

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG CUCI HIDUNG PADA MAHASISWA DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Knowledge level about nasal irrigation in medical students of Faculty of Medicine Universitas Muhammadiyah Palembang

Nunung Mirawati¹, Vina Pramayastri², Taufik Hidayat^{3*}

¹Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

²Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

³Departemen Ilmu THT RSUD Palembang BARI/ Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

ABSTRAK

Cuci hidung merupakan metode sederhana yang dilakukan untuk membersihkan rongga hidung dengan cara membantu mengeluarkan partikel yang memicu inflamasi, menurunkan jumlah mediator inflamasi pada mukosa hidung. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa tentang cuci hidung di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Penelitian menggunakan metode *observasional analitik*. Populasi penelitian yaitu seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Sampel yang didapatkan yaitu 367 responden. Data didapatkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat. Karakteristik responden yaitu perempuan 75,5%, usia terbanyak yaitu 19 tahun (24,8%), angkatan terbanyak yaitu 2019 (27,5%). Tingkat pengetahuan mahasiswa tentang cuci hidung didapatkan dengan kategori baik (43,9 %), cukup (21,8%), dan kurang (34,3%). Sumber informasi terbanyak didapatkan media elektronik 35,1%, dosen dan mata kuliah 33,2%, pelayanan kesehatan 9,3%, teman 4,4%, media cetak 0,5%, keluarga 1,6% dan lain-lain 15,5%.

Kata kunci: Irigasi salin, Cuci hidung, Isotonis, Hipertonis.

ABSTRACT

Nasal irrigation is a simple method that can be done to wash the nasal cavity by remove particles that trigger an inflammation, decreasing the number of inflammatory mediators so that it can reduce inflammation of the nasal mucosa. This study aimed to identify the knowledge level of the students from Medical Faculty of Muhammadiyah University Palembang about nasal irrigation. This was an observational analytical study. The population of this study was all students from Medical Faculty of Muhammadiyah University Palembang with total sampling as a sampling technique. Sample size was 367 respondents, data obtained through questionnaires. The characteristics of the most respondents are female (75,5%), most of respondents were 19 years old (24,8%). Knowledge level students about the nasal irrigation was good (43,9%), sufficient (21,8%), and low (34,3%). The resources obtained through electronic media (35,1%), lecturers and courses (33,2%), health services (9,3%), friends (4,4%), print media (0,5%), families (1,6%) and others (15,5%).

Keywords: Saline irrigation, Nasal irrigation, Isotonic, Hypertonic

*Corresponding author: chtaufik28@gmail.com

Pendahuluan

Hidung merupakan organ utama tempat masuknya udara. Hidung rentan terhadap kondisi udara sekitar seperti polutan, debu, asap kendaraan, asap rokok, virus dan bakteri, maka perlu selalu diperhatikan untuk menjaga kesehatan hidung.¹ Perubahan faal hidung dapat menimbulkan permasalahan mulai dari ketidaknyamanan dan menimbulkan penyakit, seperti infeksi saluran pernapasan atas, rhinitis alergi, rhinitis vasomotor, kelainan anatomi dan polip hidung.² *The World Health Organization* menyatakan bahwa penyakit rhinitis alergi dan rinosinusitis mempengaruhi lebih dari 30% populasi di dunia.³ Data dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia (DEPKES RI) tahun 2003 menyebutkan bahwa penyakit hidung dan sinus berada pada urutan ke 25 dari 50 pola penyakit peringkat utama atau sekitar 102.817 penderita rawat jalan dirumah sakit terhitung mulai dari anak-anak sampai dewasa.⁴

Kebersihan hidung merupakan hal yang perlu diperhatikan, terlebih jika terdapat gangguan. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk menjaga kebersihan hidung adalah

