

Edukasi Pencegahan dan Penanganan Penyakit Influenza Selama Musim Hujan pada Pasien di Klinik dan Apotek Callista Farma

Nurramadhani A. Sida*, Evi Apriyani, Firdarini, Umi Kalsum Muhammad, Vinarti
Ramdhayani

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo,
Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
Email: apt.nurramadhani08@uho.ac.id

ABSTRAK

Musim hujan dikaitkan dengan penyakit penyertanya seperti influenza. Meskipun sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, pencegahan dan pengobatan penyakit ini sering diabaikan oleh para penderitanya. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan penanganan influenza baik menggunakan terapi farmakologis maupun non farmakologis. Edukasi disampaikan menggunakan metode ceramah dengan media *leaflet*. Sasaran pengabdian ini adalah masyarakat yang menunggu obat pada Klinik dan apotek Callista Farma. Hasil yang diperoleh diketahui gejala influenza yang dirasakan oleh pasien sebagian besar adalah flu dan batuk. Masyarakat mendapatkan informasi mengenai flu dan batuk meliputi pengertian, penyebab, gejala yang muncul, pencegahan, dan pengobatannya. Kesimpulan edukasi yang dilakukan dengan menggunakan media *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat agar tepat pengobatan dan dapat melakukan pencegahan terkait influenza. Edukasi serupa dapat dilakukan pada fasilitas kesehatan lainnya.

Kata Kunci: Batuk, Ceramah, Flu, *Leaflet*, Sosialisasi

ABSTRACT

The rainy season is associated with accompanying diseases such as influenza. This disease is often found in everyday life, but prevention and treatment are still often ignored by sufferers of this disease. The aim of this public service was to increase public knowledge regarding the prevention and treatment of influenza using both pharmacological and non-pharmacological therapies. The material was delivered using public lectures with leaflet media. The target of this public service was people who were waiting for medicine at the Callista Farma clinic and pharmacy. The results of the service showed that the influenza symptoms experienced by patients were mostly flu and cough. The public received information about flu and coughs, including their meaning, causes, symptoms, prevention, and treatment. In conclusion, education carried out using leaflet media increased public knowledge, enabling proper treatment and prevention related to influenza. Similar education could be carried out at other health facilities.

Keywords: Cough, Flu, Leaflets, Public Lectures, Socialization

PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara yang memiliki dua musim, salah satunya adalah musim hujan. Musim hujan diperkirakan berlangsung dari November hingga pertengahan bulan Mei, dengan curah hujan tertinggi biasanya terjadi antara bulan November dan April (Hukom, 2021). Durasi musim hujan ini dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit yang umum terjadi selama musim hujan, seperti demam berdarah dengue (DBD), leptospirosis, influenza, dan diare. Udara yang lembab pada musim hujan diduga menjadi penyebab munculnya virus, bakteri dan parasit penyebab penyakit menular. Beberapa penyakit menular yang meningkat pada musim penghujan adalah penyakit influenza yang disebabkan oleh virus yang dapat menyerang termasuk manusia (Rahmah et al., 2022).

Influenza merupakan penyakit yang mudah menular yang disebabkan oleh virus influenza. Penyakit ini dapat menimbulkan gejala yang ringan hingga parah, dan penularannya dapat terjadi melalui udara ketika seseorang batuk atau bersin (Ravelliani & Salman, 2022). Angka kejadian influenza pada musim hujan lebih tinggi dibandingkan musim kemarau, yaitu pada musim hujan sekitar 48,5% dengan keparahan berat sedangkan pada musim kemarau yaitu 28,6% (Sarmin et al., 2020). Pada penelitian lainnya menunjukkan angka kejadian influenza pada musim hujan mencapai 84,1% sedangkan pada musim kemarau 15,9% (Setyanti, 2019). Gejala umum influenza mencakup demam, batuk, hidung tersumbat, muntah, bersin-bersin, hidung berair, nyeri sendi, kelelahan, sakit kepala, mata berair, dan ruam. Gejala yang parah dari influenza dapat memaksa seseorang untuk beristirahat beberapa hari, disertai dengan rasa nyeri di berbagai bagian tubuh, seperti punggung dan kaki (Nitiyoso, 2018). Meskipun penyakit ini umum terjadi dalam kehidupan sehari-hari, pencegahan dan pengobatannya sering diabaikan oleh mereka yang terkena penyakit tersebut. Berdasarkan tatalaksana penyakit menular influenza, pengobatan dapat menggunakan terapi suportif dan pengobatan antivirus (Nitiyoso, 2018). Namun banyak dari pasien menggunakan terapi antibiotik dalam pengobatan influenza ini, yang menyebabkan kesalahan terapi. Oleh sebab itu, diperlukan upaya penyuluhan mengenai pencegahan dan pengobatan penyakit influenza agar masyarakat dapat lebih memahami tentang hal tersebut (Handayani, 2023). Metode untuk meningkatkan pengetahuan mengenai hal tersebut dapat dilakukan melalui penyuluhan langsung yang melibatkan interaksi tatap muka. Pendekatan ini diharapkan lebih efektif dibandingkan dengan penyuluhan tidak langsung melalui media massa (Norsafitri et al., 2023).

