

PENYULUHAN RHINOSINUSITIS KRONIK DAN DEMO CUCI HIDUNG

Lina Lasminingrum, dan Nurbaiti

Departemen Telinga Hidung Tenggorok - Bedah Kepala Leher
Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran/Rumah Sakit Dr. Hasan Sadikin Bandung
E-mail: lina_tht@yahoo.com

ABSTRAK,

Prevalensi rinosinusitis kronik semakin meningkat dan ini mengakibatkan biaya cukup besar dikeluarkan untuk pengobatan sehingga meningkatkan beban ekonomi suatu negara. Insidensi RSK di klinik Rinologi-Alergi Ilmu Kesehatan THT-KL RSHS setiap tahun semakin meningkat dan banyak diantaranya berasal dari kota Bandung dengan usia terbanyak usia produktif. Gejala RSK berupa hidung tersumbat, hidung berair, nyeri wajah yang dapat disertai penurunan penciuman dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita. Secara tidak langsung kerugian produktivitas yang dialami seorang pasien umumnya disebabkan oleh berkurangnya kinerja, dan waktu bekerja karena kondisi kesehatan. Tujuan dari kegiatan ini yaitu memberikan pengetahuan mengenai tanda dan gejala RSK, faktor risiko dan penanganan yang tepat serta manfaat cuci hidung. Metode: penyuluhan, diskusi dan demo cuci hidung. Hasil yang dicapai yaitu pengetahuan masyarakat mengenai RSK menjadi bertambah dan akan memulai melaksanakan cuci hidung di rumah. Penyiapan alat dan bahan untuk cuci hidung dapat dilakukan sendiri dan mudah penggunaannya.

Keywords: *Chronic Rhinosinusitis, Nasal washing, Knowledge*

ABSTRACT

The prevalence of chronic rhinosinusitis (CRS) is getting higher and considerable costs are incurred for treatment, thereby increasing the economic burden of a country. The incidence of CRS at ENT-HNS Department Hasan Sadikin Hospital increase annually and most of patients are in productive age and many of them came from Bandung city. Symptoms of nasal blockage, runny nose, facial pain that can be accompanied by decreased olfaction can affect quality of life. Indirect costs primarily pertain to productivity losses experienced by a patient and are commonly caused by reduced work performance and missed time from work due to a health condition. The purpose of this activity is to provide knowledge about signs and symptoms of CRS, risk factors and appropriate treatment and benefits of nasal washing. Methods: counseling, discussion and demo of nasal washing. The results are increased public knowledge about CRS and will begin to carry out nasal washing at home. Preparation of tools and materials for nasal washing can be done alone and easy to use.

PENDAHULUAN

Rinosinusitis Kronik (RSK) sering dikenal dengan istilah “sinusitis” adalah peradangan pada mukosa hidung dan sinus yang terjadi lebih dari sama dengan 12 minggu. Menurut *European Position Paper on Rhinosinusitis and Nasal Polyps (EPOS) 2012*, rinosinusitis didefinisikan sebagai inflamasi hidung dan sinus paranasal yang ditandai dengan dua gejala atau lebih, salah satunya termasuk hidung tersumbat atau obstruksi atau kongesti disertai dengan nyeri wajah dan/atau penurunan sensitivitas pembau. (Fokkens 2012, Alt 2013)

Penyakit ini dapat menyebabkan menurunnya kualitas hidup penderita dan pada kondisi yang serius dapat berakibat fatal dan menyebabkan kematian. Letak sinus yang berdekatan dengan membrana mukosa hidung dan struktur epitel yang sama antara keduanya menyebabkan hampir setiap keadaan sinusitis bersamaan dengan rinitis, sehingga penyebutan rinosinusitis lebih sering digunakan untuk mendeskripsikan kondisi ini. (Fokkens 2012)

Penyebab rinosinusitis kronis bersifat multifaktorial dan belum sepenuhnya diketahui. Para ahli mengaitkan kejadian rinosinusitis kronik dengan banyak faktor antara lain gangguan pergerakan silia, alergi, asma, genetik, *immunocompromised*, kehamilan dan endokrin, faktor lokal, mikroorganisme, jamur, osteitis, faktor lingkungan, faktor iatrogenik, infeksi *H.pylori*, dan refluks laringofangeal. (Fastenberg 2016).

