



## **PENYULUHAN PEMBERIAN KECAP MANIS DAN AIR JERUK UPAYA MEREDAKAN BATUK DAN MELEGAKAN TENGGOROKAN PADA ANAK DI PUSKESMAS NANGGALO PADANG**

Velga Yazia<sup>1\*</sup>, Hidayatul Hasni<sup>2</sup>, Nurleny<sup>3</sup>, Martina Wisdayanti<sup>4</sup>  
<sup>1234</sup>STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang  
\*Email: eghayazia@gmail.com

### **ABSTRAK**

Penyakit batuk, pilek, dan demam merupakan bentuk dari ISPA yang paling sering menyerang pada balita. ISPA adalah proses inflamasi yang disebabkan oleh virus, bakteri, atipikal (mikro plasma) atau substansi asing yang melibatkan suatu atau semua bagian saluran pernafasan. Infeksi saluran pernafasan akut ini menyebabkan empat dari 15 juta perkiraan kematian pada anak berusia dibawah 5 tahun pada setiap tahunnya, sebanyak dua pertiga kematian tersebut adalah bayi. Insiden menurut kelompok umur Balita diperkirakan 0,29 episode per anak/tahun di negara berkembang dan 0,05 episode per anak/tahun di negara maju. Episode batuk-pilek pada Balita di Indonesia diperkirakan 2-3 kali per tahun. Masalah yang biasanya terjadi yaitu ketidakefektifan bersihan jalan napas. Bersihan jalan napas merupakan hal yang penting karena jalan napas merupakan jalan utama untuk melakukan proses sirkulasi udara dalam tubuh sehingga dalam mempertahankan kelangsungan metabolisme sel diperlukan fungsi respirasi yang adekuat. Apabila bersihan jalan napas tidak dipertahankan maka pasien akan mengalami sumbatan pada jalan napas sehingga terjadi ketidakefektifan bersihan jalan napas. Jeruk nipis banyak dipakai sebagai salah satu bahan obat herbal karena buah ini mengandung minyak atsiri dan berbagai zat yang bisa melemaskan otot-otot pada saluran pernafasan. Larutan jeruk nipis dan kecap ini dapat meredakan gejala penyerta dan bisa dikombinasikan dengan madu untuk meredakan batuk, karena rasa manis pada madu bisa memicu produksi air liur dan lendir untuk melembabkan tenggorokan. Kegiatan dari pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga untuk meredakan batuk dan melegakan tenggorokan di Puskesmas Nanggalo Padang. Metode yang digunakan dengan ceramah dan demonstrasi secara daring. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan peserta sangat aktif mendengarkan dan mendemonstrasikan pemberian kecap manis dan jeruk nipis

**Kata kunci :** Anak, Infeksi Saluran Pernafasan Akut, Kecap Manis dan Jeruk Nipis

### **ABSTRACT**

*Coughs, colds and fever are forms of ARI that most often attack toddlers. ARI is inflammation caused by viruses, bacteria, atypical (micro-plasma) or foreign substances that involve any or all of the respiratory tract processes. These acute respiratory infections cause four out of the 15 million estimated deaths in children under 5 years of age each year, two-thirds of these deaths are infants. The incidence by age group under five is estimated at 0.29 episodes per child / year in developing countries and 0.05 episodes per child / year in developed countries. Episodes of colds in toddlers in Indonesia are estimated 2-3 times per year. The problem that usually occurs is ineffective airway cleaning. Cleansing the airway is important because the airway is the main way to circulate air in the body so that in maintaining the continuity of the cell process, adequate respiratory function is needed. If the airway clearance is not maintained, the patient will experience blockage in the airway so that the airway cleaning will be effective. Lime is widely used as an ingredient in herbal medicine because this fruit contains essential oils and various substances that can relax the muscles in the respiratory tract. This lime and soy sauce solution can relieve accompanying symptoms and can combine with honey for cough and cough, because the sweet taste of honey can produce saliva and mucus to moisturize the throat. The activity of this service is to increase the knowledge of patients and families*



*to cough and cough and relieve their throat at Puskesmas Nanggalo Padang. The method used is lectures and. This activity went well and the participants were very active in listening and demonstrating by offering sweet soy sauce and lime*