dengan metode cuci hidung. Cuci hidung atau *nasal irrigation* merupakan metode sederhana yang dapat dilakukan untuk membersihkan rongga hidung dengan cara membantu mengeluarkan partikel yang memicu inflamasi (debris, bakteri, alergen, dan fungi), serta menurunkan jumlah mediator inflamasi di mukosa sehingga dapat mengurangi inflamasi pada mukosa hidung.⁵ Cuci hidung adalah cara yang efektif dalam memperbaiki gejala pada pasien dengan penyakit hidung.⁶ Cuci hidung diindikasikan pada pasien-pasien dengan gangguan sinonasal, di antaranya dapat berupa rinosinusitis (akut & kronis), rinitis alergi & non alergi, infeksi saluran pernapasan akut, dan terapi pasca bedah sinus endoskopi.^{7,8} Cuci hidung juga dapat mencegah peradangan dan infeksi pada rongga hidung. Membuat hidung menjadi lebih bersih dan segar, Mencegah infeksi bakteri, virus, jamur, serangan alergi dan asma.⁵ Larutan cuci hidung salin isotonis dan hipertonis sama-sama dapat memperbaiki waktu transpor mukosilia hidung.⁹ Larutan salin isotonis adalah larutan yang tidak memiliki gradien osmotik dan diyakini sebagai larutan yang paling fisiologis terhadap morfologi seluler epitel

hidung.^{10,11} Pembuatan larutan cuci hidung yaitu dengan menambahkan garam halus setengah sendok pada air satu gelas air bersih sebanyak 200 ml. Kemudian menyemprotkan larutan pada salah satu lubang hidung dan membiarkannya mengalir keluar melalui lubang hidung sebelahnya. Cuci hidung secara rutin merupakan suatu metode yang mudah untuk dilakukan dan relatif murah. Cuci hidung dengan salin telah digunakan dengan aman oleh anak-anak dan orang dewasa, kehamilan maupun usia lanjut tanpa ada efek samping yang serius.^{12,13} Namun pengetahuan masyarakat tentang keutamaan mencuci hidung ini masih sangat rendah.¹⁴

Pengetahuan tentang cuci hidung penting untuk diketahui oleh mahasiswa, karena cuci hidung merupakan suatu metode yang mudah untuk dilakukan sebagai upaya pencegahan terjadinya gangguan pada saluran pernapasan, terutama hidung. Cuci hidung juga dapat dilakukan pada orang yang sehat. Cuci hidung dilakukan secara rutin saat pagi dan malam hari sebelum tidur, terutama untuk orang yang terpapar polusi udara seperti di jalan raya, di pabrik, dan

pekerja kantor yang berada di ruang tertutup dengan ventilasi yang buruk.⁵

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan mahasiswa tentang cuci hidung di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Metode Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan penelitian *kuantitatif observasional* dengan pendekatan *deskriptif analitik* yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang pada bulan November 2019. Rancangan pada penelitian ini dengan pengumpulan data awal jumlah mahasiswa yang akan dijadikan responden, menentukan populasi dan sampel penelitian, membagikan kuesioner pada sampel lalu mengolah data dan menyusun laporan penelitian. Sampel pada penelitian adalah seluruh mahasiswa angkatan 2016, 2017, 2018, dan 2019 yang diambil menggunakan teknik *total sampling*, dan didapatkan sampel akhir dari penelitian ini yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebanyak 367 responden. Kriteria inklusi pada penelitian adalah

mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang dan bersedia mengikuti penelitian sampai tahap akhir. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu mahasiswa

yang mengisi kuesioner tidak lengkap dan mahasiswa yang tidak hadir pada saat penelitian. Analisis data menggunakan analisis data univariat.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin Responden	Jumlah	Presentase (%)
Laki-laki	89	24,3
Perempuan	278	75,7
Total	367	100

Dari 367 responden didapatkan jenis kelamin responden terbanyak yaitu perempuan sebanyak 278 orang (75,3%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia Responden	Jumlah	Presentase (%)
17 tahun	35	9,5
18 tahun	86	23,4
19 tahun	91	24,8
20 tahun	86	23,4
21 tahun	60	16,3
22 tahun	9	2,5
Total	367	100

Dari 367 responden didapatkan usia responden terbanyak adalah usia 19 tahun sebanyak 91 orang (24,8%)

Dari 367 responden didapatkan yaitu responden mendapatkan informasi tentang cuci hidung terbanyak

yaitu melalui media elektronik seperti televisi, media sosial dan internet dengan jumlah 129 responden (35,1%), sedangkan sumber informasi terendah yaitu media cetak sebanyak 2 orang (0,5%).

Tabel 4. Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	Presentase (%)
Baik	161	43,9
Cukup	80	21,8
Kurang	126	34,3
Total	367	100

Hasil penelitian terhadap 367 responden didapatkan bahwa tingkat pengetahuan responden dengan kategori tertinggi yaitu memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 161 responden (43,9 %).