Insidensi RSK di Indonesia cukup tinggi, data DEPKES RI tahun 2003 menyatakan bahwa penyakit hidung dan sinus berada pada urutan ke-25 dari 50 pola penyakit peringkat utama. Tahun 2010-2013 angka kunjungan penderita RSK ke Poliklinik Rinologi-Alergi Ilmu Kesehatan THT-KL RSHS sebanyak 206 kasus (11%) dengan usia terbanyak adalah kelompok usia 20-29 tahun (33,09%). (Elika 2102). Dari data pasien yang berkunjung ke RS Hasan Sadikin, banyak diantaranya berasal dari kota Bandung yang sebenarnya akses untuk mendapatkan informasi kesehatan ataupun akses untuk pengobatan secara dini sangat mudah tetapi tetap saja angka kunjungannya cukup tinggi. Oleh karena itu dipikirkan perlunya sosialisasi yang terus menerus dan berkesinambungan untuk bersama-sama meningkatkan kesadaran tentang penyakit ini. Masyarakat kota Bandung khususnya kecamatan Bandung wetan memiliki karakteristik penduduk yang heterogen baik dari tingkat pendidikan, pekerjaan, umur maupun kultur budaya. Kelurahan Tamansari merupakan wilayah dengan luas 102 km² atau sekitar 30% dari luas kecamatan Bandung wetan dengan penduduk berjumlah 26.302 (69%) dari total penduduk Bandung wetan. (BPS 2017). Jumlah yang cukup banyak yang dapat dijadikan sasaran utama pemberian penyuluhan untuk mengetahui gejala dan tanda serta penatalaksanaan penyakit secara dini. Tatalaksana penyakit ini membutuhkan waktu dan biaya pengobatan yang tidak sedikit, selain dengan pemberian obat-obatan yang tepat, juga diperlukan cuci hidung untuk memelihara

mukosa hidung tetap sehat. Sebagian besar masyarakat masih awam terhadap penyakit ini, oleh karena itu perlu ditingkatkan pengetahuannya mengenai penyakit RSK dan manfaat cuci hidung guna meningkatkan kualitas hidup penderita.(Rudmik 2011)

Mensosialisasikan gejala dan tanda penyakit rinosinusitis kronik, faktor resiko dan penanganan yang tepat dan dini, selain itu juga memberikan informasi mengenai manfaat cuci hidung sebagai salah satu cara menghindari dan penatalaksanaan penyakit hidung.

METODE

Penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu PKK aktif dan peragaan cuci hidung yang benar. Kegiatan ini merupakan bentuk kepedulian terhadap masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan khususnya mengenai penyakit RSK. Kegiatan ini dikemas dalam bentuk penyuluhan kepada ibu-ibu PKK aktif, karena RSK dapat mengenai segala usia dan dari semua kalangan, sehingga diharapkan ibu-ibu ini sebagai kelompok kecil dapat memberi pengetahuan yang akan diperoleh kepada keluarga dan masyarakat sekitarnya.

Kegiatan ini dikoordinasikan dengan program kuliah kerja nyata mahasiswa (KKNM) dan Pengabdian Pada Masyarakat Dosen (PPMD) Universitas Padjadjaran, merupakan salah satu mata kuliah yang wajib diambil oleh setiap mahasiswa untuk menyelesaikan jenjang pendidikan strata 1 di Universitas Padjadjaran dengan tujuan meningkatkan wawasan, kepekaan empati, sikap dan perilaku sosial mahasiswa kepada masyarakat; melatih mahasiswa mengembangkan potensi diri di masyarakat baik secara praktis maupun teoritis. Program ini diawali dengan pembekalan kepada mahasiswa mengenai kegiatan yang akan dilakukan, menentukan lokasi dengan cara mengetahui data kependudukan dan prevalensi penderita RSK di suatu daerah. Proses ini berlangsung sekitar 2 minggu hingga akhirnya diputuskan kecamatan Bandung Wetan sebagai tempat penyuluhan. Setelah ditentukan lokasi kemudian dilakukan survey dan pembuatan proposal kegiatan serta bertemu dengan pemangku jabatan terkait yaitu bapak Camat dan Sekcam Bandung Wetan.

Kegiatan penyuluhan dan demo dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 7 November 2018, bertempat di Jl. Taman Sari N0.49, Lebak Siliwangi, Cobleng, Kecamatan Bandung Wetan, Kota Bandung dengan Koordinator pelaksana adalah Dr. Lina Lasminingrum dr., Sp. T.H.T.K.L(K),M.Kes dan tim pelaksana kegiatan adalah :

- dr. Nurbaiti
- Medyannisa Shafira
- Lestyarini Subekti
- Sri Soraya Nadilla
- Aditya M. Wijaksana
- Alfi L. Hasya
- Nicky Zulmira
- Bella A. Harindira

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta yang hadir sejumlah 61 orang dan sangat aktif dan antusias mengikuti penyuluhan dari awal sampai akhir. Banyak pertanyaan yang diajukan peserta dan terjadi diskusi yang menarik dan interaktif. Beberapa pertanyaan yang disampaikan peserta diantaranya :

1. Apa hubungannya rinosinusitis kronik dan trauma kecelakaan ?
2. Saya divonis dokter menderita sinusitis namun tidak bisa meninggalkan minum air dingin/es. Apakah meminum air es atau air dingin mempengaruhi gejala sinusitis? Bagaimana cara mencegahnya?
3. Apakah keluhan gejala bersin-bersin salah satu pertanda menderita rinosinusitis kronik?
4. Saya penderita sinusitis, sudah sejak 3 tahun yang lalu. Terkadang hidung sering tercium aroma bau. Apakah itu salah satu tanda sinusitis kambuh kembali?
5. Apakah keluhan sakit kepala di daerah dahi terutama saat berenang berhubungan dengan penyakit sinusitis?

