

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.(Notoatmodjo, 2003).

Tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo(2010) pengetahuan yang dimaksud dalam domain kognitif mempunyai enam tingkat:

1. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

2. Memahami (comprehension)

Memahami diartikan sebagai suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut.

3. Aplikasi (application)

Aplikasi diartikan sebagai apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi lain.

4. Analisis (analysis)

Analisi adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan/atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau objek yang diketahui.

5. Sintesis (synthesis)

Sintesis adalah suatu kemampuan seseorang untuk merangkul atau merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen komponen pengetahuan yang dimiliki.

6. Evaluas (evaluation)

Evaluasi kemampuan seseorang untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden.

2.2 Pengertian Sikap

Sikap Soetarno (1994), sikap adalah pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak terhadap objek tertentu. Menurut Gordon Allport (1980) salah satu tokoh terkenal di bidang psikologi sosial dan psikologi kepribadian bahwa sikap merupakan semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek dengan cara-cara tertentu. Dapat dikatakan bahwa kesiapan yang dimaksud merupakan kecenderungan potensial untuk bereaksi dengan cara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulasi yang mengkehendaki adanya respon.

Ada beberapa skala sikap yaitu;

1. Skala Likert

Skala jenis Likert merupakan sejumlah pernyataan yang bergradasi dari positif sampai dengan negatif. Persetujuan responden terhadap pernyataan positif dianggap sama derajatnya dengan persetujuan responden terhadap pernyataan negatif. Yang penting skor secara konsisten.

2. Skala Guttman

Skala Guttman digolongkan sebagai skala yang berdimensi tunggal yaitu skala yang menghasilkan kumulatif jawabannya yang butir soalnya berkaitan satu dengan yang lain.

Contoh: Ya-Tidak

3. Skala Thurstone

Skala ini dilaksanakan dengan meminta responden memilih pernyataan-pernyataan didalam suatu daftar yang mencerminkan pernyataan paling dekat dengan keberadaan/kedudukan responden.

4. Sematik Differential (Skala Osgood)

Dalam skala ini perbedaan makna ini, responden dianggap memiliki dua macam penilaian bagi suatu makna yaitu makna denotatif dan makna

konotatif. Dalam skala osgood ini jawaban berbentuk/tersusun dalam satu garis kontinum yang didasarkan atas dasar kata sifat yang biopolar tersebut.

5. Rating Scale

Keempat bentuk skala di muka semuanya mempergunakan data kualitatif yang di kuantitatifkan. Rating scale sebaliknya, data mentah kuantitatif lalu dikonversikan menjadi pengertian kualitatif.

Contoh :

- 1). 0 = bila sama sekali belum tahu
- 2). 1 = telah mengetahui sebanyak 25 %

2.3 Pengertian Tindakan

Suatu sikap belum otomatis terwujud dalam suatu tindakan (over behavior). Untuk mewujudkan sikap menjadi suatu perbedaan nyata diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adalah fasilitas. (Notoatmojo, 2014)Tingkat tindakan dibedakan menjadi empat tingkatan, yaitu:

a. Persepsi (perception)

Mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil.

b. Respons terpimpin (guided response)

Dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar dan sesuai dengan contoh.

c. Mekanisme (mecanism)

Apabila telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis menjadi kebiasaan.

d. Adaptasi (adaption)

Tindakan yang sudah berkembang dengan baik yang berarti sudah di modifikasi tanpa mengurangi kebenaran tindakan lanjut.

2.4 Asma

Menurut Nelson (2007) asma didefinisikan sebagai penyakit inflamasi kronis yang terjadi di salur pernafasan sehingga menyebabkan penyempitan pada salur pernafasan tersebut. Asma merupakan sindrom yang kompleks dengan karakteristik obstruksi jalan nafas, hiperresponsif bronkus dan inflamasi

pada saluran pernafasan. Asma menyerang semua ras dan etnik di seluruh dunia dan pada berbagai usia.

2.5 Faktor Penyebab Asma

Ada dua faktor yang menjadi penyebab penyakit asma, faktor ini bisa datang dari dalam maupun dari luar.

1. Faktor Genetik

Salah satu faktor yang paling sering menjadi penyebab kambuhnya asma adalah faktor genetik atau faktor bawaan. Faktor genetik atau bawaan ini diturunkan oleh generasi sebelumnya seperti orang tua, nenek kakek ataupun buyut. Seseorang yang mendapatkan penyakit asma karena keturunan atau faktor genetik ini biasanya mengalami gejala- gejala asma yang mirip dengan orangtua atau kakek neneknya dahulu.

