

Penerapan Etika Batuk dalam Mencegah ISPA pada Masyarakat di Kelurahan Sukamaju, Palembang, Sumatera Selatan

Linda Andriani, Alif Fathurrachman, Dwi Indira, Rouly Pasaribu, Sudarto,
Ahmad Rasyid, Zen Ahmad*

Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Divisi Pulmonologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya.
E-mail: zenahmad@fk.unsri.ac.id

Abstrak

Infeksi Saluran Nafas Atas (ISPA) merupakan penyakit yang mudah menular melalui udara dan dapat terhirup ke saluran nafas. Individu dengan sistem kekebalan tubuh yang lemah akan lebih rentan terhadap ISPA yang bersifat berat atau berulang. Peningkatan insiden dan keparahan ISPA pada pasien dapat signifikan mempengaruhi produktivitas mereka, sementara pada anak-anak, hal ini dapat menghambat proses tumbuh kembang mereka. Etika batuk umumnya diterapkan dengan baik oleh tenaga kesehatan di lingkungan profesional. Namun, di kalangan masyarakat, etika batuk sering kali diabaikan, sehingga penyakit yang menular melalui udara seperti ISPA dapat dengan mudah menyebar. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyuluhan mengenai praktik etika batuk yang tepat guna mencegah penyebaran ISPA, khususnya di Kelurahan Sukamaju, Palembang. Pada kegiatan penyuluhan ini, yang dihadiri oleh sekitar 200 peserta, terungkap bahwa sebelumnya, 90% dari mereka tidak memiliki pemahaman tentang tata cara etika batuk yang benar. Setelah dilakukan penyuluhan dan simulasi etika batuk, 100% peserta telah memahami dan menerapkan etika batuk dengan benar. Melalui pengabdian masyarakat ini, diharapkan masyarakat akan terus menerapkan etika batuk yang benar, sehingga dapat membentuk kebiasaan positif yang berkelanjutan dalam mencegah penularan penyakit, serta meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat setempat.

Kata kunci: Etika batuk, ISPA, Masyarakat

Abstract

Implementation of Cough Etiquette in Preventing URTI in the Community in Sukamaju Subdistrict, Palembang, South Sumatra. *Upper respiratory tract infection (URTI) is a disease that is easily transmitted through the air and can be inhaled into the airway. Individuals with weakened immune systems are more susceptible to severe or recurrent URTI. Increased incidence and severity of URTI in patients can significantly affect their productivity, while in children, it can hinder their growth and development. Cough ethics are generally well practiced by health workers in professional settings. However, among the public, cough etiquette is often ignored, so airborne diseases such as URTI can easily spread. Therefore, it is necessary to conduct counseling on proper cough etiquette practices to prevent the spread of URTIs, especially in Sukamaju subdistrict, Palembang. In this counseling activity, which was attended by around 200 participants, it was revealed that previously, 90% of them did not have an understanding of proper cough etiquette. After the counseling and simulation of cough etiquette, 100% of the participants have understood and applied cough etiquette correctly. Through this community service, it is hoped that the community will continue to apply proper cough etiquette, so as to form a sustainable positive habit in preventing disease transmission, as well as improving the health and welfare of the local community.*

Keywords: Cough etiquette, URTI, Community

1. PENDAHULUAN

Infeksi saluran nafas atas (ISPA) merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh bakteri atau virus yang menyerang saluran pernapasan hingga menyebabkan infeksi. Sebanyak 98% kasus ISPA mengakibatkan sekitar empat juta orang meninggal setiap tahunnya. Adapun kelompok usia dengan tingkat mortalitas ISPA tertinggi adalah bayi, anak-anak, dan lansia, terutama di negara-negara berkembang. ISPA dapat menimbulkan ancaman epidemi. Penyebab terjadinya ISPA dapat dirunut berdasarkan beberapa faktor yaitu kondisi lingkungan, kualitas dan kuantitas fasilitas pelayanan kesehatan, dan faktor pejamu.¹

