



## Edukasi KTR dan *Deep Berithing* Mencegah ISPA Untuk Mengurangi Risiko *Stunting* Di Desa Sukasari Kec.Air Periukan Kab.Seluma

Hartini Saputri Endang Sari <sup>1)</sup>; Darmawansyah <sup>2)</sup>; Vira Ardita Indriani <sup>3)</sup>; Maya Diana Agutina <sup>4)</sup>  
<sup>1,2,3,4)</sup> Universitas Dehasen Bengkulu

Email: <sup>1</sup> [endangsr629@gmail.com](mailto:endangsr629@gmail.com), <sup>2</sup> [viraardita096@gmail.com](mailto:viraardita096@gmail.com), <sup>3</sup> [mayadianaagustina@gmail.com](mailto:mayadianaagustina@gmail.com)  
<sup>4</sup> [darmawansyah@unived.ac.id](mailto:darmawansyah@unived.ac.id)

### ARTICLE HISTORY

Received [10 Agustus 2025]  
Revised [20 September 2025]  
Accepted [25 September 2025]

### KEYWORDS

ISPA, Smoke-Free Areas (KTR), Deep Breathing, Health Counseling, Stunting.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



### ABSTRAK

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas, terutama pada balita. Di Kabupaten Seluma, Provinsi Bengkulu, angka kejadian ISPA cukup tinggiterdapat 22 Kasus ISPA, khususnya di wilayah Dusun 1 Desa Sukasari yang terdampak oleh polusi udara dari aktivitas industri dan asap rokok. Program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) Universitas Dehasen Bengkulu tahun 2025 berfokus pada upaya pencegahan ISPA melalui pendekatan edukatif, yakni dengan metode penyuluhan ISPA, penerapan Kawasan Tanpa Rokok (KTR), praktik teknik pernapasan dalam (Deep Breathing), dan penyebaran leaflet serta edukasi Digital. Kegiatan ini dilaksanakan melalui kolaborasi dengan perangkat desa dan masyarakat setempat. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran masyarakat terkait pentingnya kebersihan lingkungan, pengurangan paparan asap rokok, serta pemanfaatan teknik pernapasan dalam yang bertujuan meningkatkan kapasitas paru-paru dan menurunkan risiko infeksi saluran napas gejala ISPA. Program ini terbukti efektif sebagai strategi promotif dan preventif berbasis masyarakat yang dapat menjadi model penerapan di wilayah lain. Kolaborasi lintas sektor dan edukasi berkelanjutan sangat penting untuk mendukung upaya penurunan angka kejadian ISPA, serta berkontribusi dalam pencegahan stunting melalui peningkatan kesehatan pernapasan anak.

### ABSTRACT

Acute Respiratory Tract Infection (ARI) is one of the main causes of morbidity and mortality, especially in toddlers. In Seluma Regency, Bengkulu Province, the incidence of ARI is quite high, there are 22 cases of ARI, especially in the area of Dusun 1, Sukasari Village which is affected by air pollution from industrial activities and cigarette smoke. The Thematic Community Service Program (KKN-T) of Dehasen University Bengkulu in 2025 focuses on efforts to prevent ARI through an educational approach, namely the ARI counseling method, the implementation of Smoke-Free Areas (KTR), the practice of deep breathing techniques, and the distribution of leaflets and Digital education. This activity was carried out through collaboration with village officials and the local community. The results of the activity showed an increase in public awareness regarding the importance of environmental cleanliness, reducing exposure to cigarette smoke, and the use of deep breathing techniques which aim to increase lung capacity and reduce the risk of respiratory tract infections with ARI symptoms. This program has proven effective as a community-based promotive and preventive strategy that can be a model for implementation in other areas. Cross-sector collaboration and ongoing education are essential to support efforts to reduce the incidence of ISPA, as well as contribute to preventing stunting by improving children's respiratory health.

## PENDAHULUAN

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) merupakan penyakit umum yang sering menyerang balita dan dapat berdampak pada status gizi anak. ISPA yang terjadi berulang kali dapat menyebabkan nafsu makan menurun, gangguan penyerapan nutrisi, dan peningkatan kebutuhan energi, sehingga berisiko menyebabkan kekurangan gizi dan stunting. Penyuluhan mengenai pencegahan ISPA sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan anak, yang pada akhirnya dapat membantu menurunkan angka kejadian stunting di Indonesia. ISPA adalah infeksi akut yang menyerang satu atau lebih bagian dari saluran pernapasan, mulai dari hidung hingga alveoli, termasuk jaringan adneksa seperti sinus, rongga telinga tengah, dan pleura. Penyakit ini berlangsung selama 14 hari atau kurang dan dapat disebabkan oleh berbagai mikroorganisme seperti virus, bakteri, atau kombinasi keduanya. Penyakit ini ditandai dengan gejala seperti batuk, pilek, demam, dan kesulitan bernapas (Mulyani 2024)

