JPHI, Vol 7 No 2, Juni 2025
DOI: http://doi.org/10.30644/jphi.v7i2.963
ISSN: 2686-1003 (online)
Tersedia online di http://www.stikes-hi.ac.id/jurnal/index.php/jphi

Sosialisasi dan edukasi penyakit pnemonia untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat di gedung olah raga satria Purwokerto

Made Suandika[1], Roro Lintang Suryani[2] , Refa Teja Muti[3],Yuris Tri Nailli[4], Rivandi Kilimandu[5], Seftya Dwi Meiyrlina[6], Seli Agustin[7],Siti Fadilah[8],Marlia Hafny Afrilies[9]

[1,2,3,5,6,7,8]*Departement Of Anesthesia, Faculty Health, Harapn Bangsa University*
[4,9]*Departement of Law, Faculty of Social Science, Harapan Bangsa University*
Email: madesuandika@uhb.ac.id

Accepted: 24-06-2025 Review: 26-06-2025 Published: 30-06-2025

Abstrak

Pneumonia merupakan penyakit infeksi pada saluran pernapasan bagian bawah yang dapat menyebabkan kematian apabila tidak ditangani secara memadai. Di Indonesia, angka kejadian pneumonia masih tergolong tinggi, dengan penyebab utama berupa infeksi bakteri, virus, atau jamur. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang cara pencegahan penyakit pneumonia. Kegiatan diselenggarakan di GOR Satria Purwokerto melalui pendekatan penyuluhan interpersonal dan pemeriksaan kesehatan, termasuk pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi badan, serta Indeks Massa Tubuh (IMT). Sebanyak 50 orang dengan rentang usia 20 hingga 70 tahun menjadi peserta dalam kegiatan ini. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami kelebihan berat badan hingga obesitas, dan memiliki tekanan darah di luar kisaran normal. Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan wawasan peserta terkait pentingnya upaya pencegahan pneumonia. Diharapkan kegiatan ini dapat diadakan secara rutin untuk memperkuat kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai infeksi paru-paru.

Kata kunci: pneumonia, pencegahan, edukasi kesehatan, kesadaran masyarakat, infeksi saluran pernapasan bawah.

Abstract

Pneumonia is an infectious disease of the lower respiratory tract that can cause death if not treated adequately. In Indonesia, the incidence of pneumonia is still relatively high, with the main causes being bacterial, viral, or fungal infections. This community service activity aims to increase community understanding on how to prevent pneumonia. The activity was held at GOR Satria Purwokerto through an interpersonal counseling approach and health checks, including measurements of blood pressure, weight, height, and Body Mass Index (BMI). A total of 50 people with an age range of 20 to 70 years old participated in this activity. The results showed that most of the participants were overweight to obese, and had blood pressure outside the normal range. The counseling succeeded in improving participants' insights regarding the importance of pneumonia prevention efforts. It is hoped that this activity can be held regularly to strengthen public awareness and knowledge about lung infections.

Keywords: *Pneumonia, Prevention, health education, Community Awareness, Lower Respiratory Tract Infections*

1. PENDAHULUAN

Pneumonia merupakan salah satu penyakit infeksi saluran pernapasan bawah yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat global, termasuk di Indonesia. Penyakit ini ditandai dengan peradangan pada parenkim paru yang menyebabkan alveolus terisi cairan radang, sehingga mengganggu pertukaran oksigen di paru-paru (Prasana et al., 2024; Suci, 2020). Pneumonia dapat disebabkan oleh berbagai patogen, seperti bakteri *Streptococcus pneumoniae*, virus influenza, hingga jamur *Pneumocystis jirovecii*, terutama pada individu dengan sistem imun yang lemah (Cheng et al., 2023).

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pada tahun 2020 terdapat sebanyak 309.838 kasus pneumonia, meningkat menjadi 310.871 kasus pada tahun 2022 (Fatmawati et al., 2023). Data ini menunjukkan bahwa pneumonia masih menjadi penyakit dengan insidensi tinggi di Indonesia, dan dikhawatirkan jumlah kasusnya akan terus meningkat bila upaya pencegahan tidak dilakukan secara optimal (Selvany et al., 2024).