2. Lingkungan

Lingkungan merupakan salah satu faktor penyebab penyakit asma. Jika memiliki penyakit ini dan sering berada di lingkungan berdebu, kotor dan kurang nyaman maka penyakit asma lebih mudah terpicu sehingga bagi anda yang mengidap penyakit ini seharusnya lebih memperhatikan lingkungan disekitar anda. Misalnya saja anak-anak yang memiliki penyakit ini, usahakan untuk tidak bermain bersama hewan seperti kucing atau hewan lain yang memiliki bulu-bulu halus.

3. Makanan dan Minuman

Ini juga dapat memicu kambuhnya penyakit asma. Beberapa makanan yang sangat buruk dan tidak disarankan untuk pengidap penyakit asma yaitu makanan yang mengandung MSG tinggi, mengandung pengawet dan minuman yang bersifat dingin.

4. Udara Dingin

Ini merupakan salah satu pemicu penyakit asma. Misalnya saja ruangan AC yang terlalu dingin, itu juga dapat memicu asma. Mengendarai kendaraan bermotor di malam hari tanpa mengenakan jaket juga sangat berbahaya bagi pengidap penyakit ini.

5. Rokok

Rokok mengandung zat-zat berbahaya yang dapat mengakibatkan berbagai penyakit termasuk asma. Kandungan asap rokok terutama nikotin jika masuk ke

saluran pernafasan dapat merusak paru-paru dan dapat mengiritasi saluran pernafasan. Baik perokok aktif maupun perokok pasif, keduanya sama-sama untuk berisiko terkena asma.

6. Stres

Hati-hati jika anda menyimpan terlalu banyak beban pikiran hingga mengalami stres. Sebab stres juga dapat menjadi penyebab asma. Oleh karena itu kelola pikiran anda agar selalu tenang dan damai agar terhindar dari stres. Selain itu atur waktu dengan baik agar pekerjaan tidak menumpuk. Sebab beban pekerjaan yang menumpuk juga berisiko tinggi untuk menimbulkan stres.

7. Polusi Udara

Lingkungan yang tercemar atau polusi udara juga dapat menjadi penyebab asma. Polusi udara dapat berupa asap yang dihasilkan dari kendaraan bermotor, asap pabrik, asap pembakaran sampah atau kebakaran hutan serta banyaknya debu yang beterbangan. Polusi udara ini dapat mengkontaminasi ketika anda keluar rumah maupun di dalam rumah. Rumah atau kamar yang jarang dibersihkan dapat menghasilkan polusi berupa debu yang mudah sekali untuk memicu timbulnya asma. Polusi udara ini bersifat iritan sehingga jika dihirup maka saluran pernafasan akan menjadi sensitif dan menyempit sehingga berisiko menyebabkan asma.

2.6 Gejala Penyakit Asma

Gejala asma ada yang masih ringan dan ada juga yang sudah cukup parah. Gejala asma yang sudah cukup buruk dan parah dinamakan sebagai serangan asma. Berikut ini adalah beberapa gejala yang ditimbulkan dari penyakit asma ini:

1. Sulit Bernafas

Gejala yang paling banyak dialami oleh para penderita asma adalah sulitnya untuk bernafas. Biasanya ini menjadikan penderitanya menjadi sesak nafas sehingga membuat penderitanya sampai megap-megap. Bisa jadi ini juga menimbulkan bunyi “ngik” pada saat bernafas. Nafasnya juga akan menjadi setengah-setengah saja dan tidak utuh sehingga menyebabkan penderitanya menjadi terganggu saat melakukan aktivitasnya.

2. Lelah dan Lesu

Para penderita asma juga akan sering mengalami rasa lelah dan lesu walaupun hanya melakukan aktivitas yang sederhana. Lelah dan lesu ini disebabkan oleh adanya kekurangan oksigen di dalam tubuh karena memang sirkulasi oksigen mengalami gangguan atau tidak lancar karena adanya penyempitan di saluran pernafasan. Kurangnya oksigen akan mempengaruhi kadar oksigen di dalam seluruh tubuh.

3. Menghilangnya Suara

Gejala penyakit asma dalam tahap parah lainnya adalah kehilangan suara, ini diakibatkan karena batuk secara terus-menerus sehingga dalam jangka waktu tertentu penderita asma bisa saja kehilangan suaranya. Dan jika melakukan pembicaraan dalam waktu yang normal, suara orang tersebut akan terdengar serak.