Klinik dan Apotek Callista Farma merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang berada di Anduonohu Kendari Sulawesi Tenggara. Tingginya kunjungan pasien rawat jalan selama musim hujan, memungkinkan untuk dilakukan edukasi mengenai influenza ini, untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengobatan influenza. Hal ini untuk mendukung program Kementerian Kesehatan mengenai pengobatan sendiri masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Februari hingga Maret dengan melibatkan sasaran sasaran pengabdian ini adalah masyarakat yang menunggu obat pada Klinik dan apotek Callista Farma. Tahapan kegiatan ini terdiri atas 3 tahap, tahap pertama yaitu penjelasan mengenai tujuan edukasi, tanya jawab pretest secara langsung. Tahap selanjutnya yaitu pemberian edukasi dengan metode ceramah dan dibantu menggunakan media *leaflet*. Masyarakat diberikan informasi mengenai gejala dan tanda flu dan batuk yang merupakan bagian dari influenza, pencegahan, dan pengobatannya. Tahapan akhir yaitu dilakukannya tanya jawab mengenai kedalaman informasi yang berhasil ditangkap oleh sasaran edukasi. Adapun pertanyaan yang diberikan pada sasaran edukasi pada pretest dan *posttest* sama, yaitu pengetahuan masyarakat mengenai penyakit influenza, faktor penyebab terjadinya influenza, proses penularan influenza, tanda gejalanya, dan terapi yang dapat digunakan saat influenza.

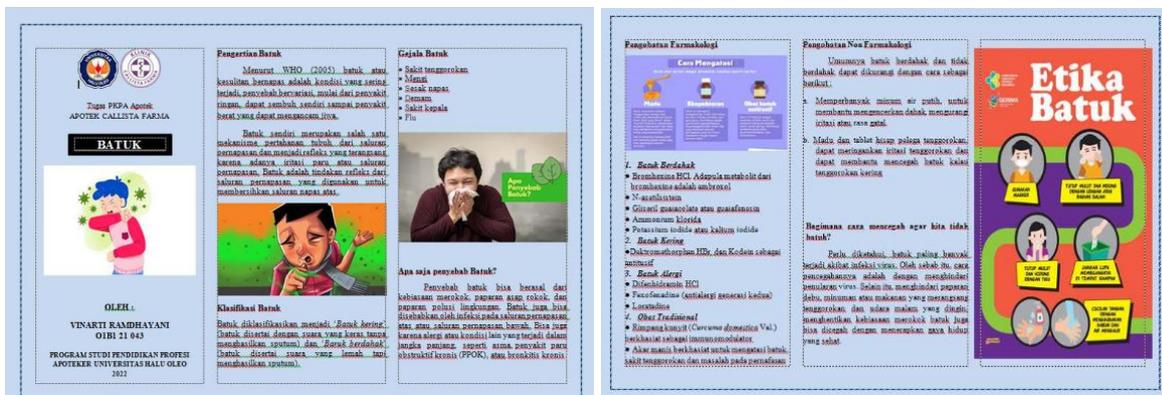
HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada 20 individu pasien yang mengunjungi Klinik dan Apotek Callista Farma. Pada awal pemberian edukasi, dilakukan tanya jawab sebagai bentuk pengukuran pengetahuan awal masyarakat mengenai pencegahan dan penanganan influenza yaitu pengetahuan masyarakat mengenai penyakit influenza, faktor penyebab terjadinya influenza, proses penularan influenza, tanda gejalanya, dan terapi yang dapat digunakan saat influenza Hasil menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) mengetahui penyakit influenza, 18 peserta mengetahui faktor penyebab terjadinya influenza, dan penularan influenza (90%), seluruh peserta mengetahui gejala yang dirasakan (100%), dan hanya 7 peserta yang mengetahui pengobatan dan pencegahan influenza (35%). Adapun rata-rata gejala influenza yang dirasakan oleh masyarakat yaitu flu dan batuk. Setelah dilakukan tanya jawab langsung, dilakukan edukasi menggunakan *leaflet* untuk menjelaskan

