

IMPELEMENTASI TERAPI KOMPLEMENTER PADA PASIEN SESAK

Nur Ainiyah¹ Mukhammad Khafid², Sulistyorini³
Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya^{1,2,3}
e-mail coresponding : ainiyahannuri@unusa.ac.id

ABSTRACT

Shortness was one sign that is obtained in ARI (Acute Respiratory Infection). Other signs that appear were cough and runny nose. ARI often occurs in the elderly and children, this is because the elderly and children have a body resistance that is more vulnerable than adults. Management to deal with ARI complaints can be non pharmacologic, but there are still many mothers who do not bring their sick children to health services but instead let them. Community service activities were carried out to improve the knowledge and skills of toddlers in implementing complementary therapies and herbal therapies in an effort to overcome tightness in toddlers. The method used is conducting counseling, demonstration and assistance to mothers of children under five in the nutrition center service. This activity is carried out with a period of 2 weekend. Evaluation of community service activities through the re-demonstration of complementary therapy (aromatherapy therapy by inhaling warm water mixed with eucalyptus oil) and Herbal Therapy (lime honey ½) This therapy was indicated in patients experiencing shortness. This education was given to mothers of toddlers and elderly who were present during the activity. The outputs from this community service WERE improving good knowledge from 50% to be 77,5 %, and 6 audien can practice physiother[ay by theirsself. The increasing knowledge and skills about compound therapy and herbs as an effort to overcome shortness of breath in infants.

Keywords: *complementer therapy, shorthtness*

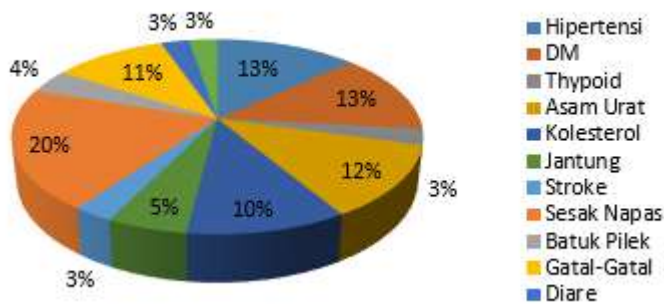
ABSTRAK

Sesak merupakan salah satu tanda yang didapatkan pada penyakit ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Akut). Tanda gejala lain adalah batuk dan pilek. ISPA sering terjadi pada lansia dan anak, hal ini dikarenakan ketahanan tubuh yang lebih rentan dibandingkan orang dewasa. Penatalaksanaan mengatasi keluhan ISPA dapat dilakukan non medis akan tetapi masih banyak ibu ibu yang tidak membawa anaknya yang sakit ke pelayanan kesehatan tapi justru membiarkannya. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam menerapkan terapi komplementer dan terapi herbal sebagai upaya dalam mengatasi sesak pada balita. Metode yang dilakukan adalah mengadakan penyuluhan, demonstrasi dan pendampingan pada ibu balita di posyandu gizi. Kegiatan ini dilaksanakan dengan jangka waktu 2 minggu. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui re-demonstrasi terapi komplementer (aroma terapi dengan menghirup air hangat yang dicampurkan dengan minyak kayu putih) dan Terapi Herbal (Jeruk nipis dan madu). Terapi ini diindikasikan pada pada pasien yang mengalami sesak. Edukasi ini diberikan kepada oleh ibu balita dan lansia yang hadir saat kegiatan. Hasil luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalahmeningkatnya penegetahuan dari 50% menjadi 77,5% sedangkan dari audien yang hadir 6 orang dapat mempraktekkan cara fisioterapi dada mandiri.Peningkatan pengetahuan dan keterampilan tentang terapi komplementer dan herbal sebagai upaya dalam mengatasi sesak nafas pada balita

Kata Kunci: terapi komplementer, sesak.

