

**PENERAPAN METODE LIMA TUGAS KESEHATAN KELUARGA UNTUK  
MENCEGAH DAN MENANGGULANGI PENYAKIT PADA SALURAN  
PERNAFASAN (TB PARU DAN ISPA)**

*APPLICATION OF FIVE FAMILY HEALTH TASKS METHODES FOR PREVENT AND  
OVERCOME RESPIRATORY DISEASES*

**Dian Wahyuni**

Staf Pengajar Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**ABSTRACT**

*The respiratory system is the link between the outside environment and the environment in the body. The main task of the lungs are respiration, plays a role in metabolism, circulation dispose of certain substances such as serotonin and buffer (buffer) vessel volume darah. Therefore, if there is a disruption or damage to the respiratory tract and the lungs it will affect multiple pathological (disease) to humans. The illness can cause harm both morally and materially. Diseases of the respiratory tract and lung disease are the most widely reported visited to the Puskesmas. Accordance with the maintenance function health, family has a health duty that they must understand and performed. Five family health task method can be applied to cases of pulmonary tuberculosa and tractus respiratory infection.*

**Keywords:** family health tasks, pulmonary tuberculosa, tractus respiratory infection

**ABSTRAK**

Sistem pernafasan merupakan penghubung antara lingkungan luar dengan lingkungan dalam tubuh. Tugas utama paru-paru adalah respirasi, memegang peranan dalam metabolisme, membuang substansi tertentu dari sirkulasi misalnya serotonin dan buffer (penyangga) volume pembuluh darah. Oleh karena itu, jika ada gangguan atau kerusakan pada saluran pernafasan dan paru-paru maka akan berdampak multiple patologis (penyakit) bagi manusia. Penyakit yang diderita dapat menyebabkan kerugian baik secara moril maupun materiil. Penyakit pada saluran pernafasan dan paru-paru merupakan penyakit yang paling banyak dilaporkan kunjungannya di puskesmas. Sesuai dengan fungsi pemeliharaan kesehatan, keluarga mempunyai tugas di bidang kesehatan yang perlu dipahami dan dilakukan. Metode lima tugas kesehatan keluarga dapat diterapkan pada kasus penyakit TB paru dan ISPA

**Kata kunci:** Tugas Kesehatan Keluarga, TB Paru, ISPA

**PENDAHULUAN**

Sistem pernafasan merupakan penghubung antara lingkungan luar dengan lingkungan dalam tubuh. Tugas utama paru-paru adalah respirasi, memegang peranan dalam metabolisme, membuang substansi tertentu dari sirkulasi misalnya serotonin dan buffer (penyangga) volume pembuluh darah.<sup>1</sup> Oleh karena itu, jika ada gangguan atau kerusakan pada saluran pernafasan dan paru-paru maka akan berdampak multiple patologis (penyakit) bagi manusia. Penyakit yang

diderita dapat menyebabkan kerugian baik secara moril maupun materiil.

Penyakit pada system pernafasan, merupakan penyakit urutan pertama terbanyak yang berkunjung di Puskesmas Kabupaten Ogan Ilir berupa ISPA pada balita.<sup>2</sup> Sedangkan untuk pencapaian target penemuan kasus Tb baru, untuk beberapa puskesmas dalam pelaksanaan program TB paru mulai tahun 2010 tidak tercapai.<sup>3</sup>

Sesuai dengan fungsi pemeliharaan kesehatan, keluarga mempunyai tugas dibidang kesehatan yang perlu dipahami dan

dilakukan. Menurut Friedman dan Suprajitno, keluarga mempunyai lima tugas dalam mengatasi masalah kesehatan;<sup>4,5</sup>

1. Mengetahui masalah kesehatan keluarga.

Perubahan sekecil apapun yang dialami anggota keluarga secara tidak langsung menjadi perhatian dan tanggung jawab keluarga, maka apabila menyadari adanya perubahan perlu segera dicatat kapan terjadinya, perubahan apa yang terjadi dan seberapa besar perubahannya.<sup>4</sup>

Dijelaskan juga oleh Suprajitno kesehatan merupakan kebutuhan keluarga yang tidak dapat diabaikan karena tanpa kesehatan segala sesuatu tidak akan berarti dan karena tanpa kesehatan segala sesuatu tidak akan berarti dan karena kesehatan kadang seluruh kekuatan sumber daya dan dana keluarga habis.<sup>5</sup> Orang tua perlu mengenal keadaan kesehatan dan perubahan-perubahan yang dialami anggota keluarga. Dalam hal ini kemampuan keluarga meliputi sejauh mana keluarga mengetahui mengenai fakta-fakta dari masalah kesehatan yang meliputi pengertian, tanda dan gejala, faktor penyebab maupun yang mempengaruhi serta persepsi keluarga terhadap masalah.<sup>6</sup>