mengenai pencegahan dan pengobatannya influenza dengan gejala flu dan batuk.



(a)



(b)

Gambar 1. Leaflet yang digunakan pada edukasi pencegahan dan penanganan influenza pada masyarakat. (a) leaflet flu, (b) leaflet batuk

Informasi yang disampaikan kepada pasien (Gambar 1a) adalah bahwa influenza adalah salah satu penyakit pernapasan atas yang disebabkan oleh virus, bukan bakteri (Nashrullah & Kharis, 2018). Penyakit ini dapat ditularkan melalui percikan ludah saat seseorang bersin atau batuk. Penyebaran dapat berasal dari kontak dengan sekret mukosa hidung baik dengan memegang tangan, atau permukaan yang telah terkena sekret mukosa tersebut (Sulistyaningtyas et al., 2022). Adapun gejala yang terasa yaitu rasa tidak nyaman di tenggorokan diikuti oleh hidung yang tersumbat, berair, bersin, dan batuk. Gejala lainnya meliputi menggigil, sakit kepala, kelelahan, nyeri otot, dan demam ringan. Gangguan pada hidung biasanya muncul pada hari kedua atau ketiga, sedangkan batuk biasanya muncul pada hari keempat atau kelima (Prihadi et al., 2022). Adapun pencegahan flu dapat dilakukan dengan, a) olahraga, b) mengatur pola makan sehat, c) vaksin, d) jauhi diri dari paparan dingin, e) cuci tangan, f) menutup mulut dan hidung saat bersin, bila perlu menggunakan masker, g) tidak meludah sembarang, h) menjaga kontak dengan orang yang terkena

influenza (Wanti et al., 2021). Adapun pengobatan influenza pada pasien dapat menggunakan terapi non farmakologi dan terapi farmakologi. Pengobatan non farmakologis meliputi: a) Istirahat yang cukup. b) Konsumsi makanan bergizi yang tinggi kalori dan protein untuk meningkatkan daya tahan tubuh, serta mengonsumsi buah-buahan segar yang kaya akan vitamin. c) Minum banyak cairan untuk mengurangi kekeringan tenggorokan, melunakkan dahak, dan membantu menurunkan demam. d) Mandi dengan air hangat dan berkumur dengan larutan garam. e) Untuk bayi, membersihkan saluran hidung dengan hati-hati (Riza Maula & Rusdiana, 2016) Pengobatan farmakologis dapat menggunakan beberapa obat dengan zat aktif berikut, untuk flu dapat menggunakan a) ephedrine HCl, b) pseudoephedrine HCl sebagai dekonjestan, c) phenylpropanolamine (Kurniawati et al., 2023) Sedangkan flu alergi dapat menggunakan a) triprolidine HCl, b) chlorpheniramine maleat, c) brompheniramine maleat, d) cetirizine, e) loratadine (Supriyanto & Endra Pujiastuti, 2022).