4. Susah Tidur atau Insomnia

Selain gejala yang sudah disebutkan di atas, gejala lainnya yang akan dialami oleh para penderita penyakit asma adalah susah tidur. Karena adanya gangguan pada pernafasan akan mengakibatkan para penderita penyakit asma akan mengalami sulit tidur. Sulit tidur ini akan mengakibatkan para penderitanya menjadi lemah, lesu dan tidak bersemangat pada esok harinya.

5. Sulit Melakukan Banyak Hal

merupakan salah satu kerugian dari penyakit asma. Para penderita penyakit asma akan sulit melakukan banyak hal terutama pada saat asmanya sedang kambuh. Tidak hanya itu saja, orang yang terkena asma sulit melakukan pekerjaan yang berat.

6. Gugup dan Tegang

Karena adanya permasalahan di bagian pernafasan disertai dengan rasa sakit di dada maka dapat memicu rasa gugup dan tegang pada penderitanya sehingga penderitanya akan merasakan rasa yang sangat tidak nyaman terutama pada saat asma mulai menyerang. Untuk menghindarinya mungkin anda bisa mencoba rileks dan mengatur dengan menggunakan olah pernafasan. Oleh karena itu para penderita asma akan sangat penting baginya untuk belajar mengatur pernafasan, supaya jika sewaktu-waktu mengalami kambuh akan bisa dinetralkan seorang diri.

7. Berkeringat

Selain gejala yang sudah disebutkan di atas gejala lain yang mungkin akan dialami oleh para penderita penyakit asma adalah keluarnya keringat dingin terutama pada bagian kening. Pada bagian kening ini akan memunculkan keringat yang cukup banyak apalagi saat berada di cuaca yang dingin. Cuaca yang dingin ini akan membuat pemicu kambuhnya asma sehingga munculah keringat pada bagian kening ini.

8. Mual dan Muntah

Tidak jarang juga para penderita penyakit asma yang mengalami mual dan muntah yang tidak tertahankan. Hal ini terutama terjadi pada saat penyakit asma sudah mulai menyerang, adanya tekanan di dalam dada juga mengakibatkan tekanan di bagian lambung sehingga memicu naiknya asam lambung dan hal ini sudah menjadi salah satu gejala yang banyak dirasakan oleh para penderita penyakit asma. Jika anda mengalami hal ini, rasa mual dan muntah sudah tak tertahankan maka muntahkanlah saja biar menjadi enak bagian perutnya.

9. Demam Ringan

Tidak jarang juga para penderita penyakit asma akan merasakan demam ringan. Demam ini memang tidak terlalu ketara namun akan membuat para penderitanya menjadi cepat lelah dan lesu serta tidak memiliki daya dan upaya lagi untuk melakukan berbagai aktivitas.

10. Gatal pada Tenggorokan

Selain batuk dan bersin, para penderita penyakit asma juga akan mengalami gatal-gatal pada tenggorokan akibat adanya udara yang masuk dan keluar tidak lancar sehingga menyebabkan adanya gangguan di dalamnya. Keadaan ini memang menjadi hal yang sangat tidak menyenangkan bagi para penderitanya namun mereka memang harus mengalami hal ini sebagai konsekuensi atas penyakit yang dideritanya.

2.7 Dignosa Penyakit Asma

Penanda utama untuk mendiagnosa adanya asma antara lain:

1. Mengi pada saat menghirup nafas
2. Riwayat batuk yang memburuk pada malam hari, dada sesak yang terjadi berulang , dan nafas tersengal-sengal
3. Hambatan pernapasan yang reversibel secara bervariasi selama siang hari

4. Adanya peningkatan gejala pada saat olahraga, infeksi virus, eksposur terhadap alergen, dan perubahan musim
5. Terbangun malam-malam dengan gejala-gejala seperti diatas.(Zullieslkawati, 2016)

2.8 Pencegahan Asma

Pencegahan Asma di Lingkungan Rumah

1. Menjaga kebersihan tempat tidur

Peralatan tidur seperti kasur dan bantal, sprei merupakan salah satu tempat bersarangnya tungau penyebab asma. Untuk itu, sebaiknya gunakan bantal atau kasur anti alergi dan selalu rutin untuk mencuci perlengkapan tidur seperti sprei seminggu sekali. Hal tersebut bertujuan untuk mengurangi kelembaban dan membantu mencegah jamur.

2. Jangan biarkan hewan peliharaan berada di tempat tidur maupun furniture lainnya

Bulu hewan peliharaan, seperti bulu kucing maupun anjing yang terhirup merupakan salah satu pemicu asma yang umum. Untuk itu jangan biarkan hewan peliharaan berada di tempat tidur maupun pada furniture lainnya.