2. Memutuskan tindakan yang tepat untuk mengatasi masalah kesehatan keluarga.

Tugas ini mempertimbangkan siapa diantara keluarga yang mempunyai kemampuan memutuskan untuk menentukan tindakan. Jika keluarga mempunyai keterbatasan seyogianya meminta bantuan orang lain di lingkungan sekitar keluarga. Menurut Suprajitno, tugas ini merupakan upaya keluarga untuk mencari/memutuskan tindakan yang tepat sesuai dengan keadaan keluarga. Tindakan kesehatan yang dilakukan keluarga diharapkan tepat agar masalah kesehatan dapat dikurangi atau bahkan teratasi. Dalam hal ini keluarga juga memutuskan tindakan yang tepat untuk melindungi keluarga dari masalah kesehatan untuk

meningkatkan kesehatan anggota keluarga.<sup>5</sup>

3. Melakukan tindakan kesehatan kepada anggota keluarga yang sakit, mempunyai gangguan tubuh atau membutuhkan bantuan/asuhan keperawatan.

Perawatan ini dapat dilakukan di rumah apabila keluarga memiliki kemampuan melakukan tindakan untuk pertolongan pertama atau pelayanan kesehatan untuk memperoleh tindakan lanjutan agar masalah lebih parah tidak terjadi.

Dalam tahap ini kemampuan keluarga meliputi: sejauhmana keluarga mengetahui keadaan penyakitnya(sifat, cara perawatan, penyebaran, komplikasi), keluarga mengetahui tentang sifat dan perkembangan perawatan yang dibutuhkan, keluarga mengetahui keberadaan fasilitas yang dibutuhkan untuk perawatan serta sikap keluarga kepada si sakit.<sup>6</sup>

Perawatan kepada anggota keluarga yang sakit dapat dilakukan di institusi pelayanan kesehatan atau dirumah apabila keluarga telah memiliki kemampuan melakukan tindakan pertolongan pertama.<sup>4</sup>

4. Memelihara lingkungan sehingga dapat menunjang peningkatan kesehatan keluarga.

Dalam tahap ini kemampuan keluarga meliputi; keluarga mengetahui sumber-sumber keluarga yang dimiliki, keluarga mengetahui manfaat dari pemeliharaan lingkungan, keluarga mengetahui upaya pencegahan penyakit, keluarga mengetahui pentingnya hygiene sanitasi, sejauhmana sikap dan tindakan keluarga terhadap hygiene sanitasi, serta sejauhmana kekompakan anggota keluarga.<sup>6</sup>

5. Memanfaatkan sumber daya yang ada dimasyarakat.

Dalam tahap ini keluarga mengetahui keuntungan-keuntungan yang dapat diperoleh dari fasilitas kesehatan serta memanfaatkan sebaik mungkin.<sup>6</sup>

## PEMBAHASAN

Berdasarkan dari teori tersebut dan pengalaman menerapkan metode lima tugas kesehatan keluarga pada penyakit Demam Berdarah Dengue dalam kegiatan pengabdian IbM.<sup>6</sup> maka berikut ini penerapannya pada penyakit paru dan ISPA. Dalam melaksanakan teori ini, perawat berperan sebagai *provider of nursing care* dengan fungsi independen, dependen dan interdependen.<sup>7</sup>

Bidang ilmu yang terkait dalam pengembangan metode ini adalah Ilmu Keperawatan dasar yaitu mata kuliah Kebutuhan Dasar Manusia, Ilmu Keperawatan Penunjang yaitu Fisiologi dan Patofisiologi, Ilmu Keperawatan Klinik yaitu Keperawatan Medikal Bedah dan Ilmu Keperawatan Komunitas yaitu keperawatan keluarga.<sup>7</sup>