Kondisi lingkungan yang berpotensi menyebabkan terjadinya ISPA adalah polutan udara, kepadatan ruangan atau kepadatan rumah, kelembaban, kebersihan lingkungan, musim, dan temperatur udara. Sementara itu, jika dilihat dari segi kuantitas dan kualitas fasilitas pelayanan kesehatan, faktor utama yang menjadi kunci penanggulangan ISPA adalah ketersediaan fasilitas kesehatan yang memadai serta aksesnya yang mudah bagi masyarakat. Selain itu, ketersediaan vaksin dan ruang isolasi juga menjadi salah satu faktor untuk mencegah penularan ISPA di masyarakat. Kemudian, faktor selanjutnya adalah faktor pejamu, seperti status gizi, usia, imunitas, atau pandemi jika penanganan kasus ISPA tidak tepat dan efisien. Hal ini disebabkan ISPA dapat menular dengan mudah melalui udara, baik karakteristik patogen, kemampuan pejamu menularkan infeksi, dan sebagainya saat batuk, bersin, ataupun berbicara.¹

Etika batuk merupakan salah satu komponen perilaku pencegahan penularan dengan tindakan memalingkan kepala dan menutup mulut atau hidung dengan tisu apabila tidak terdapat tisu maka mulut dan hidung bisa ditutup oleh lengan atas.² Oleh karena itu partisipasi akademisi dalam mendukung pencegahan penularan ISPA di masyarakat melalui penyuluhan etika batuk yang benar, melalui kegiatan pengabdian masyarakat sebagai bentuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Tujuan kegiatan ini adalah penerapan etika batuk dalam mencegah ISPA pada masyarakat.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Etika batuk merupakan salah satu komponen perilaku hidup sehat yang dapat mencegah penularan penyakit yang ditularkan melalui saluran napas. Penelitian yang dilakukan oleh Barry et al, tahun 2011 mengenai higiene pernafasan pada masyarakat yang diobservasi mengenai etika batuk, menunjukkan hanya 4,7% yang menerapkan etika batuk yang benar, sebanyak 64,4% menutup hidung dan mulut tanpa menggunakan tangan dan 27,3% tidak menutup mulut dan hidung saat batuk dan bersin.³

Pendidikan kesehatan dalam jangka pendek menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan, dan dalam jangka menengah dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau upaya untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok dan individu. Dengan harapan bahwa dengan pesan tersebut kelompok masyarakat atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Pada akhirnya, pengetahuan tersebut diharapkan dapat mempengaruhi perilaku mereka. Pengetahuan individu sangat penting karena sangat dominan dalam membentuk tindakan seseorang.⁴

Etika batuk dan bersin ini terdiri dari beberapa tindakan yaitu menggunakan masker; memalingkan muka atau menjauh dari orang di sekitarnya; menutup hidung dan mulut dengan tisu, saputangan, atau lengan baju bagian dalam; segera membuang tisu bekas pakai ke tempat sampah dan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama 20 detik; mengganti masker setelah digunakan selama 4 jam, dan tidak membuang dahak sembarangan. Etika lainnya seperti mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir selama 20 detik, ganti masker setelah menggunakannya selama 4 jam, dan tidak membuang dahak sembarangan. Sementara itu, etika batuk dan bersin yang salah adalah membiarkan mulut/hidung terbuka saat batuk/bersin di tempat umum; tidak segera mencuci tangan setelah menutup mulut atau hidung saat batuk/bersin; membuang ludah di sembarang tempat; membuang dan menaruh tisu bekas pakai di sembarang tempat; dan tidak menggunakan masker saat sedang pilek atau batuk.⁵

