

EDUKASI TELINGA TENTANG SERUMEN PROP DAN CARA MEMBERSIHKAN TELINGA DI POLI RS PERTAMINA BINTANG AMIN BANDAR LAMPUNG

Sirfia Kaulani Bungaalsa^{2*}, Ijlal Maajid³, Reva Kusmiati⁴, Syifa Alya Fauziah⁵,
Reza Wahyu Nugraha⁶, Julia Anggraini⁷, Bara Ade Wijaya¹

¹Departemen Telinga, Hidung, Tenggorokan Universitas Malahayati

²⁻⁹Program Studi Profesi Dokter Universitas Malahayati

^{*}Email: sirfiakaulani18@gmail.com

Abstract

The importance of keeping the ears clean lies in the fact that the human ear naturally has its cleaning mechanism. The ears produce wax or cerumen to protect and maintain moisture and cleanliness of the ear canal. The buildup of large amounts of cerumen in the ear canal can result in conductive hearing disorders which can affect the sufferer's quality of life. The aim of this service is that respondents can better understand the importance of ear hygiene and anticipate external ear disorders early. Community service activities at the Pertamina Bintang Amin Hospital polyclinic were carried out on May 18, 2024. The form of program implementation activities was carried out in 1 offline meeting and was attended by 20 people. As a result of this counseling, respondents understood the function and benefits of earwax and knowledge about correct ear cleaning techniques as well as knowledge about the impact of ear hygiene showed a very good improvement, so it is hoped that it can prevent temporary deafness due to wax buildup due to errors in cleaning earwax.

Keywords: Bintang Amin Hospital Polytechnic, Cerume, Ear Hygiene.

Abstrak

Menjaga kebersihan telinga terletak pada fakta bahwa telinga manusia secara alami memiliki mekanisme pembersihan sendiri. Telinga memproduksi lilin atau serumen untuk melindungi dan menjaga kelembaban serta kebersihan saluran telinga. Penumpukan serumen dalam jumlah yang banyak di liang telinga dapat berdampak pada terjadinya gangguan dengar yang bersifat konduksi sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Tujuan dilakukan pengabdian ini yaitu responden dapat lebih mengerti mengenai pentingnya kebersihan telinga dan mengantisipasi secara dini kelainan penyakit telinga bagian luar. Kegiatan pengabdian masyarakat di poli RS Pertamina Bintang Amin dilaksanakan pada 18 Mei 2024. Bentuk kegiatan pelaksanaan program dilaksanakan sebanyak 1 kali pertemuan offline dan diikuti oleh 20 orang. Hasil penyuluhan ini responden memahami tentang fungsi serta manfaat kotoran telinga dan pengetahuan tentang teknik membersihkan telinga yang benar juga pengetahuan tentang dampak kebersihan telinga menunjukkan peningkatan yang sangat baik, sehingga diharapkan dapat mencegah terjadinya tuli sementara akibat serumen yang menumpuk dikarenakan kesalahan dalam membersihkan kotoran telinga.

Kata Kunci: Kebersihan Telinga, Poli RS Bintang Amin, Serumen

1. PENDAHULUAN

Kesehatan manusia sangat dipengaruhi oleh perilaku hidup bersih dan sehat. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan didefinisikan sebagai kondisi fisik, mental, dan sosial yang baik dan bebas dari penyakit, kecacatan, atau kelemahan (Tumbol et al., 2015). Banyak sekali faktor yang mempengaruhi kesehatan seseorang, antara lain faktor internal yaitu kondisi fisik dan psikis, serta faktor eksternal yang meliputi faktor lingkungan, sosial, budaya, politik, ekonomi,

dan pendidikan. Selain kedua faktor tersebut, perilaku, lingkungan, dan pelayanan kesehatan juga sangat mempengaruhi kesehatan kehidupan individu dan masyarakat (Maulana, 2009).