Edukasi pencegahan dan pengobatan gejala batuk pada influenza (Gambar 1b) yaitu terdiri dari pengertian, klasifikasi batuk, gejala, penyebab, cara pencegahan, pengobatan, dan etika batuk. Batuk adalah respons alami tubuh untuk membersihkan saluran pernapasan dari iritasi. Itu menjadi refleks yang terpicu oleh iritasi pada paru-paru atau saluran pernapasan. Penanganan batuk bisa dilakukan melalui terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi non-farmakologis meliputi konsumsi air putih yang cukup, yang membantu mengencerkan dahak dan mengurangi iritasi atau rasa gatal. Selain itu, dapat menggunakan madu untuk meringankan iritasi tenggorokan dan dapat membantu mencegah batuk kalau tenggorokan kering. Terapi farmakologis dapat diberikan pada jenis batuk berdahak menggunakan bromheksin, N-asetilsistein, gliseril guaicolate, ammonium klorida, potassium iodida. Pada batuk kering dapat menggunakan dekstrometorfan HBr, dan kodein.

Informasi terkait pengobatan herbal untuk penanganan gejala influenza disampaikan kepada peserta. Adapun informasi yang disampaikan yaitu, a) Penggunaan madu, yang merupakan salah satu obat batuk alami yang efektif untuk meredakan gejala batuk dan flu (Agustin et al., 2018), b) Pemanfaatan jeruk nipis, yang mengandung senyawa yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh untuk melawan penyakit dan radikal bebas dalam tubuh. Campuran perasan jeruk lemon dan madu juga dapat digunakan sebagai obat herbal untuk meredakan batuk pilek secara efektif (Putri & Apsari, 2023), c) Penggunaan bubuk kunyit (Ulfah & Mutakin, 2017), d) Penggunaan bawang putih (Sari et al., 2017), e) Konsumsi herbal seperti teh hijau atau teh hit. Masyarakat juga diajarkan tentang tata cara

yang baik dalam batuk, yaitu dengan menutup hidung dan mulut menggunakan tisu atau lengan baju, sehingga bakteri tidak tersebar ke udara dan mencegah penularannya kepada orang lain. Tujuan utamanya adalah untuk mencegah penyebaran penyakit melalui udara bebas (Droplets) dan menciptakan kenyamanan bagi orang-orang di sekitar (Hapipah et al., 2021).

KESIMPULAN

Edukasi yang dilakukan pada peserta di Klinik dan Apotek Callista Farma dengan menggunakan media leaflet memberikan peningkatan pengetahuan masyarakat pada pengobatan dan pencegahan terkait influenza. Edukasi serupa dapat dilakukan pada fasilitas kesehatan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D. A., Nurhaeni, N., & Agustini, N. (2018). Pengaruh Madu terhadap Frekuensi Batuk dan Napas Serta Ronkhi pada Balita Pneumonia. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.32419/jppni.v2i1.82>
- Handayani, T. W. (2023). Obat Influenza dan Upaya Pencegahan Influenza di Desa Lampo, Kecamatan Banawa Tengah, Kabupaten Donggala, Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Malikussaleh Mengabdi*, 261(4), 261–265. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8179160>
- Hapipah, H., Istianah, I., Arifin, Z., & Hadi, I. (2021). Edukasi Etika Batuk Yang Benar Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit TB Paru Di Dusun Aik Nyet Lombok Barat. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis Journal*, 2(2), 17–21. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/534>
- Hukom, Z. F. M. (2021). Penentuan Awal Musim Hujan Dan Awal Musim Kemarau Lokal Di Perkebunan Teh Zakarias Frans Mores Hukom. *Agrologia*, 10(2), 63–68. <http://dx.doi.org/10.30598/ajibt.v10i2.1425>
- Kurniawati, D., Charmelya, E. N., Tangkas, H. H., & Panjaitan, P. A. P. (2023). Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi Batuk Pilek Mahasiswa Farmasi Angkatan 2019 Universitas Sari Mulia dengan Metode TPB. *FARMASIS: Jurnal Sains Farmasi*, 3(2), 92–99. <https://doi.org/10.36456/farmasis.v3i2.5653>
- Nashrullah, A., & Kharis, M. (2018). Pemodelan Sirs Untuk Penyakit Influenza Dengan Vaksinasi Pada Populasi Manusia Tak Konstan. *UNNES Journal of Mathematics*, 2(1), 46–54. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujm>
- Nitiyoso, N. (2018). Antivirus untuk Influenza. *Cermin Dunia Kedokteran*, 45(4), 261–264. <https://doi.org/10.55175/cdk.v45i4.799>
- Norsafitri, R. A., Mulia, R. E., Lingga, H. N., & Kumala, D. F. (2023). Promosi Kesehatan “Bijak Menggunakan Antibiotik” pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 2. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.20527/jpmp.v1i1.8842>
- Prihadi, D., Irawan, B. H., & Simarangkir, M. S. H. (2022). Identifikasi Diagnosa Kategori Covid Varian Omicron dengan Flu Biasa dan Faringitis menggunakan Metode Certainty Factor. *MIND Journal*, 7(1), 87–97. <https://doi.org/10.26760/mindjournal.v7i1.87-97>