Istilah ISPA mencakup tiga unsur, yaitu infeksi, saluran pernapasan dan akut, dengan definisi sebagai berikut sebagai berikut: Infeksi adalah masuknya kuman atau mikroorganisme ke dalam tubuh manusia dan berkembang biak sehingga menimbulkan gejala-gejala penyakit. Saluran pernapasan adalah organ yang dimulai dari hidung hingga alveoli. Penyakit ISPA secara anatomis meliputi saluran pernapasan bagian atas, saluran pernapasan bagian bawah (termasuk jaringan paru-paru) dan organ-organ adneksa pada saluran pernapasan. Dengan batasan ini, jaringan paru-paru termasuk dalam saluran pernapasan (saluran pernapasan). Infeksi akut adalah infeksi yang berlangsung hingga 14 hari. Batas 14 hari diambil untuk mengindikasikan suatu proses yang akut meskipun untuk beberapa penyakit yang dapat diklasifikasikan sebagai ISPA, proses ini dapat berlangsung lebih lama dari 14 hari.^{6,7}

Etiologi penyakit ISPA dapat disebabkan oleh berbagai penyebab seperti bakteri dan virus. Bakteri yang menyebabkan ISPA meliputi genus streptokokus, pneumokokus, Hemophilus, Bordetella dan Corinebacterium. Sedangkan virus yang menyebabkan ISPA antara lain Miksovirus, Adenovirus, Coronavirus, Mycoplasma, Hervesvirus dan lain-lain. Selain beberapa penyebab ISPA secara langsung di atas, ada juga yang bersifat tidak langsung yang bersifat tidak langsung, antara lain: a) Tingkat pendidikan dan pengetahuan mempengaruhi perilaku individu, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin tinggi pula kesadaran dan pemahaman tentang perawatan terhadap anggota keluarga yang mengalami gangguan kesehatan dan berusaha untuk mempertahankan status kesehatan yang lebih optimal. b) Lingkungan diartikan sebagai segala sesuatu yang ada di sekitar kita yang dapat mempengaruhi kesehatan. Lingkungan yang buruk akan meningkatkan risiko seseorang terkena penyakit. Situasi perumahan merupakan salah satu faktor yang menentukan kondisi higiene dan sanitasi lingkungan. WHO menyatakan bahwa perumahan yang tidak memadai dan terlalu sempit mengakibatkan juga tingginya angka kejadian penyakit di masyarakat. Gejala umum yang biasanya ditemukan pada pasien dengan ISPA meliputi batuk, pilek, demam, sesak dan sakit tenggorokan.^{8,9,10}

3. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diadakan di Kelurahan Sukamaju, Palembang, melibatkan partisipasi dari 200 peserta masyarakat setempat. Kegiatan ini dilaksanakan dengan pendekatan tatap muka, menyertakan pemaparan materi serta simulasi mengenai etika batuk yang benar. Acara berlangsung selama 120 menit pada tanggal 21 Oktober 2023. Kegiatan pengabdian meliputi 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

1. Tahap Persiapan meliputi rapat koordinasi dengan pihak perangkat kelurahan Sukamaju Palembang.
2. Tahap Pelaksanaan, dimulai dengan pembukaan acara, dilanjutkan dengan pengisian 10 soal Pre-Test oleh peserta, sambutan oleh ketua acara, kemudian penyampaian materi dengan teknik presentasi oleh dr. Alif Fathurrachman SpPD yang berjudul "Etika Batuk di Masyarakat Guna Mencegah ISPA". Dilanjutkan dengan simulasi etika batuk yang benar. Dilanjutkan diskusi dan penutupan acara.
3. Tahap Evaluasi, dilakukan evaluasi atas apa yang telah dipaparkan oleh pemateri, melalui pengisian 10 soal Post-Test dan penerapan etika batuk yang benar.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