Tabel 5. Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Angkatan

Angkatan Responden	Tingkat Pengetahuan						Total
	Baik		Cukup		Kurang		
	N	%	N	%	N	%	
2016	59	68,6%	9	10,5%	18	20,9%	86
2017	58	68,2%	13	15,3%	14	16,5%	85
2018	15	15,8%	36	37,9%	44	46,3%	95
2019	29	28,7%	22	21,8%	50	49,5%	101
Total	161	43%	80	21,8%	126	34,3%	367

Hasil tingkat pengetahuan berdasarkan angkatan didapatkan hasil tingkat pengetahuan dengan kategori baik terbanyak terdapat pada angkatan 2016 yang berjumlah 59 responden (68,6%), Sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang dengan jumlah terbanyak yaitu pada angkatan 2019 sebanyak 50 responden (49,5%).

Tabel 6. Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Sumber Informasi

Sumber Informasi	Tingkat Pengetahuan						Total
	Baik		Cukup		Kurang		
	N	%	N	%	N	%	
Pelayanan kesehatan	19	55,9%	10	29,4%	5	14,7%	34
Media elektronik	51	39,5%	43	33,3%	35	27,1%	129
Media cetak	1	50%	1	50%	0	0%	2
Mata kuliah dan dosen	80	65,6%	16	13,1%	26	21,3%	122
Teman	3	18,8%	2	12,5%	11	68,8%	16
Keluarga	2	33,3%	4	66,7%	0	0%	6
Lain-lain	5	8,6%	4	6,9%	49	84,5%	58
Total	161	43,9%	80	21,8%	126	34,3%	367

Pada penelitian mengenai tingkat pengetahuan berdasarkan sumber informasi didapatkan tingkat pengetahuan dengan kategori baik berdasarkan sumber informasi terbanyak yaitu melalui mata kuliah dan dosen sebanyak 80 orang (65,6%).

Pembahasan

Diketahui dari tabel 5 menunjukkan bahwa distribusi tingkat pengetahuan responden di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang dengan kategori tertinggi yaitu memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 161 responden (43,9 %), responden dengan pengetahuan cukup yaitu 80 responden (21,8%) dan responden dengan pengetahuan kurang berjumlah 126 responden (34,3%). Seperti dalam penelitian Farid (2017) cuci hidung dapat meningkatkan kualitas hidup pada penderita yang memiliki rhinitis alergi.¹⁵ Selain itu sebagai mahasiswa yang memiliki peran *role model* bagi lingkungan sekitarnya, sehingga dapat menjadi contoh di masyarakat terutama dalam bidang kesehatan.¹⁶

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden tentang cuci hidung berdasarkan angkatan responden

yaitu tingkat pengetahuan dengan kategori baik responden dengan jumlah terbanyak terdapat pada angkatan 2016 yang berjumlah 59 responden (68,6%), namun tidak berbeda jauh dengan angkatan 2017 yang berjumlah 58 responden (68,2%). Sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang dengan jumlah terbanyak yaitu pada angkatan 2019 dengan jumlah 50 responden (49,5%), dan tidak berbeda jauh dengan angkatan 2018 dengan pengetahuan kurang sebanyak 44 responden (46,3%), hal ini dikarenakan mahasiswa angkatan 2018 dan 2019 merupakan mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Berdasarkan tabel 7 responden mendapatkan informasi tentang cuci hidung terbanyak yaitu melalui media elektronik seperti televisi, media sosial dan internet dengan jumlah 129 responden (35,1%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Alfani tahun 2009 bahwa seseorang cenderung menggunakan sumber informasi kesehatan yang paling mudah ditemukan dan digunakan.¹⁶ Dari hasil penelitian yang dilakukan Prasanti, tahun 2017 bahwa informasi kesehatan bisa diakses dengan mudah, yaitu dapat

melalui media cetak dan media elektronik, media informasi kesehatan utama yang digunakan masyarakat adalah media online.¹⁷ Informasi kesehatan yang paling mudah didapatkan melalui media elektronik yaitu internet dan televisi. Namun dengan mudahnya penyebaran informasi kesehatan menjadi tantangan untuk mendapatkan informasi kesehatan yang tepat dan benar.¹⁸