### Sintesa Metode Lima Tugas Kesehatan Keluarga terhadap TB Paru<sup>8,9,10</sup>

1. Mengetahui masalah kesehatan keluarga
  - a. Ibu mengetahui pengertian TB paru yaitu Tuberkulosis yang merupakan penyakit infeksi menular pada paru-paru
  - b. Ibu mengetahui bahwa *Mycobacterium tuberculosis* menyebabkan penyakit TB Paru.
  - c. Ibu mengetahui tanda-tanda awal bahwa seseorang telah terkena penyakit TB paru, yaitu: batuk berdahak lebih dari 3 minggu, demam terutama pada sore dan malam hari, sesak, setiap malam berkeringat, nyeri dada, tidak nafsu makan, banyak tidur, malas.
  - d. Ibu mengetahui cara penularan TB Paru yaitu bakteri masuk kedalam tubuh melalui udara/saluran pernafasan, makanan dan minuman/saluran pencernaan, luka
  - e. Selain dengan mengamati dan mengetahui kondisi kesehatan anggota keluarga, ibu juga menanyakan langsung kepada anggota keluarganya mengenai perubahan-perubahan yang dialami pada tubuhnya.
2. Memutuskan tindakan yang tepat untuk mengatasi masalah kesehatan keluarga.
  - a. Ibu mengetahui bahwa untuk terhindar dari penyakit TB Paru harus memiliki daya tahan tubuh yang baik. Hal itu dapat diperoleh dengan menyajikan makanan bergizi dan memberikan vitamin pada anggota keluarga.
  - b. Ibu bersama anggota keluarga mau melakukan DOTs (*directly observed treatment shortcourse chemotherapy*).
  - c. Ibu mau menyiapkan tempat khusus untuk membuang dahak, membedakan tempat makan, minum, tidur, pakaian penderita untuk mencegah penularan TB Paru
  - d. Apabila anggota keluarga yang sakit tidak memungkinkan dirawat dirumah dikarenakan keparahan penyakitnya, maka ibu dan keluarga akan memutuskan untuk merujuk anggota keluarga yang sakit ke rumah sakit untuk mendapatkan perawatan yang intensif.
3. Melakukan tindakan kesehatan kepada anggota keluarga yang sakit, mempunyai gangguan tubuh atau membutuhkan bantuan/asuhan keperawatan.
  - a. Ibu mengetahui cara untuk menunjang penyembuhan bagi penderita TB Paru, yaitu dengan memberikan asupan gizi yang cukup dan membuat penderita beristirahat dengan baik.
  - b. Ibu mengetahui tindakan perawatan bagi anggota keluarga yang terkena penyakit TB Paru, yaitu Menyiapkan tempat khusus pembuangan dahak yaitu wadah/kaleng yang diisi  $\frac{1}{4}$  air ditambahkan deterjen secukupnya dan

- diberi tutup; Menyuci dan menyimpan piring dan gelas penderita secara terpisah; Jemur setiap hari peralatan tidur penderita (kasur, selimut, bantal, guling) pada panas matahari; Menyiapkan sapatangan khusus untuk menutup mulut jika batuk; Mengingat dan mengawasi penderita dalam keteraturan minum obat; Menemani penderita setiap kali berobat; Melakukan kompres dingin saat panas tinggi; Tidak mengucilkan penderita, pertahankan komunikasi dan interaksi dengan jarak yang tidak berdekatan
- c. Ibu mengetahui manfaat obat-obatan bagi penderita dan akan memberikan obat sesuai dengan resep dokter.
  - d. Ibu akan selalu memantau kondisi anggota keluarga yang sakit untuk mewaspadaai timbulnya tanda-tanda penyakit TB Paru yang lebih serius yaitu batuk darah.
  - e. Ibu akan memberikan support/dukungan kepada anggota keluarga yang sakit dan membantunya dalam menghadapi sakit dengan lebih sabar.
4. Memelihara Lingkungan sehingga dapat menunjang peningkatan kesehatan.
- a. Ibu mengetahui hal terpenting yang harus dilakukan keluarga yaitu mempertahankan lingkungan yang bersih dan sehat dengan ventilasi dan sinar matahari yang cukup.
  - b. Ibu menyetujui gerakan anti rokok untuk mencegah dan mengurangi keparahan penyakit TB Paru.
  - c. Ibu akan mengajak anggota keluarganya melakukan pembersihan bagi diri, makanan, rumah dan halaman yaitu dengan : Selalu membuka jendela dan pintu supaya sinar matahari dan udara leluasa masuk ke dalam rumah terutama pada waktu pagi hari; Membiasakan mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan dan setelah buang air besar/kecil; Makanan selau ditutup; Menyapu rumah, lawa-lawa dan melap perabot rumah; Menyediakan tempat khusus untuk membuang dahak, tidak membuangnya langsung dipermukaan tanah, ditutup dengan tanah.
5. Memanfaatkan sumber daya yang ada dimasyarakat.
- a. Ibu mengetahui bahwa untuk mendapatkan informasi kesehatan khususnya mengenai TB Paru dapat diketahui dari puskesmas terdekat, rumah sakit, media cetak maupun media elektronik serta informasi dari tetangga.
  - b. Ibu akan membawa anggota keluarga yang memiliki tanda-tanda penyakit TB Paru ke rumah sakit atau puskesmas terdekat untuk mendapatkan pertolongan.
  - c. Ibu akan menghadiri penyuluhan yang diadakan ditempat tinggalnya yang diselenggarakan oleh para tenaga kesehatan untuk menambah informasikesehatan.