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama, baik di tingkat global maupun nasional. Menurut data dari World Health Organization (WHO), ISPA merupakan penyebab utama kematian di dunia dengan jumlah kasus mencapai sekitar 120 juta jiwa setiap tahunnya dan menyebabkan kematian sekitar 1,4 juta orang. Pada tahun 2016, tercatat sebanyak 15.000 anak balita meninggal dunia setiap harinya akibat ISPA. Sementara pada tahun 2017, dari total 5,4 juta kematian anak balita di dunia, sebanyak 16% di antaranya disebabkan oleh ISPA, yaitu sekitar 920.136





## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Aktivitas

Berdasarkan data yang di peroleh dari Puskesmas Air Periukan Kabupaten Seluma, pada Desa sukasari terdapat 22 kasus ISPA dan Sebagian ada di dusun 1. Tingginya populasi udara disebabkan oleh banyaknya lokasi pabrik sawit dan paparan asap rokok, namun faktor lain, seperti kesehatan imunologi masyarakat yang buruk secara keseluruhan, juga berperan dalam faktor penyebab penyakit ISPA. Selain itu, karakteristik pejamu yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan tingkat kesadaran mempengaruhi aspek-aspek yang mungkin mempengaruhi penularan ISPA berdasarkan segitiga epidemiologi. Melihat pada jumlah anak yang terjangkit ISPA di Kabupaten Seluma terkhususnya pada Dusun 1 Desa Suksari Kecamatan Air Periukan, tim Kuliah Kerja Nyata (KKN) mencoba untuk melakukan penyuluhan program KTR dan *Deep Breating* untuk mengurangi jumlah masyarakat yang terjangkit ISPA dan melakukan kegiatan-kegiatan yang bertujuan untuk mengurangi penyebaran bakteri dan Virus penyebab ISPA, Khususnya di Desa Sukasari Dusun 1 Kabupaten Seluma, Kota Bengkulu Kegiatan yang dilakukan berupa:



Gambar 2 Foto Bersama Masyarakat dan Mahasiswa KKN di Masjid Al-Hidayah



Gambar. 3 Penyuluhan ISPA di Dusun 1 Desa Sukasari



**Gambar. 4 Penyuluhan Kawasan Tanpa Rokok (KTR)**



**Gambar 5 Praktik Pernafasan Dalam (*Deep Breathing*)**

### **Penyelesaian Masalah Penyuluhan Tentang ISPA**

Penyuluhan Tentang ISPA dilkauakan di masjid Al-Hidayah Desa Sukasari .pada masyarakat yang ikut berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan ISPA mulai dari awal kegiatan sampai dengan kegiatan selesai kemudian masyarakat juga berpartisipasi dalam mengikuti rangkaian kegiatan yaitu sesi tanya jawab yang di berikan oleh Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu kepad amsyarakat dan memberikan apresiasi bagi yang menjawab yang berupa *Door prize*. Dalam keiatan ini, masyarakat ikut berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan ini sangat antusias mulai dari kegiatan di mulai sampai dengan selesai dan diharapkan agar kegiatan penyuluhan ISPA ini dapat bermanfaat bagi masyarakat.

Penyuluhan mengenai ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Akut) memiliki peran penting dalam menurunkan risiko stunting, terutama pada balita. ISPA yang berulang atau kronis dapat mengganggu status gizi anak karena tubuh membutuhkan energi lebih untuk melawan infeksi, sementara nafsu makan cenderung menurun saat sakit. Akibatnya, asupan nutrisi berkurang, penyerapan gizi terganggu, dan pertumbuhan anak bisa terhambat.



## Penyuluhan Tentang KTR

Selanjutnya yang dilakukan untuk pencegahan ISPA yaitu kegiatan Kawasan Tanpa Rokok (KTR). Penyuluhan KTR merupakan serangkaian upaya yang bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku pada individu, kelompok, komunitas, atau masyarakat agar mereka memiliki pengetahuan, kemauan, dan kemampuan dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi. Tujuan utama dari penyuluhan adalah meningkatkan kualitas dan martabat kehidupan manusia (Amanah, 2019). Sementara itu, penyuluhan kesehatan merupakan bentuk pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk menyebarkan informasi, membangun kepercayaan, serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan.