Kegiatan demo cuci hidung dilakukan oleh dokter dari rumah sakit Hasan Sadikin beserta mahasiswa yang sudah dilatih untuk melakukan cuci hidung sendiri. Cuci hidung merupakan kegiatan yang sudah disosialisasikan secara nasional dan merupakan kegiatan yang disarankan selalu dilakukan sendiri sebagai suatu upaya mendapatkan higiene hidung yang baik. Demo cuci hidung dilakukan dengan memperagakan peralatan yang dapat dirakit untuk mendapatkan alat cuci hidung yang mudah dan murah selain preparat jadi untuk cuci hidung yang dapat dibeli di apotik-apotik.

Kegiatan penyuluhan dan demo cuci hidung dengan melibatkan mahasiswa dan masyarakat memperlihatkan bahwa :

- a) Peserta mengatakan merasa senang dengan kegiatan penyuluhan kesehatan
- b) Peserta mengatakan mendapat tambahan pengetahuan yang banyak terutama mengenai rinosinusitis kronik dan mendapatkan pencerahan penggunaan cuci hidung
- c) Mahasiswa terjun langsung terhadap kegiatan ke masyarakat dan berempati dengan permasalahan di masyarakat

Para peserta dan bapak Camat, Sekcam serta aparat lainnya mengaku sangat puas dengan dengan terselenggaranya kegiatan tersebut dan berharap untuk dilakukan penyuluhan mengenai penyakit lainnya, karena selama ini sudah beberapa tahun belum pernah ada kegiatan seperti ini, mereka merasa masih sangat kurang promosi dan preventif mengenai penyakit ini dari rumah sakit maupun instansi terkait lainnya padahal domisili mereka di tengah kota Bandung.

Selama ini program penyuluhan (promotif, preventif)

banyak dilakukan di desa-desa terpencil yang jauh dari perkotaan, namun ternyata di dalam kota sendiri mereka masih sangat minim informasi. Kita menyangka selama ini bahwa masyarakat perkotaan pasti akan mendapatkan informasi lebih mudah dengan tersedianya fasilitas seperti media elektronik, perpustakaan, media sosial dengan bermacam gadget. Namun justru pelaksanaan promotif preventif dengan cara penyuluhan bertemu dan bertatap muka langsung serta peragaan (contoh ; cuci hidung) akan lebih optimal dan langsung bisa diterapkan.

SIMPULAN

Rinosinusitis kronik merupakan penyakit yang sering dikeluhkan oleh masyarakat, khususnya kota Bandung. Namun masih banyak warga masyarakat yang belum mengetahui penyakit tersebut, sehingga diperlukan adanya penyuluhan. Sebagai wujud PPMD bekerjasama dengan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) maka dilaksanakanlah penyuluhan mengenai RSK dari mulai gejala, faktor resiko dan tatalaksananya.

Kuliah Kerja Nyata merupakan suatu wadah bagi mahasiswa untuk mengerti serta diharapkan mahasiswa dapat berperan dan berpartisipasi secara aktif dalam kehidupan masyarakat. Dalam kehidupan bermasyarakat bukan ilmu saja yang diterapkan tetapi bagaimana cara mahasiswa berbaur dengan masyarakat terutama dengan pelaksanaan KKN di daerah kecamatan Bandung Wetan, kota Bandung.

DAFTAR PUSTAKA

- Alt, A. Jeremiah, Smith L Timothy, Mace Jess C, Soler Zachary M. (2013). Sleep Quality and Disease Severity in Patients With Chronic Rhinosinusitis.. The American Laryngological, The laryngoscope
- Badan Pusat Statistik Kota Bandung. Kecamatan Bandung Wetan dalam angka.(2017). Katalog BPS: 1102001.3273200. Tersedia dari:<http://www.bandungkota.bps.go.id>
- Elika GP, Ratunanda SS, Prajitno IP.(2014). Karakteristik faktor asosiasi rinosinusitis kronik di Poli THT-KL RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung 2010-2013. Skripsi. Bandung: Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran, Departemen Ilmu Kesehatan THT-KL Unpad/RSHS
- Fastenberg Judd H, Hsueh Wayne D, Mustafa Ali, Akbar Nadeem, and Abuzeid Waleed.(2016). Biofilms in chronic rhino sinusitis: Pathophysiology and therapeutic strategies.. World Journal of Otorhinolaryngology-Head and Neck Surgery. March; 1-1
- Fokkens WJ, Lund VJ, Mullol J, Bachert C, Alobid I, Baroody F, et al. European position paper on rhinosinusitis and nasal polyp 2012: . (2012). A summary for otorhinolaryngologists. Rhinology. 50 (1): 1-12
- Rudmik Luke and Smith Timothy L.(2011). Quality of Life in Patients with Chronic Rhinosinusitis. Curr Allergy Asthma Rep 11:247–252