Penyakit telinga, hidung, dan tenggorokan (THT) masih menjadi masalah kesehatan di masyarakat karena banyaknya kasus yang dijumpai di Indonesia. Akan tetapi sebagian besar masyarakat masih belum memahami dan mengetahui macam-macam penyakit di bidang THT ini sehingga usaha pencegahan yang dapat dilakukan masih sangat rendah. Infeksi telinga dan penumpukan serumen atau kotoran telinga masih menempati urutan teratas sebagai masalah kesehatan di bidang THT ini selain penyakit hidung dan tenggorok (Yuliyani dkk., 2022). Menurut *World Health Organization* (WHO) data yang ada saat ini memperkirakan sekitar 360 juta orang (5,3%) di seluruh dunia mengalami gangguan pendengaran, diantaranya yaitu 328 juta (91%) merupakan orang dewasa dan 32 juta (9%) adalah anak-anak (Istiqomah, 2019).

Telinga memiliki peran penting sebagai indera pendengaran yang berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, dimana pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan. Pengetahuan merupakan domain yang paling penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Oleh karena itu, perilaku yang didasari dengan pengetahuan dan kesadaran akan bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari ilmu pengetahuan dan kesadaran (Money dkk., 2018).

Pentingnya menjaga kebersihan telinga terletak pada fakta bahwa telinga manusia secara alami memiliki mekanisme pembersihan sendiri. Telinga memproduksi lilin atau serumen untuk melindungi dan menjaga kelembaban serta kebersihan saluran telinga. Prevalensi gangguan pendengaran di Indonesia menurut data Rikesdas 2013 adalah sebesar 2,6%. Perilaku menjaga kebersihan telinga ini pun perlu mendapat perhatian khusus. Kegiatan membersihkan telinga menggunakan *cotton buds* dengan cara yang tidak benar dapat menimbulkan beberapa komplikasi diantaranya adalah penumpukan serumen sebagai akibat terdorongnya kotoran atau serumen ke liang telinga yang lebih dalam, iritasi dan infeksi telinga luar (otitis eksterna), tertinggalnya *cotton buds* di liang telinga maupun robeknya gendang telinga atau membran timpani (Yuliyani dkk, 2019). Serumen ini berfungsi untuk menjebak partikel debu, kotoran, dan bakteri yang masuk ke telinga. Penumpukan serumen dalam jumlah yang banyak di liang telinga dapat berdampak pada terjadinya gangguan dengar yang bersifat konduksi sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Jika kondisi ini terjadi pada anak-anak akan berpengaruh pada prestasi belajar di sekolah dan pada usia lanjut dapat memperberat kondisi pendengaran yang secara fisiologis sudah mengalami penurunan, sedangkan pada orang dewasa lainnya akan dapat mengganggu aktifitas harian dan juga komunikasi. Di sisi lain, kekurangan serumen dapat membuat saluran telinga menjadi kering dan rentan terhadap infeksi (Martini, 2017; Yuliyani dkk, 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan edukasi telinga tentang serumen prop dan cara membersihkan telinga di poli RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung dengan tujuan responden dapat lebih mengerti mengenai pentingnya kebersihan telinga dan mengantisipasi secara dini kelainan penyakit telinga bagian luar.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat "Edukasi Telinga Tentang Serumen Prop dan Cara Membersihkan Telinga di Poli RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung" dilaksanakan pada 18 Mei 2024. Bentuk kegiatan pelaksanaan program dilaksanakan sebanyak 1 kali pertemuan offline dan diikuti oleh 20 orang. Adapun tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yaitu kegiatan survei tempat sasaran pengabdian masyarakat, kemudian membuat permohonan izin kegiatan