**Sintesa Metode Lima Tugas Kesehatan Keluarga terhadap ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Akut)**<sup>11,12</sup>

1. Mengetahui masalah kesehatan keluarga
  - a. Ibu mengetahui pengertian ISPA yaitu infeksi pada saluran pernafasan
  - b. Ibu mengetahui penyebab ISPA antara lain; kuman (bakteri), debu
  - c. Ibu mengetahui tanda-tanda awal bahwa seseorang telah terkena ISPA yaitu batuk, pilek, demam, pegal-pegal pada seluruh badan, rewel, tidak nafsu makan
  - d. Ibu mengetahui kondisi gawat ISPA jika terjadi pada bayi/balita yaitu mengalami nafas cepat/sesak nafas dan akan selalu tidur/mengantuk
  - e. Ibu mengetahui faktor lain yang dapat menularkan ISPA adalah orang yang menderita flu dan asap rokok

- f. Ibu mengetahui pentingnya imunisasi, kebersihan diri, makanan dan lingkungan untuk mencegah ISPA
  - g. Ibu mengetahui dan mengamati kondisi kesehatan anggota keluarga.
2. Memutuskan tindakan yang tepat untuk mengatasi masalah kesehatan keluarga
- a. Ibu mengetahui bahwa untuk terhindar dari penyakit ISPA harus memiliki daya tahan tubuh yang baik. Oleh karena itu, ibu mau menyajikan makanan bergizi dan memberikan vitamin pada anggota keluarga
  - b. Ibu bersama anggota yang lain jika mempunyai bayi diberikan imunisasi lengkap, mau melakukan kebersihan diri, rumah dan halaman, tidak merokok di dekat bayi/anak
  - c. Ibu mengetahui apabila anak diare setelah mengkonsumsi susu atau makanan tertentu maka segera dihentikan
  - d. Ibu mau memberikan obat tradisional jika anak batuk, misalnya air jeruk nipis ditambah madu
  - e. Ibu mau apabila anak ISPA untuk menjaga kebersihan jalan nafas dengan cara membuang mucus/ingus anak dengan kain bersih
  - f. Apabila anggota keluarga sakit tidak memungkinkan dirawat di rumah dikarenakan keparahan penyakitnya, maka ibu dan keluarga memutuskan untuk merujuk anggota keluarga yang sakit untuk mendapatkan perawatan yang intensif.
3. Melakukan tindakan kesehatan kepada anggota keluarga yang sakit, mempunyai gangguan tubuh atau membutuhkan bantuan asuhan keperawatan
- a. Ibu mengetahui cara untuk menunjang penyembuhan bagi penderita diare yaitu dengan memberikan asupan gizi yang cukup dan membuat penderita beristirahat dengan baik
  - b. Ibu mengetahui perawatan bagi anggota keluarga yang terkena ISPA yaitu: Memberikan banyak minum air hangat, ASI bagi bayi; Tidak memberikan air dingin/es; Melakukan kompres saat panas tinggi pada kening/ketiak; Berikan porsi makan sedikit tapi sering dengan menu lengkap yang terdiri dari nasi, sayur, lauk, buah, susu; Tidak membiarkan anak yang sakit banyak bermain dan usahakan banyak beristirahat untuk menghindari penularan dan mempercepat penyembuhan; Untuk melancarkan mucus/ingus berikan getah gambir pada hidung bayi/anak, dan menghirup uap air hangat; Untuk mengencerkan dahak/mengurangi batuk, secara tradisional dapat menggunakan 1 sendok makan madu/kecap manis dicampur dengan 5-10 tetes air jeruk nipis; Membersihkan mucus/ingus anak dengan kain bersih; Segera membawa ke dokter atau puskesmas terdekat jika anak bernafas cepat/sesak yaitu setiap kali anak menarik nafas berjumlah lebih dari 24 kali dalam semenit dan atau selalu mengantuk/tidur.
  - c. Ibu memberikan obat dan mengetahui manfaatnya sesuai dengan resep dokter
  - d. Ibu mengetahui bahwa penderita ISPA sebaiknya menghindari makanan yang mengandung zat kimia
  - e. Ibu selalu memantau kondisi anggota keluarga yang sakit untuk mewaspadai tanda-tanda ISPA yang lebih serius yaitu nafas cepat dengan atau tanpa tarikan dinding dada, selalu mengantuk/tidur dan sulit dibangunkan
  - f. Ibu selalu memberikan dukungan/support pada anggota keluarga yang sakit dan membantunya dalam menghadapi sakit dengan sabar
  - g. Anggota keluarga lain yang perokok tidak merokok di dalam rumah atau didekat anggota keluarga yang lain.