- Putri, D. W. B., & Apsari, D. P. (2023). Penggunaan Herbal berbasis Kearifan Lokal dalam Pengobatan Penyakit Influenza pada Anak di Provinsi Bali. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 10(1), 35. <https://doi.org/10.25077/jsfk.10.1.35-43.2023>
- Rahmah, F. F., Hasanah, A. F., Kolbiyah, S., & Nazifah, Z. (2022). Penyuluhan Penyakit Menular Selama Musim Penghujan Di Yayasan Gemah Ripah Kuningan. *Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 292–300. <https://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/prosidingkesmas/article/view/4086>
- Ravelliani, A., & Salman. (2022). Penyakit Influenza Berdasarkan Iklim di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Farmasetis*, 11(3), 209–214. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/far/article/view/499>
- Riza Maula, E., & Rusdiana, T. (2016). Terapi Herbal dan Alternatif pada Flu Ringan atau ISPA non-spesifik. *Farmasetika.Com* (Online), 1(2), 7. <https://doi.org/10.24198/farmasetika.v1i2.9709>
- Sari, G. P., Samekto, M., & Adi, M. S. (2017). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Terjadinya Hipertensi Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II (Studi di Wilayah Puskesmas Kabupaten Pati). *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 13(1), 47–59. <https://doi.org/10.33658/jl.v13i1.92>
- Sarmin, S., Hijrawati, H., Pertiwi, R., Ningsi, C. N., Wulandari, W., & Tosepu, R. (2020). Hubungan Iklim Dengan Penyakit Influenza: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Lingkungan: Jurnal Dan Aplikasi Teknik Kesehatan Lingkungan*, 17(1), 27–32. <https://doi.org/10.31964/jkl.v17i1.210>
- Setyanti. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keparahan Influenza pada Pasien Severe Acute Respiratory Infection (SARI) di Rumah Sakit Sentinel Jakarta Timur Tahun 2011-2014. *Jurnal Biotek Medisiana Indonesia*, 8(2), 95–103. <https://lontar.ui.ac.id/detail?id=20455067&lokasi=lokal>
- Sulistyaningtyas, N., Rahmadani, N., Saputri Ilyas, A., Herliyanti Rambu, S., Syafri, M., Mustari, S., Jusriani, R., Syah Putri, U., Hermawan, A., Sari, R., Taliabo, P., Wardani, W., Jimung, M., Ramadhani Belman, N., Sulaiman, Mk., Muhammad Hatta, M., & Adi Hermawan, Mk. (2022). Pelaksanaan Protokol Kesehatan Dalam Pencegahan Pandemi Covid-19. In Fatima Press.
- Supriyanto, & Endra Pujiastuti. (2022). Evaluasi Penggunaan Obat Cetirizine dan Loratadin Sebagai Antihistamin di Apotek Kusuma Farma Kudus. *Joseph (Journal of Pharmacy)*, 2(1), 56–65. <https://www.josephjournal.org/index.php/joseph/article/view/7>
- Ulfah, N. N., & Mutakin. (2017). Review aktivitas antivirus ekstrak lima tanaman rimpang terhadap penghambatan virus Influenza H5N1 dengan metode in Vitro. *Farmaka*, 15(3), 153–161. <https://doi.org/10.24198/jf.v15i3.13803>
- Wanti, Sambara, J., Kristina, Hilaria, M., Yuliani, N., Shagti, I., & M.Pua Upa, M. S. (2021). *Buku Panduan Gerakan Hidup Sehat di Masa Pandemi COVID-19* (1st ed.). CV. Yarsa.