pengabdian masyarakat dan mengurus administrasi (surat-menyurat). Setelah itu melakukan persiapan alat dan bahan materi dan mempersiapkan tempat penyuluhan yaitu ruang Poli Rumah Sakit Bintang Amin. Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan meliputi pembukaan dan perkenalan dengan masyarakat (pasien dan keluarga pasien) di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung yang menjadi sasaran pada kegiatan edukasi telinga tentang serumen prop dan cara membersihkan telinga. Setelah itu dilanjutkan dengan presentasi dan penyuluhan materi edukasi dan pemeriksaan kesehatan telinga serta tanya jawab. Kegiatan penutup dengan melakukan foto bersama serta pembuatan laporan pengabdian masyarakat. Kegiatan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai mengerti mengenai pentingnya kebersihan telinga dan mengantisipasi secara dini kelainan penyakit telinga bagian luar. Pemaparan materi tentang THT berlangsung selama kurang lebih 40 menit dengan media poster dan video.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi telinga tentang serumen prop dan cara membersihkan telinga di Poli RS Pertamina Bintang Amin diikuti oleh 25 responden, 20 orang wanita dan 5 orang pria. Penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran serta kewaspadaan terhadap penyakit tersebut yang ditujukan pada pasien dan keluarga pasien yang berada di RS Pertamina Bintang Amin. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan untuk mengenalkan gambaran umum, gejala dan faktor risiko serumen prop guna mendeteksi dini di masyarakat. Penyuluhan ini berorientasi terhadap perubahan perilaku yang diharapkan yaitu perilaku sehat, sehingga memiliki kemampuan mengenal masalah kesehatan dirinya, keluarga dan kelompok masyarakat pada umumnya. Pengabdian masyarakat ditujukan bagi keluarga pasien yang terdapat di rumah sakit bintang amin:



Gambar 1. Dokumentasi Pengabdian Masyarakat Berupa Penyuluhan

Kegiatan edukasi telinga tentang serumen prop dan cara membersihkan telinga telah terlaksana dengan baik, bahkan para peserta terlihat antusias dan mengharapkan kegiatan penyuluhan dapat berlanjut dengan pemberian materi lainnya terkait kesehatan telinga. Edukasi yang diberikan antara lain kotoran telinga harus dibersihkan dan kotoran telinga dapat menyebabkan gangguan pendengaran yang tidak permanen sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajar. Apakah manfaat kotoran telinga untuk telinga kita, akibat dari sering membersihkan telinga sendiri dan bahayanya. Bagaimana cara membersihkan telinga dengan benar dan seberapa sering membersihkan telinga anak.

3.2 PEMBAHASAN

Kebiasaan membersihkan telinga sendiri dengan menggunakan cotton buds sering menimbulkan hal buruk yang perlu diwaspadai. Perlu diketahui bahwa serumen terdiri dari 2 jenis yaitu basah dan kering. Serumen kering cenderung rapuh, kering dan warnanya bervariasi dari terang sampai abu-abu kecoklatan dan biasanya lebih dominan pada orang keturunan Asia dan Amerika Asli, sedangkan serumen basah seringkali berwarna gelap, basah dan lengket. Serumen basah biasanya dominan pada orang keturunan Afrika dan Eropa (Horton et al., 2020). Apabila serumen jenis basah sering dikorek maka akan mudah menjadi padat sehingga lebih sering menyebabkan gangguan pendengaran yang tidak permanen dan bila terjadi pada anak sekolah maka akan mempengaruhi prestasi belajarnya. Dampak buruk dari kebiasaan membersihkan telinga sendiri bila terlalu dalam maka akan menyebabkan sakit kepala hebat bahkan bisa menyebabkan robeknya gendang telinga dapat menyebabkan Infeksi akibat iritasi pada saat membersihkan kotoran telinga sendiri. Jamur juga sering tumbuh pada telinga yang sering dikorek (Mustofa dkk., 2021).

Serumen (*ear wax*) merupakan sekret normal dari kelenjar seruminous dan kelenjar sebacea dari sepertiga bagian luar dari liang telinga. Serumen berfungsi untuk melindungi, membersihkan dan melumasi kulit liang telinga, serta memiliki mekanisme pembersihan sendiri (Oladeji, 2015). Kebiasaan membersihkan telinga sendiri dengan menggunakan *cotton buds* sering menimbulkan hal buruk yang perlu diwaspadai. Perlu diketahui bahwa serumen terdiri dari 2 jenis yaitu basah dan kering. Serumen kering cenderung rapuh, kering dan warnanya bervariasi dari terang sampai abu-abu kecoklatan dan biasanya lebih dominan pada orang keturunan Asia dan Amerika Asli, sedangkan serumen basah seringkali berwarna gelap, basah dan lengket. Serumen basah biasanya dominan pada orang keturunan Afrika dan Eropa (Horton et al., 2020). Apabila serumen jenis basah sering dikorek maka akan mudah menjadi padat sehingga lebih sering menyebabkan gangguan pendengaran yang tidak permanen dan bila terjadi pada anak sekolah maka akan mempengaruhi prestasi belajarnya.

Dampak buruk dari kebiasaan membersihkan telinga sendiri bila terlalu dalam maka akan menyebabkan sakit kepala hebat bahkan bisa menyebabkan robeknya gendang telinga. Dapat menyebabkan Infeksi akibat iritasi pada saat membersihkan kotoran telinga sendiri. Jamur juga sering tumbuh pada telinga yang sering dikorek. Mekanisme pembersihan alami dari serumen di liang telinga luar melibatkan mekanisme migrasi epitel di liang telinga luar dengan bantuan pergerakan rahang. Lapisan luar kulit (epidermis) di liang telinga, bersama dengan lapisan membrane timpani akan bermigrasi keluar. Mekanisme migrasi ini dapat membantu menyembuhkan luka kecil dan dapat memindahkan bekas luka keluar serta mengangkut serumen keluar dari saluran telinga (Horton et al., 2020).

Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang telah dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah kegiatan yang sama bisa dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan para masyarakat tentang DBD, serta diadakan kerjasama dengan instansi atau organisasi kesehatan yang berkaitan di RS Pertamina Bintang Amin.

Angka kejadian infeksi telinga tengah atau otitis media supuratif kronik (OMSK) juga cukup banyak didapatkan pada kegiatan ini. Beberapa penelitian menunjukkan adanya insidensi OMSK yang lebih tinggi terutama di negara berkembang dengan prevalensi sebesar 11%. Kejadian ini sangat berhubungan erat dengan beberapa faktor diantaranya adalah kurangnya pengetahuan tentang kesehatan yang baik, terapi antibiotika yang tidak adekuat, status sosial ekonomi yang rendah maupun status gizi yang rendah atau buruk. (Dhingra dkk, 2014; Asroel dkk, 2013). OMSK sendiri dapat menimbulkan beberapa komplikasi yang sangat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya, dimana diantaranya dapat

menyebabkan gangguan dengar yang bersifat konduktif, sensorineural ataupun campuran. Komplikasi lainnya yang dapat disebabkan oleh OMSK yaitu infeksi pada otak ataupun dapat berkembang menjadi OMSK tipe berbahaya.

Gangguan dengar dan tinnitus serta oklusi tuba merupakan suatu kondisi yang juga berdampak pada kegiatan sehari-hari, dimana masalah kesehatan ini dapat mengganggu komunikasi dan psikis seseorang. Gangguan dengar dan tinnitus dapat dialami oleh siapa saja tidak terbatas pada usia. Jika terjadi pada usia lanjut maka kondisi ini terjadi karena adanya proses degenerasi atau penurunan fungsi pada organ pendengaran, sedangkan jika terjadi pada anak atau remaja bisa disebabkan oleh adanya masalah pada telinga bagian luar atau tengah, ataupun karena bising. Kebiasaan mendengarkan musik menggunakan earphone dalam waktu yang lama dan volume yang keras juga sangat mempengaruhi pendengaran (Yuliyani dkk, 2022).

Begitu banyaknya variasi masalah kesehatan di bidang THT-KL yang dapat terjadi pada masyarakat dimana kondisi tersebut dapat menyebabkan permasalahan baik sosial, pekerjaan, sekolah bahkan ekonomi, maka sangat perlu dilakukan upaya promosi atau edukasi kesehatan melalui penyuluhan (Suprayitno dkk, 2021). Kegiatan edukasi ini dapat dilakukan dengan berbagai metode, dengan cara yang menarik sehingga mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat. Pemberian edukasi kesehatan dengan metode konvensional masih menjadi pilihan yang efektif untuk dilakukan kepada masyarakat selain melalui media online lainnya (Yusnitasari dkk, 2022).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Secara garis besar kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi telinga tentang serumen prop dan cara membersihkan telinga di RS Pertamina Bintang Amin berlangsung dengan baik. Melalui kegiatan ini responden memahami tentang fungsi serta manfaat kotoran telinga dan pengetahuan tentang teknik membersihkan telinga yang benar juga pengetahuan tentang dampak kebersihan telinga menunjukkan peningkatan yang sangat baik, sehingga diharapkan dapat mencegah terjadinya tuli sementara akibat serumen yang menumpuk dikarenakan kesalahan dalam membersihkan kotoran telinga.