Pneumonia dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti gagal napas, sepsis, bahkan kematian, khususnya pada kelompok usia rentan seperti balita dan lansia (Efni et al., 2016). Gejala umum pneumonia meliputi demam, batuk berdahak, sesak napas, hingga suara pernapasan abnormal seperti ronki atau wheezing. Apabila tidak ditangani dengan cepat, pneumonia dapat berkembang menjadi hipoksemia berat dan kegagalan multiorgan (Chalmers et al., 2010).

GOR Satria Purwokerto dipilih sebagai lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini karena merupakan salah satu pusat kegiatan publik yang ramai dikunjungi berbagai lapisan masyarakat, sehingga memiliki potensi besar untuk pelaksanaan edukasi kesehatan. Melalui penyuluhan interpersonal, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami faktor risiko, gejala, serta langkah-langkah pencegahan pneumonia secara efektif.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pneumonia, memperkenalkan deteksi dini melalui pemeriksaan sederhana seperti tekanan darah dan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), serta mendorong masyarakat untuk menerapkan gaya hidup sehat sebagai upaya preventif.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan metode edukasi tatap muka (penyuluhan interpersonal) dan pemeriksaan kesehatan dasar. Materi penyuluhan mencakup informasi terkait pneumonia, termasuk penyebab, faktor risiko, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Adapun pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) lihat gambar 1.

Kegiatan ini dilaksanakan di GOR Satria Purwokerto, yang dipilih karena lokasinya strategis dan menjadi pusat aktivitas masyarakat dari berbagai kalangan.

Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada 2 Juni 2024, dengan sasaran peserta yaitu masyarakat umum berusia 20 hingga 70 tahun yang berdomisili di wilayah Purwokerto dan sekitarnya.

Gambar 1. Bagan pelaksanaan PkM

3. HASIL

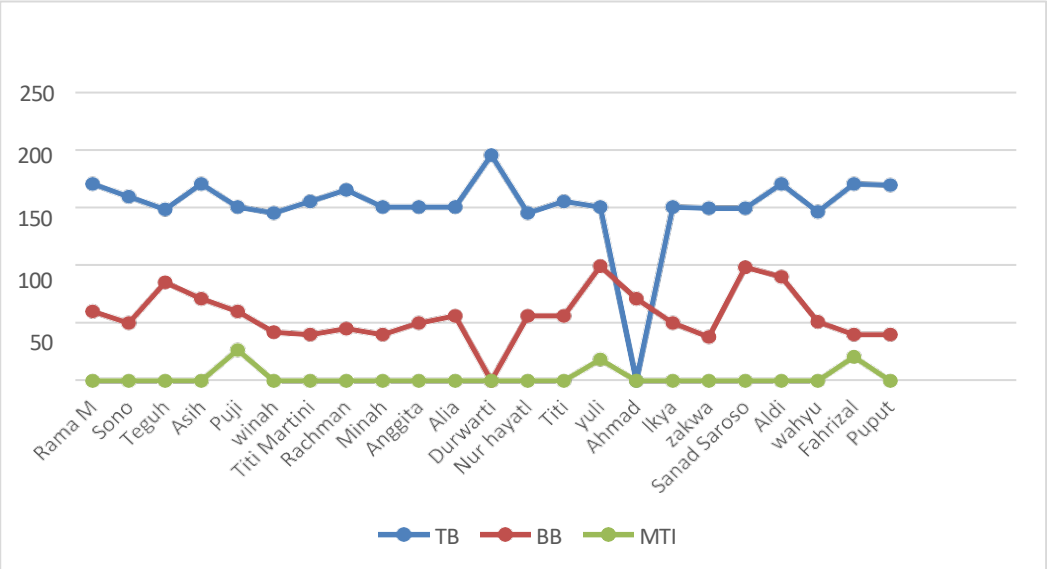
Kegiatan penyuluhan tentang pencegahan pneumonia yang dilaksanakan di GOR Satria Purwokerto diikuti oleh sebanyak 50 peserta. Peserta terdiri atas 16 orang laki-laki (32%) dan 34 orang perempuan (68%), dengan rentang usia antara 20 hingga 70 tahun. Kegiatan berjalan dengan lancar, diawali dengan registrasi peserta, penyuluhan kesehatan, dan dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah, berat badan, tinggi badan, serta penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki status berat badan berlebih hingga obesitas. Berdasarkan data yang diperoleh, sebanyak 17 orang (34%) berada dalam kategori berat badan normal, 5 orang (10%) dalam kategori gemuk, dan 22 orang (44%) dalam kategori obesitas. Sisanya menunjukkan nilai yang termasuk dalam kategori berat badan kurang atau underweight. Dari hasil pemeriksaan tekanan darah, diketahui bahwa sebagian besar peserta mengalami tekanan darah abnormal. Tekanan darah tinggi lebih banyak ditemukan pada peserta laki-laki dibandingkan perempuan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta berisiko mengalami komplikasi kesehatan lebih lanjut, termasuk risiko pneumonia yang lebih tinggi.

