

PENYEBAB DAN PENCEGAHAN ALERGI

¹Ermı Abriyani*, ²Dadan Ridwanuloh, Umar Bahrudin
Universitas Buana perjuangan, Karawang
¹Farmasi, Universitas Buana Perjuangan, Karawang

Corresponding author; ermi.abriyani@ubpkarawang.ac.id

Abstrak

Alergi merupakan suatu penyakit yang sering dijadikan salah satu masalah yang mencuat dalam masyarakat. Namun, masih sedikit masyarakat mengetahui penyebab dari alergi dan bagaimana pencegahan dari alergi tersebut. Dalam pemenuhan salah satu tridharma kali ini maka di lakukan penyuluhan terhadap masyarakat mengenai penyebab dan pencegahan dari alergi tersebut. Dari kegiatan penyuluhan ini dapat memberikan penjelasan dan pemahaman terhadap masyarakat sehingga masyarakat dapat teredukasi mengenai penyebab dan pencegahan dari penyakit alergi tersebut. Penyuluhan ini di sampaikan dengan memberikan sedikit penjelasan sehingga membuat masyarakat terpancing untuk lebih memahami dan mendiskusikannya. Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah dengan penyuluhan, memberikan kuis, dan hadiah/ doorprize. Berdasarkan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan terhadap warga masyarakat perumahan Perumahan Bumi 2 Kotabaru, Pangulah Kecamatan Cikampek membuat masyarakat lebih paham mengenai penyebab dan pencegahan penyakit alergi sehingga dapat beraktifitas dengan baik.

Kata kunci : Pengabdian kepada Masyarakat, Penyuluhan, Penyebab dan Pencegahan alergi,

Abstract

An allergy is an illness that often used as one of the problems that arose in society. But, still a few people to know about the cause of an allergy and how the prevention of an allergy. The counselling is carried out as one of the obligation that contained in the tridharma. Of these counselling activities may explain and understanding on the community so people known about the caused and the prevention of the allergy. This counseling is delivered by providing a moety explanation about the causes and prevention of allergies so that people are provoked to better understand and discuss them. The community service method carried out is by counselling, giving quizzes, and door prizes. Based on community service activities that have been carried out for the resident of the Perumahan Bumi 2 Kotabaru community, Pangulah, Cikampek district. The community has a better understanding of the causes and prevention of allergic diseases so that they can carry out their activities properly.

Key words ; *The community service, counselling, the caused and the prevention of the allergy*

PENDAHULUAN

Alergi merupakan suatu penyakit yang sering dijadikan salah satu masalah yang mencuat dalam masyarakat. Istilah “alergi” diperkenalkan pada tahun 1906 oleh Von Pirquet, diartikan sebagai “reaksi pejamu yang berubah” bila [terpapar dengan bahan yang sama untuk kedua kalinya atau lebih (Baratawidjaja, 2000; Kay, 1981). Alergi adalah reaksi sistem kekebalan tubuh manusia terhadap benda tertentu, yang seharusnya tidak menimbulkan reaksi di tubuh orang lain.

Benda yang dapat memicu respons alergi dikenal dengan istilah alergen. Pada kebanyakan orang, alergen tidak menimbulkan reaksi pada tubuh. Namun, pada orang yang memiliki alergi terhadap alergen tersebut, sistem imun akan mengeluarkan reaksi karena dianggap berbahaya bagi tubuh. Reaksi alergi yang muncul pada tiap orang berbeda-beda, dari reaksi yang ringan seperti bersin-bersin hingga reaksi yang berat, yaitu anafilaksis. Reaksi alergi yang muncul juga tergantung dari jenis alergennya.

Alergi umumnya terjadi pada anak-anak dan biasanya akan mereda seiring bertambahnya usia. Namun pada beberapa orang, alergi yang

diderita masih muncul meskipun sudah memasuki usia dewasa. Namun, masih sedikit masyarakat mengetahui penyebab dari alergi dan bagaimana pencegahan dari alergi tersebut. Sehingga akan dilakukan penyuluhan dan edukasi terhadap masyarakat mengenai penyebab dan pencegahan dari penyakit alergi tersebut.