Simpulan dan Saran

Karakteristik responden berdasarkan terbanyak adalah perempuan sebesar 75,5%, usia terbanyak responden yaitu usia 19 tahun sebesar 24,8%, angkatan terbanyak yaitu 2019 sebesar 27,5%. Tingkat pengetahuan mahasiswa tentang cuci hidung tertinggi didapatkan tingkat pengetahuan dengan kategori baik sebesar 43,9 %. Sumber informasi terbanyak didapatkan melalui media elektronik sebesar 35,1%. Saran bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas area penelitian dan tidak hanya gambaran pengetahuan saja, dapat ditambahkan variabel lainnya seperti sikap dan perilaku mahasiswa tentang cuci hidung dalam kebiasaan sehari hari.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada responden yang telah menyumbangkan tenaga dan bantuannya dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Adams, George L. Boies. 2014. Buku Ajar Penyakit THT Edisi 6. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
2. Soetijipto, D., Mangunkusumo E., Wardani R. 2012. Sumbatan Hidung. In: Soepardi E, Iskandar N, Bashirudin J, Restuti R, editors. Buku Ajar Ilmu Kesehatan Telinga Hidung Tenggorok Kepala & Leher (7th ed). Jakarta: FKUI.
3. Akdis, A, et al. 2015. Mechanisms of Allergen-Specific Immunotherapy and Immune Tolerance to Allergens. *World Allergy Organization Journal*. 8(17):1-12.
4. Poli, C., Ora I Palandeng., Ronaldy EC Tumbel. 2016. Kesehatan Hidung Siswa SMA Negeri 9 Binsus Manado. 4(1).
5. Endang, Nies. 2017. 99 Tanya Jawab THT (Telinga-Hidung-Tenggorokan). Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
6. Lance T. Tomooka, MSIV. 2000. Clinical Study and Literature Review of Nasal Irrigation. *The Laryngoscope*. 110;1189-1193
7. Satdhabudha, A., Kusumawadee, U., Paopanga M., Orapan P. 2017. A randomized controlled study comparing the efficacy of

- nasal saline irrigation devices in children with acute rhinosinusitis. *Asian Pac J Allergy Immunol.*3;102-107.
8. Rabago, D., Zgierska A. 2009. Saline Nasal Irrigation for Upper Respiratory Conditions. *Am Fam Physician.* 80 (10) ;1117-1119. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19904896>
 9. Ural, A., Oktemer, T.K., Kizil, Y., Ileri, F., Uslu, S. 2009. Impact of Isotonic and Hypertonic Saline Solutions on Mucociliary Activity in Various Nasal Pathologies: Clinical Study. *The Journal of Laryngology & Otolaryngology.* 123;517-521.
 10. Garavello, W., Romagnoli, M., Sordo, L., Gaini, R.M., Di Berardino, C., Angrisano, A. 2003. Hypersaline Nasal Irrigation in Children With Symptomatic Seasonal Allergic Rhinitis : A Randomized Study. *Pediatric Allergy Immunology.* 14 (2);140-143.
 11. Kim, C.H., Song, M.H., Young, E.A., Lee, J.G., Yoon, J.H. 2005. Effect of Hypo-, Iso- and Hypertonic Saline Irrigation on Secretory Mucins and Morphology of Cultured Human Nasal Epithelial Cells. *Acta Otolaryngol.* 125;1296-300
 12. Papsin dan Mc Tavish. 2003. Saline Nasal Irrigation. *Can Fam Physician.* 49;168-73.
 13. Hernandez, G Josefino. 2007. Nasal Saline Irrigation for Sinonasal Disorder. *Philipp J Otoraryngol Head Neck Surgery.* 22(1);37-39.
 14. Sofyan, F and Dyan R. 2017. Pengaruh Cuci Hidung Dengan NaCl 0,9% Terhadap Peningkatan Rata-Rata Kadar pH Cairan Hidung. *Fakultas Kedokteran Sumatera Utara.* 41(1);25-35.
 15. Farid, A Nasution. 2017. Pengaruh Cuci Hidung Dengan NaCl 0,9% Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Mahasiswa Dengan Rinitis Alergi Di Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara
 16. Alfani. 2009. Perilaku Pencarian Informasi Kesehatan Studi Deskriptif Tentang Pencarian Informasi Kesehatan Di Kota Surabaya. Universitas Airlangga.
 17. Prasanti. 2017. Potret Media Informasi Kesehatan Bagi Masyarakat Di Era Digital. *IPTEKOM.* 19(2);149-162
 18. Notoatmodjo. 2014. Perilaku Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta