

INOVASI MENGURANGI AKTIFITAS ANAK DI LUAR RUMAH DAPAT MENCEGAH MORBILI PADA ANAK.

1. Pendahuluan

Penyakit morbili di sebabkan oleh virus yang di dukung dengan beberapa factor yang dapat meningkatkan angka kejadiannya, yaitu : imunisasi tidak lengkap, lingkungan yang buruk, gizi buruk, dan pendidikan atau pengetahuan yang rendah. Hal ini sangat bertolak belakang dengan kondisi responden pada penelitian ini, yang sebagian besar responden merupakan masyarakat wilayah BSD. Berdasarkan hasil pengkajian, penulis mendapati satu hal-hal yang dapat menyebabkan responden terjangkit penyakit, yaitu tingkat aktifitas tinggi dan terpaparnya udara luar rumah yang tanpa di ketahui kualitasnya, sehingga dapat memicu terjadinya kelelahan pada anak, dan anakpun mudah terserang penyakit terutama infeksi virus.

Berdasarkan literature penulis mendapati jika kelelahan dapat memicu terjadinya penurunan kekebalan tubuh sehingga penyakit mudah menyerang. Dari pengkajian yang didapat, sebagian besar responden sudah mendapatkan imunisasi yang lengkap, lingkungan baik dan bersih, gizi baik serta tingkat pendidikan orang tua yang baik. Namun sebagian besar responden memiliki kegiatan/aktifitas luar rumah yang tinggi, aktifitas responden di mulai dari sekolah pada pagi hari hingga siang hari, selanjutnya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ditempat yang berbeda hingga malam hari. Kedua orang tua sibuk bekerja sehingga waktu luang berkurang, untuk meningkatkan intensitas kebersamaan, pada malam harinya keluarga melakukan makan bersama di luar rumah. Hal ini sering kali di lakukan oleh sebagian besar responden. Hal tersebutlah yang dapat memicu penurunan system kekebalan tubuh, sehingga para responden terkena penyakit.

2. Landasan teori

a. Kelelahan

Kelelahan merupakan perpaduan dari wujud penurunan fungsi mental dan fisik yang menghasilkan berkurangnya semangat kerja sehingga mengakibatkan efektifitas dan efisiensi kerja menurun (Saito, 2009). Kelelahan dapat mempengaruhi kapasitas fisik, mental dan tingkat emosional seseorang, dimana dapat mengakibatkan kurangnya keawaspadaan, yang ditandai dengan kemunduran reaksi pada sesuatu dan berkurangnya kemampuan motorik (Australian safety and Compensation Council, 2006).

Berdasarkan teori di atas, adapat di simpulkan bahwa kelelahan adalah sebagai suatu sinyal alamiah yang diberikan tubuh karena adanya penurunan dari fungsi tubuh akibat proses kegiatan yang membutuhkan keterpaduan pada seluruh system didalam tubuh. Saat system tersebut mulai mengalami perubahan dari kondisi baik ke kondisi buruk maka pada tahapan ini muncul sinyal kelelahan yang memberikan tanda tubuh sedang memerlukan pemulihan untuk mengatasinya. Sinyal yang diberikan tubuh pada setiap individu berbeda-beda karena dipengaruhi oleh beberapa factor.

b. Kekebalan tubuh

Imunitas atau **kekebalan** adalah sistem mekanisme pada organisme yang melindungi tubuh terhadap pengaruh biologis luar dengan mengidentifikasi dan membunuh patogen serta sel tumor. Sistem ini mendeteksi berbagai macam pengaruh biologis luar yang luas, organisme akan melindungi tubuh dari infeksi, bakteri, virus sampai cacing parasit, serta menghancurkan zat-zat asing lain dan memusnahkan mereka dari sel organisme yang sehat dan jaringan agar tetap dapat berfungsi seperti biasa. Tubuh manusia tidak mungkin terhindar dari lingkungan yang mengandung mikroba, jamur maupun virus pada udara di sekelilingnya. Tubuh manusia akan selalu terancam oleh paparan bakteri, virus, parasit,

radiasi matahari, dan polusi. Stres emosional atau fisiologis dari kejadian ini adalah tantangan lain untuk mempertahankan tubuh yang sehat. Biasanya kita dilindungi oleh sistem pertahanan tubuh, sistem kekebalan tubuh, terutama makrofag, dan cukup lengkap kebutuhan gizi untuk menjaga kesehatan. Kelebihan tantangan negatif, bagaimanapun, dapat menekan sistem pertahanan tubuh, sistem kekebalan tubuh, dan mengakibatkan berbagai penyakit fatal.

c. Morbili

Penyakit Capak atau morbili adalah penyakit infeksi virus akut, yang ditandai dengan gejala penyerta demam, gejala pernafasan, mata merah, hidung berlendir yang kemudian diikuti munculnya kemerahan di seluruh tubuh. Penyakit morbili ini sangat menular terutama pada manusia dengan system kekebalan tubuh yang rendah. Morbili dapat menyerang siapa saja, segala usia, jenis kelamin, dan ras. Namun, lebih banyak terkena pada anak-anak. Komplikasi sangat umum terjadi dan cukup serius, namun morbili dapat diobati dan dicegah dengan imunisasi.

3. Tujuan

a. Tujuan umum

Menurunkan angka kejadian morbili pada anak di lingkungan BSD dan sekitarnya.

b. Tujuan khusus

Meningkatkan pengetahuan keluarga tentang aktifitas yang tinggi dapat menyebabkan menurunnya system kekebalan tubuh anak yang dapat meningkatkan angka kejadian morbili pada anak.

4. Metode

Metode yang dilakukan dalam menurunkan angka kejadiann morbili yaitu dengan memberikan pendidikan dan penyuluhan kesehatan pada sebagian

besar responden dan keluarga tentang pengaruh tingginya aktifitas di luar rumah dan tingkat kelelahan yang tinggi dapat menyebabkan menurunnya system kekebalan tubuh sehingga dapat meningkatkan angka kejadian infeksi virus, terutama virus morbili.

Kegiatan ini di lakukan dengan waktu berkisar 15 sampai 30 menit dan pada saat kondisi responden sudah mulai reda demamnya. Kegiatan ini dilaksanakan disela-sela kegiatan pemberian asuhan keperawatan, dimana peneliti berharap konsentrasi keluarga mulai stabil dan baik, sehingga edukasi yang diberikan oleh petugas dapat diterima keluarga dengan baik.

Media edukasi yang di gunakan pada kegiatan ini yaitu dengan menggunakan leaflead dengan judul “ AKTIFITAS ANAK DAN MORBILI “. Leaflead ini tidak hanya di berikan pada keluarga responden saja, namun diberikan juga pada beberapa keluarga pasien lainnya.

5. Sumber/Referensi.

Australian safety and compensation council, 2006.

Diah nova, 2009. *Pengaruh kelelahan terhadap kekebalan tubuh*. FKM UI.

<http://allergycliniconline.com/2012/02/14/imunologi-dasar-mekanisme-pertahanan-tubuh-terhadap-bakteri/>

N. Barus & Hegar (2010), *Buku Kuliah Dua Ilmu Kesehatan Anak*, FKUSU.