

## ***Edukasi Dan Praktik Etika Batuk Yang Benar Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Menular Pada Siswa Sekolah Dasar di Pesisir Pantai***

**Eva Triani<sup>1</sup>, Indana Eva Ajmala<sup>2</sup>, Eka Arie Yuliyani<sup>3</sup>  
Rika Hastuti Setyorini<sup>4</sup>, Dody Handito<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>*Department of Parasitology, Medical Faculty University of Mataram*

<sup>2</sup>*Department of Pulmonology, Medical Faculty University of Mataram*

<sup>3</sup>*Department of ENT, Medical Faculty University of Mataram*

<sup>4</sup>*Department of Public Health, Medical Faculty University of Mataram*

<sup>5</sup>*Faculty of Food and Technology University of Mataram*

*Alamat korespondensi : evatriannisa@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Sekolah merupakan salah satu tempat yang potensial untuk penyebaran infeksi penyakit pernapasan dan dapat memfasilitasi wabah yang berkembang menjadi epidemi karena berkumpulnya banyak individu pada periode yang panjang dan pada area yang terbatas. Penelitian menunjukkan bahwa interaksi jarak dekat di sekolah akan meningkatkan risiko penyebaran penyakit menular, terutama influenza, dan penyakit pernapasan lainnya. Salah satu cara untuk mencegah hal ini adalah dengan menerapkan etika batuk dan bersin serta melakukan cuci tangan yang benar. Oleh karena itu kami perlu mengadakan edukasi dan praktik etika batuk yang benar sebagai upaya pencegahan penyakit menular pada siswa sekolah dasar. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar siswa Sekolah Dasar dapat memahami dan mempraktikkan bagaimana etika batuk yang benar sehingga dapat diharapkan dapat sebagai cara untuk mencegah penyakit menular, terutama penyakit pernapasan baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumahnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan mengenai etika batuk yang benar, kemudian dilanjutkan dengan praktik mengenai etika batuk tersebut oleh masing-masing peserta. Dari evaluasi kegiatan ini kami dapatkan bahwa pengetahuan dan ketrampilan anak mengenai etika batuk lebih meningkat, sehingga nantinya diharapkan anak-anak dapat menerapkan etika batuk dengan benar dalam kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah, dirumah atau dimanapun berada.

**Kata Kunci:** Etika batuk, Siswa Sekolah Dasar, penyakit menular

### **PENDAHULUAN**

Sekolah merupakan salah satu tempat yang potensial untuk penyebaran infeksi penyakit pernapasan dan dapat memfasilitasi wabah yang berkembang menjadi epidemi karena berkumpulnya banyak individu pada periode yang panjang dan pada area yang terbatas. Penelitian menunjukkan bahwa interaksi jarak dekat di sekolah akan meningkatkan risiko penyebaran penyakit menular, terutama influenza, dan penyakit pernapasan lainnya. Salah satu cara untuk mencegah hal ini dengan menerapkan etika batuk dan bersin serta melakukan cuci tangan.

Etika batuk adalah tata cara batuk yang baik dan benar dengan cara menutup hidung dan mulut dengan tissue atau lengan baju, sehingga bakteri tidak menyebar ke udara dan tidak menular ke orang lain. Etika batuk diperuntukkan bagi orang yang mengalami batuk atau bersin. Seperti yang kita ketahui bahwa saat batuk atau bersin, maka orang tersebut dapat menyebarkan kuman dalam jumlah ribuan hingga jutaan ke udara dan disaat yang sama orang yang berada disekitarnya menghirup udara yang sudah mengandung kuman akibat dari batuk maupun bersin. Oleh sebab itu untuk menghindari hal ini, etika batuk dan bersin merupakan hal yang harus diterapkan pada kehidupan sehari-hari.

