronkial intermitten dengan pendekatan dokter keluarga.
--	--	---

Table 1. Analisis Critical Appraisal yang Tidak Sesuai Mengenai Hubungan antara Pola Hidup dan Pengetahuan dengan Pencegahan Kekambuhan Asma Bronkiale

No	Penulis	Kesimpulan
1.	Balqis & Hidayati, 2022	Tidak terdapat hubungan antara Pengetahuan dengan kesadaran pasien asma
2.	Hansen <i>et al.</i> , 2022	Tidak terdapat perbedaan yang diamati antara pasien dengan asma ringan-sedang dan berat mengenai perilaku menetap, langkah harian atau tingkat kebugaran kardiopulmoner. Selanjutnya, pasien dengan VO ₂ max tertinggi memiliki skor kualitas hidup yang lebih tinggi

Berdasarkan analisis dari 38 jurnal didapatkan sebanyak 36 jurnal yang terdapat hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale terdapat dan terdapat 2 jurnal yang tidak terdapat hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dari berbagai penelitian sebelumnya dengan menggunakan studi literatur review jurnal, terdapat 38 jurnal Nasional dan Internasional dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale.

2. Program penyuluhan kesehatan tentang penyakit asma sangat dibutuhkan agar meningkatkan pengetahuan pasien asma dan dapat mempraktikkan pola hidup yang sehat seperti melakukan *self management*, teknik pernapasan buteyko, menggunakan alat penyaring udara, olahraga renang, pemakaian masker, konsumsi air putih hangat, rutin berkonsultasi dengan dokter keluarga, berhenti merokok serta menghindari asap rokok sehingga dapat mengontrol dan mengurangi tingkat kekambuhan pada asma bronkiale.

3. Pengetahuan berpengaruh pada pola hidup penderita asma bronkiale. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki penderita maka penderita akan mengendalikan dan mengelola gejala asma agar dapat mencegah terjadinya kekambuhan sehingga terbentuk pola hidup yang sehat.

B. SARAN

1. Bagi Masyarakat

Perlu dilakukan kegiatan penyuluhan terutama pada masyarakat perdesaan agar mengetahui faktor risiko yang dapat mengakibatkan kekambuhan ulang pada asma serta menurunkan tingkat kekambuhan pada asma bronkiale.

2. Bagi Institusi Kesehatan

Perlu dilakukan upaya penyuluhan kesehatan tentang pola hidup yang baik

dan sehat dalam mencegah kekambuhan asma bronkiale secara menyeluruh kepada masyarakat yang lebih luas agar dapat meningkatkan mutu kesehatan dan pengetahuan pasien asma yang buruk karena keterbatasan dalam mengakses informasi

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Dari hasil penelitian yang diperoleh ini diharapkan dapat menjadi referensi penulisan atau penelitian berikutnya dengan metode penelitian menggunakan sampel yang besar dan perlakuan pemeriksaan alergi (pasien asma bronkiale).
- b) Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat lebih lanjut melakukan penelitian tentang hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale. Informasi yang diberikan jauh lebih lengkap serta menggunakan jurnal yang terbaru sehingga hasil lebih akurat.
- c) Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut tentang hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale berdasarkan rumusan masalah yang lebih kompleks.