METODE

1. Metode

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini metode yang dilakukan adalah memberikan penyuluhan dalam bentuk informasi dengan menyampaikan materi yang mudah dipahami dengan bahasa dan isi materi yang sederhana namun didasari pada bukti ilmiah.

2. Peserta

Peserta dari kegiatan pengabdian yang dilakukan adalah warga masyarakat perumahan Perumahan Bumi 2 Kotabaru, Pangulah Kecamatan Cikampek

3. Penyelesaian masalah

Dengan adanya permasalahan mengenai masih banyaknya masyarakat mengabaikan dan belum mengenali dan memahami apa penyebab dan bagaimana pencegahan alergi sehingga dapat

mengurangi peningkatan dari penyakit alergi tersebut.



Gambar 1. Foto bersama setelah penyuluhan



Gambar 2. Memberi penyuluhan dengan tema alergi.

Sehingga pemahaman mengenai penyebab dan pencegahan alergi dapat diberikan dengan melakukan penyuluhan yang berjudul “penyebab dan pencegahan alergi” dengan memberikan informasi mengenai hal-hal tersebut agar dapat membuka wawasan dan memahami mengenai penyebab dan pencegahan alergi kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat mengenai penyebab dan pencegahan terhadap alergi yang dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan dapat memberi edukasi terhadap masyarakat jadi lebih paham mengenai penyebab dan pencegahan terhadap alergi tersebut.

Alergi adalah suatu reaksi hipersensitivitas yang diawali oleh mekanisme imunologis, yaitu akibat induksi oleh IgE yang spesifik terhadap alergen tertentu, yang berikatan dengan sel mast. Reaksi timbul akibat paparan terhadap bahan yang pada umumnya tidak berbahaya dan banyak ditemukan dalam lingkungan, disebut alergen (Wistiani & Notoatmojo, 2011).

Banyak jenis alergen yang bertebaran di udara, sehingga sering menimbulkan masalah kesehatan bagi penderita alergi. Gejala gangguan pernafasan pada penderita asma umumnya disebabkan oleh alergen-alergen udara, antara lain tepung sari, spora jamur, tungau debu rumah, dan protein hewani. Alergi terhadap tepung sari sering dikenal sebagai *hay fever*. Alergi terhadap tepung sari memicu terbentuknya antigen spesifik, yaitu IgE. Spora jamur merupakan alat kembang biak yang dapat dihirup pada waktu bernafas dan dapat menimbulkan rhinitis alergi. Ukuran 7 spora jamur sangat

kecil sehingga dapat masuk ke dalam paru-paru. Tungau debu rumah adalah organisme yang sangat kecil, hidup menempel pada debu di dalam rumah dan menjadi penyebab utama terjadinya rhinitis alergi yang berkepanjangan. Hewan peliharaan yang hidup di dalam rumah merupakan sumber utama terjadinya reaksi alergi terhadap hewan. Selain alergen udara, makanan tertentu dan karet lateks juga dapat menyebabkan alergi (Soedarto, 2012). Alergi terhadap makanan menimbulkan gejala klinis seperti gatal pada bibir, mulut, faring; sembab tenggorok, mual-muntah, nyeri perut, kembung, mencret, dan perdarahan usus (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2010).



Gambar 3. Reaksi alergi Bersin
(Sumber health.kompas.com)

Faktor resiko untuk menjadi alergi disebabkan oleh faktor genetik atau keturunan dan lingkungan.

1. Faktor Keturunan. Dari orang tua atau anggota keluarga yang memiliki riwayat alergi, misalkan saja bisa terjadi

pada anak-anak dengan orang tua yang memiliki riwayat alergi (Lack, G, 2012; Platts-Mills, T. A. E., & Woodfolk, J. A, 2011).

2. Faktor Lingkungan. Semakin seseorang sering terkena alergen maka akan semakin lama mengidap penyakit alergi (Lack, G, 2012; Platts-Mills, T. A. E., & Woodfolk, J. A, 2011).