PENDAHULUAN

Survei pada RT 10 RW 02 Kelurahan X Kota Surabaya menunjukkan bahwa jumlah populasi warga RW 02 sebanyak 58 KK sejumlah 215 jiwa, diketahui bahwa kondisi kesehatan dalam 6 bulan terakhir seperti pada gambar 1



Gambar 1 diagram Pie Kondisi kesehatan Masyarakat RT 10 RW 02 Surabaya

Sesak merupakan salah satu tanda yang didapatkan pada penyakit ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Akut). Tanda gejala lain yang muncul adalah batuk dan pilek. ISPA sering terjadi pada lansia dan anak, hal ini dikarenakan pada lansia dan anak mempunyai ketahanan tubuh yang lebih rentan dibandingkan orang dewasa.

Berdasarkan hasil pengkajian yang didapatkan pada 58 KK didapatkan data tentang penyakit balita seperti pada tabel 1.1.

Tabel 1.1 Distribusi penyakit pada Balita di Kelurahan X Kota Surabaya

Jenis Penyakit	Jumlah	%
Batuk Pilek	3	30
Diare	2	20
Tidak sakit	5	50
Jumlah	10	100%

Sumber data : Wawancara, 2019

Berdasarkan masalah kesehatan yang terjadi pada warga RT 10 RW 2 (58 Keluarga) di kelurahan X sesak menunjukkan prosentase 20 % menduduki peringkat pertama dilanjutkan dengan diabetes mellitus dan hipertensi. ISPA disebabkan adanya bakteri, virus serta allergen berupa makanan seperti coklat, gorengan, perubahan lingkungan, suhu dingin dan aktifitas, asupan gizi yang kurang. Jika ISPA ini dibiarkan maka akan menyebabkan batuk produktif dan terjadi sesak, dan yang paling membahayakan adalah kematian.

Perawatan ISPA terutama di rumah dapat dilakukan dengan cara farmakologis (menggunakan obat) dan nonfarmakologis. Beberapa nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah istirahat, meningkatkan nutrisi sehingga daya tahan tubuh meningkat, pemberian terapi komplementer untuk mengatasi tanda dan gejala yang pada penderita ISPA (batuk dan sesak)

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pada pasien ISPA dengan gejala sesak dan batuk pilek, dengan mengajarkan fisioterapi dada dan terapi komplementer yang lain.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu pra kegiatan (survey lokasi dan analisis situasi), pelaksanaan kegiatan yaitu dengan melakukan penyuluhan tentang ISPA serta demonstrasi fisioterapi dada pada tanggal 28 Agustus 2019) dilanjutkan dengan demonstrasi terapi komplementer masase pada telapak kaki bagian tengah serta di belakang leher untuk menurunkan sesak, terapi komplementer (aroma terapi dengan menghirup air hangat yang dicampurkan dengan minyak kayu putih) dan terapi herbal (jeruk nipis ½ sendok teh dicampur dengan madu ½ sendok teh, diminum tiga kali sehari.), yang dilakukan pada tanggal (29 Agustus 2019) Ketiga yaitu evaluasi, evaluasi dilakukan pre dan post edukasi kesehatan. Populasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat yang tinggal di RT 10 RW 02 Kelurahan X Surabaya. Audiens dalam pengabdian masyarakat ini adalah ibu kader, ibu yang mempunyai anak balita atau anak usia sekolah, serta lansia. Tehnik pengumpulan yaitu dengan mengundang audiens, untuk datang di Balai RW 02. Alat yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah lembar balik, leaflet, phantom boneka, bahan demonstrasi seperti jeruk nipis, air hangat, dan *baby oil*.

PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat tentang implementasi terapi komplementer terhadap pasien sesak di RT 10 RW 02 Kelurahan X Surabaya. Peserta pengabdian masyarakat adalah kader kesehatan sejumlah 12 orang, ibu yang mempunyai balita yaitu 28 orang, sebagian besar peserta berusia produktif antara 25-35 tahun, sebagian besar peserta yang hadir adalah ibu kandung bukan pengasuh. Seluruh peserta dan kader terlihat antusias dalam mendengarkan dan bertanya tentang penyakit ISPA, fisioterapi dada, terapi komplementer untuk mengurangi sesak pada penderita ISPA. Peserta memahami dan mampu melakukan pemberian terapi komplementer (masase pada telapak kaki bagian tengah serta di belakang leher dan aroma terapi dengan menghirup air hangat yang dicampurkan dengan minyak kayu putih) dan terapi herbal (jeruk nipis ½ sendok teh dicampur dengan madu ½ sendok teh

, diminum tiga kali sehari.). Hal tersebut dibuktikan melalui kegiatan Re-demonstrasi pada boneka dan pada balita yang sedang batuk pilek.

1. Gambaran Pengetahuan tentang ISPA

Pemberian penyuluhan pada audiens yaitu tentang penyakit ISPA, mulai dari pengertian, penyebab, gejala dan cara mengatasinya di rumah

Tabel 2 Distribusi Pengetahaun tentang ISPA Pada Audien di RT 10 RW 02 Kelurahan X Surabaya

Tingkat pengetahuan	f Pre (%)	f Post (%)
Baik	20 (50%)	31 (77,5)%
Cukup	13 (32,5 %)	9 (22,5 %)
Kurang	7 (17,5)	0
Jumlah	40 (100%)	40 (100%)

2. Demonstrasi Fisioterapi Dada

Pada demonstrasi ini dilakukan pada phantom boneka yang selanjutnya ditirukan kepada anak audien yang masih balita, seperti pada gambar 2



Gambar 2 Audien mempraktekkan melakukan fisioterapi dada

3. Demonstrasi Masase pada leher untuk mengurangi sesak, dilakukan pada phantom boneka . Titik masasanya ada tiga yaitu seperti pada gambar 3



Gambar 3 Tiga Titik Mengurangi sesak

4. Demonstrasi pemberian jeruk nipis dan kecap. Pemberian sangat kaya vitamin C yang akan bertindak sebagai antioksidan dalam tubuh. Nah, kandungan ini juga membantu mengencerkan lendir dan mengeluarkan dahak yang berlebihan di tenggorokan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Implementasi Terapi Komplementer Pada Pasien Sesak” bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan orangtua tentang terapi komplementer sebagai upaya mengurangi sesak pada balita. Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah sebagai berikut: peserta yang hadir sebagian besar berusia produktif dan mempunyai anak balita, peserta mengikuti dengan antusias pengabdian masyarakat ini. Peserta dapat memahami informasi tentang ISPA dan dapat mendemonstrasikan kembali fisioterapi dada, terapi komplementer dan terapi herbal untuk mengurangi sesak. memotivasi masyarakat dalam pengadaan dan penggunaan sarana lingkungan yang memenuhi syarat kesehatan, mendorong dan membina masyarakat untuk menjaga kesehatan lingkungan sekitar terutama terkait dengan penularan ISPA

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Kelurahan X dan Ketua Lembaga Pengabdian pada Masyarakat Universitas Nahdlatul Ulama yang telah mendanai program pengabdian di Kelurahan X Surabaya Penulis ucapkan juga terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu terselenggaranya acara pembelajaran ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Depkes RI. (2000). Informasi Tentang ISPA pada Balita. Jakarta : Pusat Penyuluhan Kesehatan Masyarakat.
- [2] Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Semester I. Diakses dari website www.depkes.go.id pada tanggal 10 Juli 2020+ pukul 13.00WIB
- [3] Riasmini, Wiarsih. 2017. *Panduan Asuhan Keperawatan Individu, Keluarga, Dan Komunitas Dengan Modifikasi Nanda, ICNP, NOC Dan NIC Di Puskesmas Dan Masyarakat*. Jakarta: UI (Universitas Indonesia)
- [4] Widaryanti, Rahayu Dan Herliana Riska. 2019. *Terapi Komplementer Pelayanan Kebidanan(Berdasarkan Bukti Scientific Dan Empiris*. Deepublish