Terdapat penelitian yang mengamati etiket batuk pada siswa dan dibandingkan dengan standar Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Bertentangan dengan rekomendasi CDC, sebagian besar siswa menutup mulut mereka dengan tangan (53,3%) atau tidak menutup sama sekali (23,5%). Kurang dari seperempat siswa yang menggunakan lengan, siku, atau tisu seperti yang disarankan oleh CDC.

Analisis jenis kelamin mengungkapkan bahwa perempuan lebih cenderung menggunakan penutup tangan daripada laki-laki. Etika batuk sering terabaikan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menyebabkan kuman yang dikeluarkan saat batuk dapat menyebar dan terhirup oleh orang lain.

Tujuan dari kegiatan ini adalah agar siswa Sekolah Dasar dapat memahami dan mempraktikkan bagaimana etika batuk yang benar sehingga diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mencegah penyakit menular, terutama penyakit pernapasan baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumahnya. Tujuan dari etika batuk yaitu mencegah penyebaran suatu penyakit secara luas melalui udara bebas (Droplets) dan membuat kenyamanan pada orang di sekitarnya.

### METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan atau ceramah kesehatan mengenai etika batuk yang benar, kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan praktik mengenai etika batuk tersebut oleh masing-masing peserta. Penyuluhan dilakukan melalui powerpoint dan juga poster.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini telah dilaksanakan pada bulan September 2020. Kegiatan dilakukan di SDN 47 Ampenan. Peserta penyuluhan adalah para siswa kelas 6 yang didampingi oleh beberapa orang guru.

Kegiatan ini diikuti oleh 27 orang siswa. Mereka sangat antusias untuk berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan mengenai etika batuk ini. Di kalangan anak usia Sekolah Dasar kegiatan ini diterima dengan sangat baik karena mereka mendapatkan edukasi mengenai etika batuk yang benar dan bisa langsung mempraktikkannya sehingga tidak merasa jenuh dan cenderung ingin mempraktikkannya kembali dalam keseharian mereka. Dukungan juga didapatkan dari orang tua siswa dan pihak sekolah, Hal ini terlihat dengan kesediannya untuk memberikan izin dan turut serta memfasilitasi tempat dan perlengkapan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Dalam kegiatan ini peserta diberikan pretest yang harus dikerjakan sebelum mendapatkan penyuluhan dan diberikan posttest setelah ceramah dan diskusi selesai. Dari test ini dapat diketahui tingkat pengetahuan peserta yang awalnya sebelum mendapatkan materi mengenai etika batuk yang benar agak rendah, bahkan banyak yang belum memahami secara benar mengenai etika batuk ini, kemudian dilakukan posttest setelah mendengarkan ceramah dapat kita ketahui tingkat pengetahuan peserta meningkat menjadi lebih baik.

Evaluasi kegiatan meliputi peningkatan pengetahuan partisipan mengenai etika batuk yang benar pencegahannya. Adapun Materi pretest dan posttest meliputi:

- a) Apakah etika batuk yang baik dan benar itu?
- b) Apa tujuan mengetahui dan memahami serta mempraktekkan etika batuk yang benar?
- c) Penyakit apa saja yang bisa ditularkan melalui droplet?
- d) Bagaimana cara mencegah penyakit menular yang menyebar melalui droplet?
- e) Apa saja yang termasuk cara batuk yang salah
- f) Bagaimana batuk sesuai etika batuk yang benar?

Adapun faktor Pendorong dalam kegiatan ini adalah adanya antusiasme dari partisipan yang mengikuti kegiatan ini yang dalam hal ini adalah siswa Sekolah Dasar dan juga adanya dukungan dari para orang tua yang telah menyambut baik dan berpartisipasi dalam kegiatan ini sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terselenggara dengan baik dan lancar. Adapun faktor yang menjadi sedikit penghambat adalah karena kegiatan ini dilakukan ditengah situasi pandemic dimana saat ini semua siswa diharapkan masih belajar dari rumah, dan diperbolehkan belajar ke sekolah dengan system shift bergantian antar kelas satu dengan yang lain, sehingga partisipan dalam kegiatan pengabdian ini menjadi terbatas. Tetapi dengan adanya kerjasama yang baik dari tim pengabdian, partisipan orangtua, dan pihak sekolah maka kegiatan ini dapat terselenggara dengan baik dan lancar dengan tetap menerapkan protokol kesehatan.