3. Bersihkan karpet dan mainan anak-anak

Karpet dan mainan anak-anak seperti boneka merupakan sarang untuk debu penyebab alergi dan asma. Untuk itu, cara mencegah asma ini dengan melakukan pembersihan kedua benda tersebut secara rutin dengan menggunakan vacum cleaner yang dilengkapi dengan filter udara HEPA minimal 2 minggu sekali.

4. Menjaga sirkulasi udara

Jamur ini merupakan salah satu pemicu gangguan asma yang umum. Untuk mengurangi hal tersebut, jagalah sirkulasi udara dalam rumah dengan membuka jendela dan menjaga kamar mandi agar tetap bersih dan kering.

5. Hindari produk pembersih yang mengandung bahan kimia

Gas yang berasal dari pembersih rumah tangga, seperti cairan pembersih kaca yang disemprotkan dapat memicu asma. Hindari menghirup gas tersebut untuk cara mencegah asma karena alergi.

Pencegahan Asma di lingkungan Kantor

1. Hindari merokok

Asap rokok merupakan musuh bagi penderita asma, karena bahaya asap rokok yang berasal dari sulingan api dapat menjadi penyebab gangguan asma. Untuk itu hindari kebiasaan merokok maupun menghirup asap rokok dari orang disekitar.

2. Menghindari stress

Emosi dan rasa khawatir yang intens dapat memperburuk gejala asma. Untuk menghindari stress karena masalah pekerjaan, dapat dilakukan dengan menyalurkan hobi, maupun refreking untuk relaksasi. Hal ini akan menenangkan pikiran seperti sedia kala.

3. Selalu siaga

Selalu mempersiapkan obat-obatan pereda asma dalam tas adalah merupakan langkah yang tepat ketika nanti terjadi serangan asma. Hal ini bertujuan jika nantinya terjadi serangan asma mendadak seperti di kantor, sudah mengetahui bagaimana cara mengobati asma sebagai pertolongan pertama. Misalnya dengan membawa inhaler asma kemanapun pergi.

Pencegahan di Luar Ruangan

1. Menghindari udara yang terlalu dingin

Udara yang terlalu dingin diyakini mampu memicu timbulnya gangguan asma misalnya jika sudah terjadi masuk angin. Untuk itu, sebelum terjadi perubahan cuaca dingin persiapkan diri dan lingkungan agar tetap hangat.

2. Menghindari sumber yang dapat memicu alergi

Pada saat-saat tertentu beberapa jenis tanaman akan mengalami proses penyerbukan. Hal ini yang mana akan terjadi penebaran serbuk sari yang dipercaya sebagai salah satu alergen penyebab asma. Untuk itu, sebaiknya tetap tinggal di dalam rumah selama proses penyerbukan berlangsung.

3. Selalu memperhatikan keadaan cuaca

Cuaca yang terlalu panas, lembab, serta kualitas udara yang buruk dapat memperburuk gejala asma bagi sebagian orang. Untuk itu, sebaiknya batasi aktivitas luar ruangan ketika kondisi ini terjadi.

4. Melakukan olahraga ringan di dalam ruangan

Melakukan kegiatan fisik yang ringan sangatlah penting untuk orang-orang yang menderita gangguan asma. Untuk menghindari resiko gangguan asma,

sebaiknya melakukan kegiatan atau olahraga ringan di dalam ruangan yang hangat.

Pencegahan asma pada anak

Anak-anak sesungguhnya paling rentan terhadap alergi asma karena terkadang belum memahami bagaimana kondisi yang dihadapinya. Berikut ini cara mencegah asma pada anak di luar rumah, salah satunya di sekolah

1. Pastikan orang-orang disekitar anak Anda tahu gangguan Asma yang diderita anak. Hal ini bertujuan agar, saat nanti saat anda mengalami gangguan asma, mereka tahu apa yang harus dilakukan sebagai tindakan pertolongan.
2. Menghindari debu penyebab alergi. Debu seperti yang dihasilkan kapur tulis dapat memicu terjadinya gangguan asma. Untuk itu, sebaiknya menjaukan papan tulis dari meja murid.
3. Pastikan obat-obatan maupun peralatan pereda asma seperti inhealer selalu ada di tas anak Anda. Hal ini bertujuan untuk memberikan pertolongan saat terjadi serangan tiba-tiba.