Pentingnya untuk masyarakat menambah wawasan pengetahuannya agar dapat meminimalisir sakit pada area THT sehingga tidak menimbulkan masalah dikemudian hari.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Asroel, H.A., Siregar, D.R., & Aboet, A. 2013. Profil Penderita Otitis Media Supuratif Kronis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nssional*. 7(12), hal 567-71.
- Dhingra, P.L., Dhingra, S., & Dhingra, D., 2014. *Diseases of Ear, Nose and Throat & Head and Neck Surgery*. hal 67-85.
- Horton, G. A., Simpson, M. T. W., Beyea, M. M., & Beyea, J. A. (2020). Cerumen Management: An Updated Clinical Review and Evidence-Based Approach for Primary Care Physicians. *Journal of Primary Care & Community Health Case*. 11:1-5, 1-5.
- Istiqomah, S. N., & Mukhlis, I. 2019. Hubungan Gangguan Pendengaran dengan Kualitas Hidup Lansia. *Majority*. 8(2), hal 234-239.
- Martini, E., Probandari, A., Partawi, D., & Samardiyono. 2017. Skrining dan Edukasi Gangguan Pendengaran pada Anak Sekolah. *IJMS: Indonesian Journal of Medicine Science*. 4(1), hal 110-8.
- Money, P., Zulfikar, N., & Dwi, M. 2018. Hubungan Antara Penggunaan Cotton Bud Dengan Serumen Obsturan. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 7(2), hal 892-905.
- Mustofa, F.L., Jordy, O., Fatah, S.W., Sri, M. 2021. Hubungan Antara Penggunaan Cotton Bud Dengan Gangguan Pendengaran Terhadap Pasien Serumen

- Obsturan Di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*. 1(3), hal 222-229.
- Riskesdes. 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta, <https://pusdatin.kemkes.go.id>, diakses tgl 11 September 2022.
- Suprayitno, B.A.W., Susianti, & Suharmanto. 2021. Pola Penyakit Di Poliklinik Telinga Hidung Dan Tenggorok Bedah Kepala Leher (THT-KL) RSUD Ragab Begawe Caram Mesuji. *Jurnal Imu Kedokteran Dan Kesehatan*. 8(2), hal 120-129.
- Tumbol, A.R., R.E.C. Tumbel, & Ora. I. Palandeng. 2015. Survei Kesehatan Hidung Pada Masyarakat Pesisir Pantai Bahu. *Jurnal e-Clinic*. 3(1), hal 39-43.
- Yuliyani, E.A., Didit, Y., Rika, H.S., Eva, T., & Indana, E.A. 2019. Penyuluhan Tentang Kesehatan Telinga Pada Siswa Sekolah Dasar. *Prosiding Pepadu*. 1, hal 308-311.
- Yuliyani, E.A., Hamsu, K., Didit, Y., Gusti Ayu, T.A., Mochammad, A.S., Made, R.D., & I Gede, W. 2022. Pemeriksaan Kesehatan Telinga Pada Lansia Di Panti Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram. *Jurnal Abdi Insani*. 9(2), hal 534-542.
- Yuliyani, E.A., Hamsu, K., Mochammad, A.S., Faisal, L., Dewa Agung, I.S.P., Baiq, G.K., & Andhito, R.C. 2022. Edukasi Sadar Bising Sebagai Upaya Promotif dan Preventif Terhadap Gangguan Dengar Melalui Media Podcast. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. 5(2), hal 89-93.
- Yusnitasari, A.S., Viky, I.M.B., Ana, S.F., Nurwahidah, N., Vitra, A., & Suci, R. 2022. Edukasi Kesehatan Dengan Metode Konvensional Dan E-Book Terhadap Perubahan Perilaku Berisiko Pada Remaja. *Molucca Medica*. 15(1), hal 60- 68.