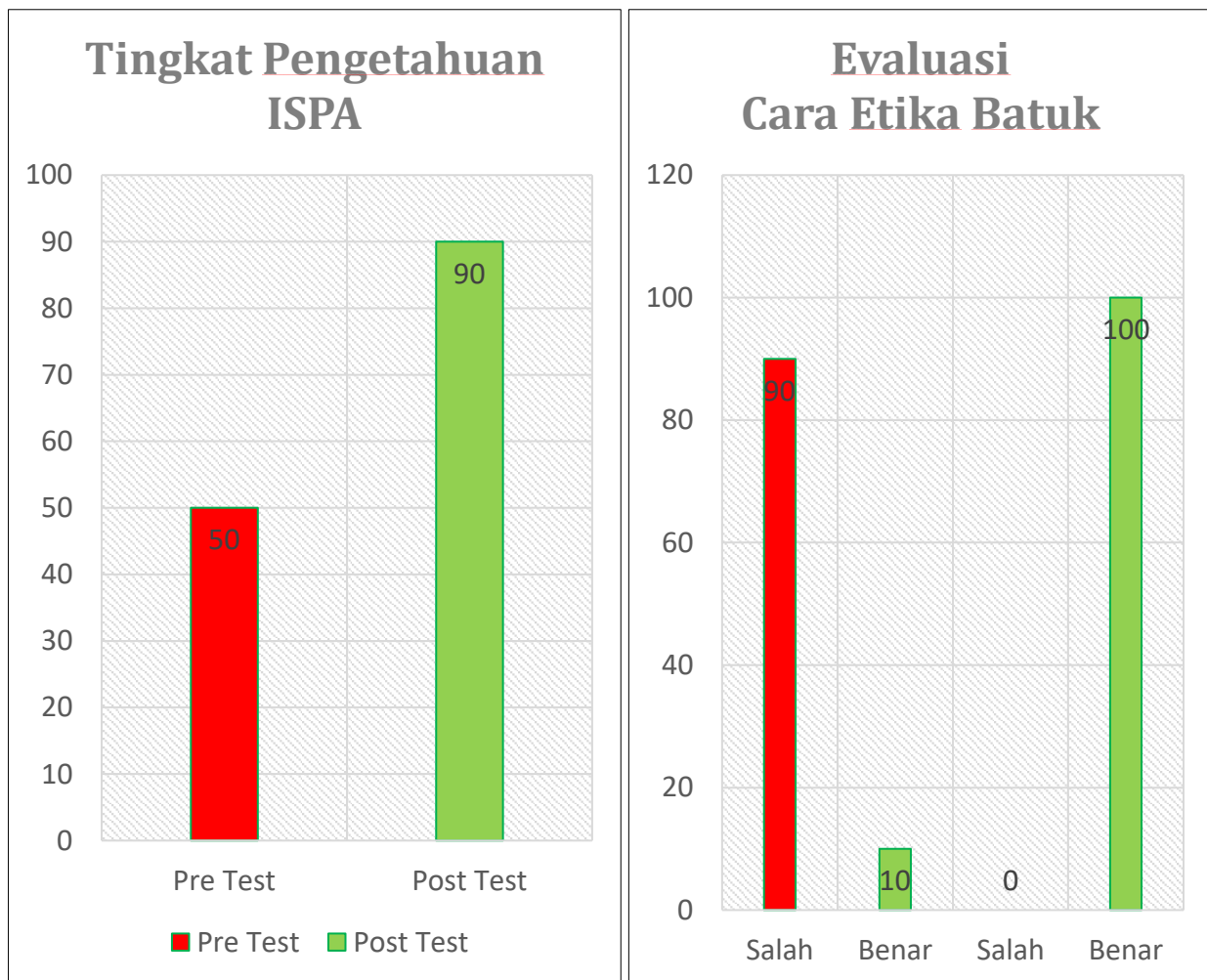
Kegiatan pengabdian ini terlaksana pada Rabu, 21 Oktober 2023. Kegiatan ini dihadiri 200 peserta dan tim pelaksana kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dengan metode penyuluhan dan simulasi etika batuk ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Penyuluhan dan simulasi etika batuk kegiatan pengabdian masyarakat.