Secara umum, peserta yang memiliki IMT kategori obesitas (Gambar 4) ditemukan memiliki tekanan darah yang relatif lebih tinggi dibandingkan dengan peserta dengan IMT normal. Korelasi ini mengindikasikan bahwa obesitas dan tekanan darah tinggi dapat menjadi faktor risiko tambahan dalam meningkatkan kerentanan terhadap infeksi pneumonia. Berdasarkan observasi langsung, para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti sesi penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Banyak peserta yang aktif bertanya terkait materi pneumonia, baik mengenai gejala awal, upaya pencegahan, hingga penanganan awal bila terjadi infeksi.

Salah satu pengamatan penting adalah bahwa sebelum kegiatan ini, sebagian besar peserta belum memahami hubungan antara kondisi kesehatan umum, seperti obesitas dan hipertensi, dengan peningkatan risiko terjadinya pneumonia. Setelah penyuluhan, peserta mengaku mendapatkan wawasan baru dan menunjukkan komitmen untuk

mulai memperbaiki pola hidup mereka, seperti meningkatkan aktivitas fisik dan memperbaiki pola makan.



Gambar 2. IMT Peserta

Dokumentasi kegiatan, baik dalam bentuk foto penyuluhan maupun sesi pemeriksaan, menunjukkan interaksi positif antara tim pelaksana dan peserta. Evaluasi verbal yang dilakukan setelah kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas peserta mampu menjawab dengan benar pertanyaan-pertanyaan sederhana yang diajukan tentang materi pneumonia, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah penyuluhan berlangsung.

Dengan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa metode penyuluhan interpersonal yang diterapkan cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan pneumonia, sekaligus meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan umum untuk mencegah infeksi saluran pernapasan.

Gambar 3. Persiapan Latihan pengukuran tekanan darah

Materi edukasi disusun berbasis bukti ilmiah dari sumber terpercaya, seperti Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *World Health Organization* (WHO), serta referensi jurnal terkini. Penyuluhan dilakukan dengan metode komunikasi interpersonal secara tatap muka untuk memastikan interaksi efektif antara pemateri dan peserta. Materi yang disampaikan meliputi definisi pneumonia, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala klinis, serta strategi pencegahan penyakit melalui pola hidup bersih dan sehat.

Gambar 4. Kegiatan Penyampaian materi dan tanya jawab dengan masyarakat

Setelah penyuluhan, peserta diberikan layanan pemeriksaan kesehatan gratis yang meliputi pengukuran tekanan darah menggunakan alat sphygmomanometer digital, pengukuran berat badan dan tinggi badan menggunakan alat ukur standar, serta perhitungan IMT menggunakan rumus berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter. Hasil pemeriksaan kesehatan dijelaskan secara langsung kepada peserta agar mereka memahami kondisi fisiknya dan kaitannya dengan risiko penyakit, khususnya pneumonia.