2.9 Pengobatan Asma

Pengobatan asma secara dini dan agresif adalah kunci untuk menghilangkan gejala. Berikut adalah cara mengobati asma yang bisa dilakukan, di antaranya:

1. Obat Asma

Obat asma dapat bekerja dengan cepat untuk menghentikan batuk dan mengi dengan cara mengencerkan lendir saluran napas dan membuka otot jalan napas. Konsultasi dengan dokter mengenai dosis dan pemakaian obat. Biasanya, obat asma yang diminum ini adalah sebagai “pengontrol gejala” dan tidak digunakan ketika gangguan terjadi.

2. Inhaler Asma

Inhaler dapat digunakan sendiri di rumah. Penekanan tombol inhaler sebaiknya dilakukan ketika serangan asma dan usai membuang napas. Ketika disemprotkan saat membuang napas, momen selanjutnya adalah ketika penderita menghirup napas sehingga obat justru akan masuk. Jika disemprotkan ketika menarik napas, penekanan tombol bisa saja terlambat dan justru obat malah terbang.

3. Nebulizer untuk Asma

Cara mengobati asma berikutnya adalah menggunakan nebulizer. Nebulizer merupakan suatu alat untuk memberikan obat uap ketika seseorang mengalami serangan asma. Alat ini dapat mengubah cairan.

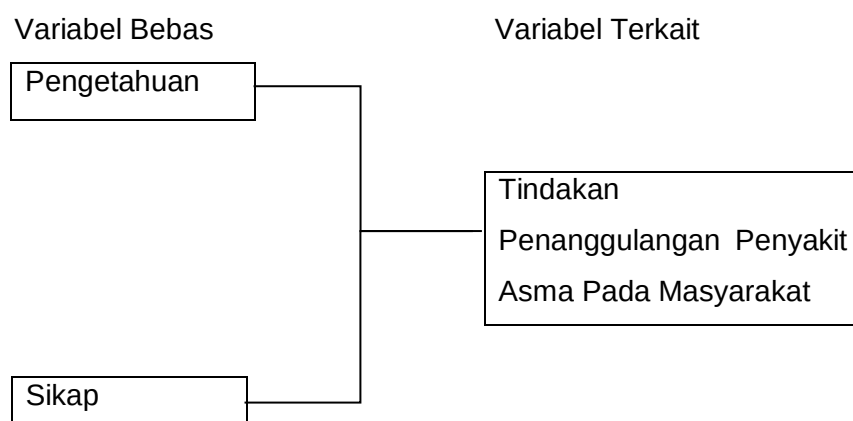
4. Mengendalikan Pemicu Asma

Apa yang membuat gejala asma timbul? Belajar lebih banyak tentang pemicu asma dapat membantu penderita mengurangi kesempatan mengalami serangan asma. Setiap orang memiliki pemicu yang berbeda, dapat berupa debu, udara dingin, asap rokok, kelelahan, pikiran yang tertekan, makanan seperti *seafood*, telur, dan lain-lain. Catat apa yang menjadi pemicu sehingga dapat dihindari di kemudian hari.

2.10 Usia Produktif

Berdasarkan Propil Kesehatan Sumatera Utara 2016 usia produktif adalah mereka yang berada dalam rentang usia 15-64 tahun. Sedangkan produktif adalah tindakan kreatif yang dapat menghasilkan sesuatu. Sedangkan usia produktif adalah ketika seseorang dianggap dapat memproduksi atau menghasilkan sesuatu. Usia produktif dibagi menjadi dua, yaitu usia sangat produktif (15-49 tahun) dan usia produktif (50-64 tahun). Pada penelitian ini peneliti menetapkan usia yang diteliti adalah rentang usia antara 15-64 tahun, karena usia ini termasuk usia produktif.

2.11 Kerangka Konsep



Gambar 1.1 Kerangka Konsep Penelitian

2.12 Desain Oprasional

1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hasil tahu masyarakat tentang pencegahan asma yang diukur dengan menggunakan kuisisioner dan skala guttman.

2. Sikap

Sikap adalah suatu respon dari masyarakat tentang pencegahan asma yang diukur dengan menggunakan kuisisioner skala likert.

3. Tindakan Pencegahan Asma

Adalah suatu perbuatan tentang pencegahan asma di desa cimbang kecamatan payung kabupaten karo dengan menggunakan kuisisioner dengan skala guttman.

2.13 Hipotesis

1. Ada hubungan antara pengetahuan dengan tindakan pencegahan asma
2. Ada hubungan antara sikap dan tindakan pencegahan asma.