**Keywords:** Acute Respiratory Infection, Children, Sweet Soy Sauce and Lime

## PENDAHULUAN

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) adalah infeksi yang terutama mengenai saluran pernapasan bagian atas maupun bawah secara simultan atau berurutan. Gambaran patofisiologinya meliputi infiltrat peradangan dan edema mukosa, kongesti vaskuler, bertambahnya sekresi mukus, dan perubahan struktur dan fungsi siliare (Nelson, 2012). Sedangkan menurut (WHO, 2008)

Infeksi Saluran Pernapasan Akut adalah penyakit saluran pernapasan atas atau bawah, biasanya menular, yang dapat menimbulkan berbagai spektrum penyakit yang berkisar dari penyakit tanpa gejala atau infeksi ringan sampai penyakit yang parah dan mematikan, tergantung pada patogen penyebabnya, faktor lingkungan, dan faktor pejamu.

Infeksi Saluran Pernapasan Akut merupakan salah satu penyebab kematian tersering pada anak di negara berkembang. Infeksi saluran pernapasan akut ini menyebabkan empat dari 15 juta perkiraan kematian pada anak berusia dibawah 5 tahun pada setiap tahunnya, sebanyak dua pertiga kematian tersebut adalah bayi. Insiden menurut kelompok umur Balita diperkirakan 0,29 episode per anak/tahun di negara berkembang dan 0,05 episode per anak/tahun di negara maju. Episode batuk-pilek pada Balita di Indonesia diperkirakan 2-3 kali per tahun (WHO, 2013). Penyakit ini masih dianggap remeh oleh beberapa keluarga dan tidak berbahaya, sehingga dapat mengenai anak berulang kali. Kebanyakan orangtua tidak mengerti bahwa penyakit ini dapat menimbulkan penyakit yang lebih berat jika tidak segera diobati terutama saat daya tahan tubuh menurun.

Adapun masalah-masalah yang sering dialami oleh anak yang menderita ISPA yaitu ketidakefektifan bersihan jalan

napas, hipertermi, perubahan nutrisi: kurang dari kebutuhan tubuh, cemas, dan kurangnya pemenuhan informasi (Muttaqin, 2008). Dari masalah-masalah yang sudah disebutkan diatas maka masalah utama yang muncul yaitu masalah ketidakefektifan bersihan jalan napas, masalah ini diangkat karena ketidakmampuan pasien untuk mengatasi sumbatan pada jalan napas yang dialami. Bersihan jalan napas itu merupakan hal yang penting karena jalan napas merupakan jalan utama untuk melakukan proses sirkulasi udara dalam tubuh sehingga dalam mempertahankan kelangsungan metabolisme sel diperlukan fungsi respirasi yang adekuat. Apabila bersihan jalan napas tidak dipertahankan maka pasien akan mengalami sumbatan pada jalan napas sehingga terjadi ketidakefektifan bersihan jalan napas (Somantri, 2007).

Memberikan ramuan herbal air perasan jeruk nipis ditambah dengan kecap atau madu saat anak batuk 48% salah satu cara yang alami dan efektif digunakan. Jeruk nipis banyak dipakai sebagai salah satu bahan obat herbal karena buah yang punya nama latin *Citrus aurantifolia* ini mengandung minyak atsiri dan berbagai zat yang bisa melemaskan otot-otot pada saluran pernapasan. Jeruk nipis juga berkhasiat sebagai obat penurun panas dan mengatasi suara serak akibat tenggorokan gatal, yang mungkin menjadi gejala lain yang mengikuti batuk. Namun demikian, pakar farmasi menegaskan bahwa larutan jeruk nipis dan kecap sebenarnya tidak menyembuhkan batuk itu sendiri entah itu akibat virus atau bakteri. Larutan ini hanyalah bermanfaat untuk meredakan gejala penyertanya, seperti yang disebutkan di atas. Selain dengan kecap, James dokter dari Mayo Medical School menyatakan kalau air jeruk nipis bisa dikombinasikan dengan madu untuk meredakan gejala batuk. Palsalnya, beberapa penelitian menyebutkan



kalau rasa manis pada madu bisa memicu produksi air liur dan lendir untuk melembabkan tenggorokan.

