

ABSTRAK

**BUDAYA PERAWATAN DIRI DALAM MENCEGAH
PENULARAN TB PARU****Oleh: Budiyanto**

Pendahuluan: TB Paru suatu penyakit infeksi yang menular disebabkan oleh *Mycobakterium tuberculosis*. TB Paru dapat mempengaruhi seluruh aspek kehidupan termasuk emosi, kegiatan yang berhubungan dengan pekerjaan, hubungan seksual, hubungan sosial kemasyarakatan yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup. Dalam Penanggulangan penyakit TB Paru salah satunya melalui Pendidikan kesehatan. Bahkan penderita TB Paru melakukan kegiatan rutin memakai masker untuk meminimalisir terjadinya penularan TB. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Dilaksanakan di Puskesmas Gapura pada 3 informan penderita dan tenaga kesehatan sebagai informan kunci. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik wawancara mendalam. Analisis yang digunakan yaitu analisis tematik. **Hasil penelitian:** Budaya perawatan diri yang dilakukan penderita dapat meminimalisir penularna TB Paru. **Pembahasan:** Pembuktian ilmiah dalam hal pengetahuan tentang TB Paru, penderita belum mengetahui sepenuhnya. Akan tetapi dalam pencegahan penularan TB Paru penderita selalu menggunakan masker untuk meminimalisir terjadinya penularan tersebut. Penderita juga menjaga kebersihan dirinya dan lingkungan sekitar untuk menciptakan lingkungan yang sehat. **Kesimpulan:** Ada 3 tema yaitu keyakinan, gaya hidup dan perawatan diri pada penderita TB Paru yang mencakup keyakinan penderita terhadap TB Paru. Untuk gaya hidup mencakup aktifitas sosial dalam sehari-hari, makanan yang dipantang dalam kondisi sakit dan kebiasaan kebersihan diri, dan perawatan diri mencakup pengaturan pola tidur, kepatuhan minum obat dan latihan fisik.

Kata Kunci: Budaya, Perawatan Diri, Pencegahan Penularan, TB Paru

ABSTRACT**SELF-CARE CULTURE IN PREVENTING
LUNG TB TRANSMISSION****By: Budiyanto**

Introduction: Lung TB is a contagious infectious disease caused by *Mycobacterium tuberculosis*. Lung TB can affect all aspects of life including emotions, work-related activities, sexual relationships, and social community relationships, which can lead to a decreased quality of life. One of the strategies in controlling Lung TB is through health education. TB patients often engage in routine activities such as wearing masks to minimize TB transmission. **Methods:** The research design used is qualitative research with a descriptive approach. It was conducted at Gapura Health Center with 3 TB patients and healthcare workers as key informants. Data collection techniques included in-depth interviews. The analysis used was thematic analysis. **Research results:** The self-care culture practiced by patients can minimize the transmission of Lung TB. **Discussion:** Scientific evidence regarding knowledge about Lung TB indicates that patients do not fully understand it. However, in preventing the transmission of Lung TB, patients consistently wear masks to minimize the risk. Patients also maintain personal hygiene and cleanliness of their surroundings to create a healthy environment. **Conclusion:** There are 3 themes. **identified:** belief, lifestyle, and self-care in Lung TB patients. These encompass the patients' beliefs about Lung TB, their daily social activities, dietary restrictions during illness, hygiene habits, sleep pattern management, medication adherence, and physical exercise.

Keywords: Culture, Self-Care, Transmission Prevention, Lung TB