4. Memelihara lingkungan sehingga dapat menunjang peningkatan kesehatan
  - a. Ibu mengetahui hal terpenting yang harus dilakukan keluarga yaitu mempertahankan lingkungan yang bersih dan sehat dengan ventilasi dan sinar matahari yang cukup
  - b. Ibu dan keluarga menyetujui gerakan anti merokok sebagai langkah pencegahan terhadap ISPA
  - c. Ibu akan mengajak anggota keluarga untuk melakukan; Selalu mencuci tangan menggunakan sabun sebelum dan sesudah makan dan setelah buang air besar/kecil (keluar WC); Bersihkan rumah dari debu yang dapat menyebabkan ISPA; Siram permukaan tanah di halaman jika berdebu; Sering membuat makanan selingan sendiri sehingga anak tidak sering jajan sembarangan.
5. Memanfaatkan sumber daya yang ada di masyarakat
  - a. Ibu mengetahui bahwa untuk mendapatkan informasi kesehatan khususnya mengenai ISPA dapat diketahui dari puskesmas terdekat, rumah sakit, media cetak, media elektronik serta informasi dari petugas kesehatan dan tetangga
  - b. Ibu akan membawa anggota keluarga yang memiliki tanda-tanda ISPA ke rumah sakit atau puskesmas terdekat untuk mendapatkan pertolongan
  - c. Ibu akan menghadiri penyuluhan yang diadakan di tempat tinggalnya yang diselenggarakan oleh para tenaga kesehatan untuk menambah informasi kesehatan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari pembahasan di atas dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Tugas kesehatan keluarga dapat diterapkan untuk penyakit pada saluran pernafasan yang banyak diderita oleh masyarakat yaitu penyakit TB Paru dan ISPA.
2. Metode ini mudah dan lengkap, terdiri dari upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit yang dapat dilakukan oleh semua anggota keluarga.

Disarankan kepada masyarakat bahwa tugas kesehatan keluarga dalam penjabarannya masih dapat diperluas lagi sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Despopoulos, Agamemnon dan Silbernagl, Stefan. Atlas Berwarna dan Teks Fisiologi. Jakarta: Hipocrates. 2000.
2. Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir, 2010.
3. Laporan Subdinas P2M Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir. Laporan Penemuan Suspek Tuberkulosis kabupaten Ogan Ilir tahun 2012, Ogan Ilir, 2012.
4. Friedan, M.Marilyn. *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik Edisi 3*. Jakarta: EGC. 1998.
5. Suprajitno. *Asuhan Keperawatan Keluarga*, EGC: Jakarta. 2006.
6. Wahyuni, Dian, dkk. *Prosiding Seminar Pembahasan Hasil Kegiatan PPM DIKTI 2011*. LPM UNSRI. 2011.
7. Wahyuni, Dian. *Praktik Keperawatan Profesional*, Jurnal Kedokteran & Kesehatan (JKK) Th.41 No.1 Januari 2008 ISSN 0-853-1773. 2008
8. Zulkifli Amin, Asril Bahar. *Tuberkulosis Paru, Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: UI. 2006.
9. Rizqina, Marhamah. *Peran Keluarga dalam Merawat Penderita TB Paru dan Konsep Diri Penderita TB Paru di Balai Pengobatan Paru-paru (BP4) Medan*. [online], dari

- repository.usu.ac.id/bitstream/.../4/Chapter%20II.pdf*. 2009.
10. Barus, Frans Abednego. *Tuberkulosis Paru, Apa dan Bagaimana?*, [online], dari <http://kesehatan.kompasiana.com>. 2012. [2 Februari 2013].
  11. Departemen Kesehatan RI. Direktorat Jenderal PPM dan PLP. *Pedoman Pemberantasan Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA)*. Jakarta. 1992.
  12. Lokakarya dan Rakernas Pemberantasan Penyakit Infeksi saluran pernapasan akut. 1992.