Meningkatnya angka kejadian alergi di negara-negara berkembang menyiratkan adanya perubahan dalam faktor lingkungan. Anak-anak yang alergi umumnya hidup dalam rumah yang lebih bersih dibandingkan dengan mereka yang tidak menderita alergi. Anak-anak yang tumbuh di lingkungan peternakan cenderung memperlihatkan penurunan resiko alergi (Wiradharma, et al., 2015)

Pencegahan alergi tergantung kepada alergennya. Cara yang paling efektif untuk mencegah alergi adalah dengan menghindari pemicunya. Tetapi tidak semua sumber alergi dapat dihindari dengan mudah, misalnya tungau debu, hewan peliharaan, atau makanan.

Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk membantu mencegah alergi:

1. Kenakan pakaian tertutup atau mengoleskan losion penolak serangga saat bepergian.

2. Hindari memakai parfum yang bisa menarik perhatian serangga.
3. Gunakan masker saat keluar rumah.
4. Bersihkan rumah secara rutin, terutama ruangan yang sering digunakan, seperti kamar tidur serta ruang keluarga, agar terhindar dari tungau debu.
5. Hindari penggunaan kemoceng karena dapat menyebarkan alergen.
6. Bersihkan permukaan perabotan dengan kain bersih yang dibasahi air atau cairan pembersih atau gunakan alat penyedot debu.
7. Buka jendela atau pintu agar sirkulasi udara lebih lancar sehingga ruangan tidak terasa
8. Tempatkan hewan peliharaan di luar rumah atau di satu ruangan tertentu saja.
9. Mandikan hewan peliharaan seminggu sekali dan bersihkan kandangnya secara rutin.
10. Catat jenis makanan yang kemungkinan menjadi sumber alergi sehingga dapat dihindari.
11. Baca label kemasan untuk mengetahui bahan-bahan yang digunakan sebelum membeli makanan.
12. Bersihkan dapur agar terhindar dari lumut, terutama tempat cuci piring dan cuci pakaian.
13. Jangan menjemur pakaian di dalam rumah.

Untuk mengatasi alergi, cara terbaik adalah menghindari kontak dengan alergen penyebabnya. Jika telah terjadi gejala alergi, obat-obat yang dapat digunakan

adalah antihistamin, steroid hidung topikal, obat semprot hidung (sodium cromolyn), atau dilakukan imunoterapi (misalnya pada hay fever) (Roitt, 2003).

Dalam penyuluhan ini membuat masyarakat Perumahan mengerti dan mamahami penyebab dan pencegahan dari penyakit alergi ini sehingga dapat meminimalisir adanya masalah dari alergi pada masyarakat. Dengan demikian aktivitas dapat berjalan sebagaimana mestinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan informasi berupa penyuluhan kepada masyarakat yang berjudul “Penyebab dan pencegahan alergi”, sehingga masyarakat dapat memahami penyebab alergi dan dapat mencegah timbulnya alergi tersebut. Pengabdian kepada masyarakat ini sebagai upaya untuk meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat dalam hal pemahaman dan

Saran

Diharapkan agar dalam pengabdian berikutnya dapat memberikan informasi atau pengetahuan mengenai alergi sehingga pengabdian kepada masyarakat

ini dapat berjalan secara berkesinambungan.

Wiradharma, Danny, et al, 2015, Konsep Dasar Imunologi, Jakarta Sagung Seto.

DAFTAR PUSTAKA

IDAI. (2010). Buku Ajar Hematologi-Onkologi Anak. Jakarta : EGC

Karnen Garna

Baratawidjaja.2000.Imunologi Dasar.Edisi 4. Jakarta : Gaya Baru. h.61-87

Kay AB (2000). Overview of 'Allergy and allergic diseases: with a view to the future'. British Medical Bulletin, 56 (4): 843-64.

Lack, G. Update on Risk Factors for Food Allergy. J Allergy Clin Immunol. 2012: 129(5): 1187-97.

Platts-Mills, T. A. E., & Woodfolk, J. A. Allergens and Their Role in The Allergic Immune Response. Immunological Reviews. 2011: 242 (1): 51-68.

Roitt, I. (2003). Imunologi. 8th Edition ed. Jakarta: Penerbit Widya Medika.

Soedarto. (2012). Demam Berdarah Dengue (Dengue Haemorrhagic Fever). Jakarta : Sagung Seto

Wistiani, Notoatmodjo H (2011). Hubungan pajanan alergen terhadap kejadian alergi pada anak. Sari Pediatri, 13 (3): 185-90.