Berikut adalah materi pembelajaran etika batuk yang benar:

Langkah-langkah menerapkan etika batuk yang benar:

- a) Gunakan masker, terutama bila anda sedang berada di keramaian atau bersama orang lain
- b) Tutup hidung dan mulut dengan menggunakan lengan dalam anda
- c) Tutup mulut dan hidung dengan tisu
- d) Jangan lupa membuangnya di tempat sampah
- e) Cucilah tangan dengan menggunakan air mengalir dan sabun



Gambar 1. Materi etika batuk yang benar



Gambar 2. Praktik Etika Batuk yang benar



Gambar 3. Tim PPM bersama guru SDN 47 Ampenan.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan dan evaluasi yang telah dilakukan, dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu tingkat pengetahuan para murid dan guru tentang etika batuk sebelum adanya kegiatan Penyuluhan ini masih cukup rendah, hal ini terlihat pada hasil pretest yang diberikan sebelum kegiatan dimulai. Dengan adanya kegiatan Penyuluhan tentang etika batuk dan praktiknya secara langsung, terdapat adanya peningkatan pengetahuan para siswa, hal ini terlihat pada hasil posttest. Kegiatan penyuluhan kesehatan terutama tentang etika batuk perlu untuk terus dilakukan terutama pada masa pandemi sebagai bentuk proteksi diri dari berbagai penyakit yang dapat menular melalui droplet dan udara, disamping itu juga perlu dilakukan pemeriksaan kesehatan secara umum dan konsultasi kesehatan sehingga para murid sekolah dasar serta para guru dapat menerapkan perilaku kesehatan yang baik terutama dalam hal higienitas personal dan menjaga lingkungan mereka agar tetap sehat.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala sekolah, para guru dan siswa SDN 47 Ampenan yang telah memberikan izin dan dukungan pada kegiatan pengabdian ini. Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mataram yang telah memberikan dukungan terhadap kegiatan pengabdian ini. Terima kasih pula kepada Teman Sejawat, mahasiswa kedokteran serta seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anggarini, Resti W. 2015. Pelaksanaan Etika Batuk Untuk Pencegahan Pada Penderita TB Paru BTA+ Yang Sedang Dalam Pengobatan Stratehi DOTS Di Puskesmas Lebdosari Semarang Tahun 2015. *Skripsi*. Semarang : Universitas Nuswantoro. Tersedia di : <http://mahasiswa.dinsus.ac.id/docs/skripsi/jurnal/19181.pdf>
- Berry TD, Fournier A. 2014. Examining university students' sneezing and coughing etiquette. *American Journal of Infection Control* 42(12):1317-8.
- Kementerian Kesehatan RI., 2017. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 27 Tahun 2017 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Infeksi di Fasilitas Pelayanan Kesehatan*. Jakarta
- Olajuyin OA, Olajide T, Ogunboyo OF. 2005. Knowledge and Practice of Sneeze and Cough Etiquettes among Participants in A Randomized Study in Ekiti-State, South-Western Nigeria. *Journal Tropical Disease*, Vol.7 Iss.6 No:335
- Sultana F, Nizame FA, Suthern DL, et al. 2007. Pilot of an Elementary School Cough Etiquette Intervention: Acceptability, Feasibility, and Potential for Sustainability. *Am. J. Trop. Med. Hyg.*, 97(6), 2017, pp. 1876–1885
- Zayas G, Chiang MC, Wong E, et al. Effectiveness of cough etiquette maneuvers in disrupting the chain of transmission of infectious respiratory diseases. *BMC Public Health* 2013, 13:811