Gambar 5. Pelaksanaan penyuluhan dan pengukuran tekanan darah

4. PEMBAHASAN

Hasil kegiatan penyuluhan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki berat badan berlebih hingga obesitas serta mengalami tekanan darah tidak normal. Temuan ini sejalan dengan sejumlah penelitian yang mengindikasikan adanya hubungan antara obesitas dan hipertensi dengan peningkatan risiko infeksi saluran pernapasan bawah, termasuk pneumonia. Obesitas diketahui dapat menurunkan fungsi kekebalan tubuh, memperburuk mekanisme pertahanan saluran napas, serta meningkatkan kerentanan terhadap infeksi paru (Lempesis & Georgakopoulou, 2023). Selain itu, individu dengan obesitas sering kali mengalami gangguan pada fungsi ventilasi paru, seperti penurunan volume cadangan ekspirasi dan kapasitas vital paru, yang berdampak pada efisiensi pertukaran gas dan memperbesar risiko infeksi saluran pernapasan (Saminan, 2019). Hal ini memperkuat temuan dari kegiatan ini, di mana peserta dengan kategori obesitas cenderung memiliki tekanan darah lebih tinggi dan menunjukkan pemahaman awal yang kurang terkait pencegahan pneumonia.

Tekanan darah tinggi atau hipertensi juga berkontribusi terhadap penurunan imunitas tubuh secara tidak langsung. Hipertensi dapat menyebabkan disfungsi endotel dan inflamasi kronis sistemik, yang berpotensi memperburuk respon tubuh terhadap infeksi (Zhang et al., 2023) Peserta dengan hipertensi di kegiatan ini didominasi oleh laki-laki, yang konsisten dengan laporan bahwa prevalensi hipertensi lebih tinggi pada kelompok pria dewasa (Prameswari et al., 2023).

Penyuluhan kesehatan dengan pendekatan interpersonal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pneumonia. Hal ini tercermin dari respons peserta yang aktif bertanya, mampu menjawab pertanyaan post-test secara benar, dan menunjukkan perubahan sikap positif terhadap pentingnya upaya pencegahan. Metode komunikasi interpersonal memungkinkan peserta merasa lebih nyaman untuk menyampaikan pertanyaan atau kebingungan mereka secara langsung, sehingga meningkatkan efektivitas transfer informasi.

Minimnya pengetahuan awal masyarakat tentang pneumonia yang teridentifikasi dalam kegiatan ini memperkuat data nasional yang menunjukkan bahwa pneumonia masih kurang dikenal dibandingkan penyakit infeksi lain, meskipun angka kejadian dan kematiannya cukup tinggi di Indonesia (Selvany et al., 2024). Oleh karena itu, program edukasi yang berkesinambungan dan terintegrasi sangat penting untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

Dari hasil pengukuran kesehatan peserta, terlihat bahwa terdapat kebutuhan mendesak untuk memperbaiki gaya hidup, termasuk pengaturan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, serta pemantauan rutin terhadap tekanan darah dan berat badan. Dengan demikian, upaya pencegahan pneumonia tidak hanya berfokus pada penanganan infeksi itu sendiri, tetapi juga pada pengendalian faktor risiko komorbiditas seperti obesitas dan hipertensi. Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini mempertegas bahwa intervensi sederhana berupa penyuluhan tatap muka, disertai pemeriksaan kesehatan dasar, dapat menjadi pendekatan efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pneumonia dan faktor risiko terkait. Implementasi program serupa secara berkelanjutan di komunitas diharapkan mampu mengurangi insidensi pneumonia di masa depan.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan mengenai pencegahan pneumonia yang dilaksanakan di GOR Satria Purwokerto berjalan dengan baik dan menunjukkan hasil yang positif. Penyuluhan interpersonal yang dikombinasikan

dengan pemeriksaan kesehatan dasar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pneumonia, faktor risiko, dan upaya pencegahannya. Mayoritas peserta yang sebelumnya memiliki pengetahuan terbatas mengenai pneumonia, setelah kegiatan ini mampu memahami tanda dan gejala awal, serta pentingnya penerapan pola hidup sehat.

Data hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa prevalensi obesitas dan hipertensi cukup tinggi di antara peserta, kondisi yang secara teoritis berhubungan dengan peningkatan risiko pneumonia. Temuan ini mempertegas pentingnya pendekatan promotif dan preventif berbasis komunitas untuk menekan angka kejadian pneumonia, terutama di kelompok usia dewasa dan lanjut usia. Penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara rutin dan terstruktur diharapkan dapat membangun kesadaran kolektif masyarakat dalam menjaga kesehatan paru-paru.

6. SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan ini, disarankan agar institusi pelayanan kesehatan seperti Puskesmas dan Dinas Kesehatan setempat lebih mengintensifkan program promosi kesehatan mengenai pneumonia. Kegiatan penyuluhan perlu dilakukan secara berkelanjutan, dengan sasaran utama kelompok usia rentan serta komunitas dengan risiko kesehatan tinggi. Selain itu, penting untuk mengintegrasikan edukasi pencegahan pneumonia dengan program penanganan penyakit tidak menular, seperti obesitas dan hipertensi, mengingat keterkaitan erat antar kondisi tersebut. Diharapkan juga agar masyarakat dapat lebih aktif melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala UPTD GOR Satria Purwokerto yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Harapan Bangsa atas dukungan dan kesempatan yang diberikan untuk melaksanakan program pengabdian masyarakat ini. Tidak lupa, apresiasi disampaikan kepada seluruh peserta kegiatan atas partisipasi aktif dan antusiasme mereka, yang turut mendukung keberhasilan program ini.

8. DAFTAR PUSTAKA

Chalmers, J. D., Short, P. M., Mandal, P., Akram, A. R., & Hill, A. T. (2010). Statins in community acquired pneumonia: Evidence from experimental and clinical studies. In *Respiratory Medicine* (Vol. 104, Issue 8, pp. 1081–1091). https://doi.org/10.1016/j.rmed.2010.04.005

Cheng, G. S., Crothers, K., Evans, S. E., Aliberti, S., Bergeron, A., Boeckh, M., Chien, J. W., Cilloniz, C., Cohen, K., Dean, N., Dela Cruz, C. S., Dickson, R. P., Greninger, A. L., Hage, C. A., Hohl, T. M., Holland, S. M., Jones, B. E., Keane, J., Metersky, M., … Wunderink, R. G. (2023). Immunocompromised Host Pneumonia: Definitions and Diagnostic Criteria An Official American Thoracic Society Workshop Report. *Annals of the American Thoracic Society*, *20*(3), 341–353. https://doi.org/10.1513/AnnalsATS.202212-1019ST

Efni, Y., Machmud, R., & Pertiwi, D. (2016). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Pneumonia pada Balita di Kelurahan Air Tawar Barat Padang. In *Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 5, Issue 2). http://jurnal.fk.unand.ac.id

Fatmawati, R., Kusumajaya, H., & Ardiyansyah. (2023). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENGETAHUAN PERAWAT DALAM PENCEGAHAN VENTILATOR ASSOCIATED PNEUMONIA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, *5*(4), 1633–1646. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP

Lempesis, I. G., & Georgakopoulou, V. E. (2023). Implications of obesity and adiposopathy on respiratory infections; focus on emerging challenges. *World Journal of Clinical Cases*, *11*(13), 2925–2933. https://doi.org/10.12998/wjcc.v11.i13.2925

Prameswari, D. P., Duanto, Y. G., Budiman, V. T., & Ramadhan. (2023). TINJAUAN PREVALENSI HIPERTENSI DI DESA TIBUBIU 2022. *Journal Transformation of Mandalika*, *4*(2), 143–153. http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jtm/issue/archive

Prasana, I. G. E. J., Jeviana, A., Istiani, L. N., Sari, N. M. N. I., Alverina, N. K. A. S., & Mahfud, Z. M. (2024). PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS BAYI DENGAN PNEUMONIA KOMUNITAS LOBUS SUPERIOR, SEGMENT ANTERIOR DEXTRA. *Jurnal ASSYIFA*, *2*(2), 288–294.

Saminan. (2019). Efek Kelebihan Berat Badan terhadap Pernafasan. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, *2*(4), 27–33.

Selvany, Kusumajaya, H., & Ardiansyah. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Pneumonia. *Altra: Jurnal Keperawatan Holistik*, *1*(1), 46–54.

Suci, L. N. (2020). Pendekatan Diagnosis dan Tata Laksana Pneumonia pada Anak. *Jurnal Kedokteran Naggroe Medika*, *3*(1), 30–38.

Zhang, Z., Zhao, L., Zhou, X., Meng, X., & Zhou, X. (2023). Role of inflammation, immunity, and oxidative stress in hypertension: New insights and potential therapeutic targets. In *Frontiers in Immunology* (Vol. 13). Frontiers Media S.A. https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.1098725