Selain itu, kegiatan ini juga berperan dalam memperdalam pemahaman masyarakat tentang isu-isu kesehatan (Ramayanti et al., 2022). Penerapan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) di berbagai fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan klinik bersalin serta di lingkungan sekolah terbukti efektif dalam menurunkan paparan asap rokok, meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya rokok, serta berkontribusi signifikan dalam menekan angka kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak dan ibu hamil, dengan dukungan melalui edukasi, advokasi, dan pengawasan lingkungan yang konsisten. (Sari Dkk 202)

## Penerapan *Deep Breating* (Pernafasan Dalam)

Selanjutnya yang dilakukan yaitu penyuluhan dan praktik teknik *deep Breating*. Berdasarkan studi terbaru tentang Pernafasan dalam menyoroti pentingnya peran keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita ISPA. Melalui penyuluhan, anggota keluarga diajarkan teknik pernapasan dalam dan batuk efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam merawat pasien ISPA di rumah. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anggota keluarga dan kemampuan mereka dalam mendemonstrasikan latihan pernapasan dalam dan batuk efektif. (Rosita Dkk 2024).

## Pembagian Leaflet

Beberapa Studi menunjukkan Leaflet terbukti sebagai media yang efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai ISPA, mencakup gejala, penularan, dan upaya pencegahannya. Studi di Indonesia mengungkapkan bahwa penyebaran leaflet yang disertai penyuluhan dapat secara signifikan menambah pengetahuan masyarakat. Karena mudah disebarluaskan dan biayanya rendah, leaflet cocok digunakan di daerah dengan keterbatasan akses internet.

Dukungan visual berupa gambar atau ilustrasi sangat membantu kelompok dengan tingkat literasi rendah dalam memahami isi informasi. Selain efisien secara biaya, leaflet juga dapat memperkuat kegiatan edukatif lainnya seperti kampanye kesehatan, penyuluhan langsung, dan kegiatan komunitas. Meski demikian, keberhasilannya bisa menurun bila masyarakat enggan membaca atau tidak memahami isi leaflet, sehingga diperlukan integrasi dengan metode edukasi lainnya. Evaluasi berkelanjutan terhadap desain dan isi leaflet, seperti penggunaan bahasa yang mudah dipahami dan tampilan yang menarik, sangat penting untuk meningkatkan efektivitas dan jangkauan pesan kesehatan terkait pencegahan ISPA.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kolaborasi Tim KKN UNIVED 2025 dengan Pemerintah Desa Sukasari dalam pencegahan ISPA menggunakan strategi KTR dan *Deep Breating* telah membuktikan efektivitas pendekatan terintegrasi dalam mengendalikan penyakit ISPA. Program ini tidak hanya menekankan pencegahan individu tetapi juga memperkuat partisipasi masyarakat melalui kegiatan himbawan Masyarakat untuk bekerja sama di setiap Jum'at membersihkan lingkungan Kelurahan dan sosialisasi serta penerapan pernafasan dalam. Strategi KTR dan *Deep Breating*, berhasil disampaikan melalui kegiatan lapangan dan media edukasi digital dan Liflet.

Pendekatan ini meningkatkan kesadaran warga tentang pentingnya kebersihan lingkungan dan membangun perubahan perilaku positif untuk memutus rantai penularan Bakteri dan Virus penyebab ISPA. Hasilnya, risiko penyebaran ISPA menurun, menunjukkan pentingnya kerja sama lintas sektor dalam mencapai kesehatan masyarakat yang lebih baik. Langkah-langkah ini diharapkan menjadi model bagi Kelurahan lain untuk mengurangi risiko ISPA melalui partisipasi aktif dan kesadaran lingkungan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kabupaten Seluma. (2025). *Jumlah Kunjungan Pasien di Kabupaten Seluma*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mulyati, S. S., Iriantoi, R. Y., & Hidayah, N. (2024). Faktor-faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian ISPA di Permukiman Sekitar Bandara. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 23(1), 67–72.
- Qalbina, Z. A., & Agustini, R. T. (2023). Advokasi Penerapan Kawasan Tanpa Rokok di Klinik Umum dan Bersalin Kusuma sebagai Upaya Pencegahan Dampak Asap Rokok pada Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 207–214.
- Rosita L Dkk (2024). *Penyuluhan Kesehatan Keluarga tentang Penerapan Latihan Nafas Dalam dan Batuk Efektif pada Klien dengan ISPA*. E-Jurnal Umega Buana. Diakses dari <https://e-jurnal.umegabuana.ac.id/index.php/JICS/article/view/84/66>.
- Sari, D. N., Nafisah, L., & Intiasari, A. D. (2023). Implementasi Kawasan Tanpa Rokok di Sekolah Menengah Atas Swasta Wilayah Perkotaan. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 62
- World Health Organization. (2023). *World Health Statistics 2023: Monitoring Health for the SDGs*. Geneva: WHO. Diakses dari <https://www.who.int/publications/i/item/9789240074323>