Pengetahuan peserta sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah penyuluhan diukur melalui kuesioner mengenai ISPA dan penularannya. Kuesioner ini menjadi indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan. Hasil analisis pada Gambar 2, menunjukkan rerata skor yang didapat dari 200 peserta sebelum penyuluhan adalah 50 poin dengan skor terendah adalah 20 poin dan skor tertinggi adalah 70 poin. Setelah penyuluhan rerata skor sebesar 90 poin dengan skor terendah adalah 80 poin dan skor tertinggi adalah 100 poin. Dari gambar 3, penerapan etika batuk yang benar sebelum penyuluhan hanya 10% peserta. Setelah dilakukan simulasi etika batuk yang benar, didapatkan 90% peserta telah dapat menerapkan etika batuk yang benar.

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan ini mendapatkan sambutan yang luar biasa dari pihak masyarakat di kelurahan Sukamaju Palembang. Seluruh peserta antusias dari awal hingga akhir acara, serta aktif dalam diskusi dan tanya jawab. Kegiatan ditutup dengan pembagian makan siang kepada peserta.



Gambar 2. Grafik Perbandingan tingkat pengetahuan dan etika batu sebelum dan setelah penyuluhan.

5. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan tatap muka di Kelurahan Sukamaju Palembang dengan judul “Penerapan etika batuk dalam mencegah ISPA pada masyarakat di kelurahan Sukamaju Palembang Palembang”, dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang ISPA serta dapat menerapkan etika batuk yang benar guna mencegah penularan ISPA dan penyakit saluran napas lainnya.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kami ucapkan kepada perangkat kelurahan Sukamaju Palembang, PAPDI SUMSEL, PERPARI SUMSEL yang ikut membantu terselenggaranya kegiatan ini. Kepada

FK UNSRI yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui dana hibah DIPA 0838/UN9.FK/TU.SK/2023.

Referensi

1. Farihah IN. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Niat Menerapkan Etika Batuk Saat Perkuliahan Tatap Muka Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Fikes Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2020. Repository *FKIK UIN Syarif Hidayatullah*. Published online (2021). <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/67431/1/Indah%20Nur%20Farihah%20-%20FIKES.pdf>
2. Ramdan M, Lukman M, Platini H. Pengetahuan, sikap dan etika batuk pada penderita tuberkulosis paru. *Holistik J Kesehat*. 2020;14(2):232-239.
3. Barry T, Manning S, Lee MS, et al. Respiratory hygiene practices by the public during the 2009 influenza pandemic: an observational study. *Influenza Other Respi Viruses*. 2011;5(5):317-320.
4. Wijayanti T, Indarjo S. Gambaran Karakteristik Dan Pengetahuan Penderita ISPA Pada Pekerja Pabrik Di Pt Perkebunan Nusantara Ix (Persero) Kebun Batujamus/ Kerjoarum Karanganyar. *J Heal Educ*. 2018;3(1):58-64.
5. Burhan E, Dwi Susanto A, Isbaniah F, et al. *Pedoman Tatalaksana COVID-19 Edisi 3*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI), Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI), Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia (PAPDI), Perhimpunan Dokter Anestesiologi dan Terapi Intensif Indonesia (PERDATIN), Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI);2020.
6. Notoatmodjo S. Ilmu kesehatan masyarakat prinsip-prinsip dasar. Jakarta: Rineka Cipta; 2013:127-130
7. Sunaryo. Psikologi untuk keperawatan. Jakarta:EGC;2014:25-27.
8. Didin. Infeksi Saluran Nafas Akut (ISPA) (online). [Http://www. Halal Guide .INFO - Guide to Halal and Islamic Lifestyle.html](http://www.HalalGuide.INFO-Guide%20to%20Halal%20and%20Islamic%20Lifestyle.html).;2016.
9. Widjaja. Penanganan ISPA pada anak dirumah sakit kecil Negara berkembang. Jakarta:EGC;2013.
10. Syamsi N. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Dengan Kejadian Ispa Pada Balita Diwilayah Kerja Puskesmas Bontosikuyu Kabupaten Kepulauan Selayar. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2018;6(1):49-57.