Pemberian obat batuk merupakan salah satu penanganan yang dilakukan ibu untuk mengobati batuk pada anak. Salah satu obat batuk yang sering digunakan adalah Obat Batuk Hitam (33%) yang biasanya didapatkan dengan mudah di apotik. OBH ini merupakan jenis obat ekspektoran yang dapat mengencerkan dahak. Pemberian antibiotik (85%) digunakan untuk batuk yang disebabkan virus. Namun, perlu diperhatikan dalam penggunaan antibiotik pada anak terhadap efek terapi, efek samping, dan resiko resistensi. Pemberian antibiotik selama 7 hari (39%), jika batuk pada anak tidak

segera mereda ibu dianjurkan untuk membawa anak ke dokter untuk memperoleh penanganan lebih lanjut.

Menurut survey yang dilakukan tanggal 11 September 2020 di Puskesmas Nanggalo Padang dari 24 pasien sebanyak 15 orang pasien telah mencoba melakukan cara ini. Namun sebanyak 9 orang pasien jarang dan tidak pernah mencoba pemberian kecap manis dan jeruk nipis ini. Berdasarkan fenomena diatas, maka kami tim pengabdian tertarik melakukan penyuluhan tentang “Penyuluhan Pemberian Kecap Manis Dan Air Jeruk Upaya Meredakan Batuk Dan Melegakan Tenggorokan Pada Anak Di Puskesmas Nanggalo Padang”

## METODE

Metode dalam kegiatan pengabdian berupa penyuluhan dengan cara berikut ini:

Tujuan	Kegiatan pengabmas ini bertujuan meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga dalam Pemberian Kecap Manis Dan Air Jeruk Upaya Meredakan Batuk Dan Melegakan Tenggorokan Pada Anak.
Isi Kegiatan	Memberikan pengetahuan tentang cara Pemberian Kecap Manis Dan Air Jeruk
Sasaran	Orangtua anak balita yang berkunjung ke Puskesmas Nanggalo Padang
Strategi	Ceramah, tanya jawab dan demosntrasi secara daring

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan pada hari jumat, 6 November 2020, dimulai dari jam 10.00-11.00 WIB. Peserta Orangtua anak Balita beserta keluarga yang berkunjung ke Puskesmas Nanggalo Padang.

### 1. Tahap persiapan

Persiapan dimulai dari melakukan survei awal di poliklinik KIA Puskesmas Nanggalo Padang dan membuat proposal pengabmas serta meminta izin untuk pelaksanaan pengabmas.

### 2. Tahap pelaksanaan

Pembukaan dibuka oleh moderator dan menjelaskan tujuan kegiatan. Kemudian dilanjutkan presenter dengan pemaparan materi tentang Infeksi Saluran

Pernafasan Akut dan cara pembuatan dan pemberian obat kecap manis dan jeruk nipis.

### 3. Tahap evaluasi

#### a. Evaluasi Struktur

Peserta menghadiri kegiatan 100%. Tempat, media dan alat yang digunakan saat penyuluhan sesuai dengan rencana.

#### b. Evaluasi Proses

Waktu yang direncanakan sesuai dengan kegiatan penyuluhan. Peserta sangat antusias dan aktif bertanya. Selama kegiatan berlangsung peserta mengikuti dari awal sampai akhir kegiatan.



## **SIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan ini tentang pemberian kecap manis dan air jeruk upaya meredakan batuk dan melegakan tenggorokan pada anak berjalan dengan lancar mulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini, terlihat banyak peserta yang bertanya dan keluarga mampu membuat obat batuk untuk meredakan batuk dan melegakan tenggorokan kepada orangtua anak balita. Penyuluhan pemberian kecap manis dan air jeruk efektif meredakan batuk dan melegakan tenggorokan pada anak balita.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Budiono MA. (2011). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Depdiknas
- Hull, David. (2015). Buku Pedoman Bagi Orang Tua “Kesehatan Anak”, 1995. Jakarta: Arcan.
- Suriadi, Yuliani, Rita. (2012) Buku Asuhan Keperawatan Pada Anak. Jakarta: Fajar Interpratam
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Jakarta: Manajemen Terpadu Balita Sakit
- Ngastiyah. (2013). Perawatan Anak Sakit. Jakarta: EGC
- Wheley & Wong. (2010). Nursing Care of Infants & Children. Mosby Company. St. Lois.