

## **MENINGKATKAN KESADARAN MASYARAKAT TENTANG GEJALA, PENULARAN, DAN PENANGANAN BATUK SERTA PILEK**

**Annora Rizky Amalia<sup>1</sup>, Yunita Dian Permata Sari<sup>1</sup>, Alfina Nurrahman<sup>2\*</sup>, Rahmat Hidayat<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Diploma Farmasi, Fakultas Farmasi, Politeknik Indonusa

<sup>2</sup>Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa e-

mail: <sup>1</sup>) [annora@poltekindonusa.ac.id](mailto:annora@poltekindonusa.ac.id)

<sup>1</sup>) [yunita.dian@poltekindonusa.ac.id](mailto:yunita.dian@poltekindonusa.ac.id)

<sup>2</sup>) [alfina\\_nurrahman@udb.ac.id](mailto:alfina_nurrahman@udb.ac.id)

<sup>2</sup>) [rahmat\\_hidayat@udb.ac.id](mailto:rahmat_hidayat@udb.ac.id)

### **ABSTRAK**

Batuk dan pilek merupakan salah satu infeksi saluran pernapasan atas yang paling umum dan dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, terutama pada kelompok rentan. Kurangnya pemahaman mengenai gejala, cara penularan, dan penanganan yang tepat sering kali menyebabkan penggunaan obat yang tidak rasional serta meningkatkan risiko penyebaran penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di RT 03/RW 03 Danukusuman bekerja sama dengan Puskesmas Kratonan sebagai mitra pelaksana. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat terkait identifikasi gejala batuk dan pilek, mekanisme penularan, serta langkah-langkah yang tepat untuk penanganan dan pencegahannya. Metode yang digunakan meliputi sesi edukasi kesehatan, diskusi interaktif, pembagian leaflet edukatif, serta demonstrasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Hasil evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai etika batuk yang benar, teknik mencuci tangan yang tepat, dan penggunaan obat yang aman sesuai anjuran tenaga kesehatan. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku preventif, mengurangi risiko penularan batuk dan pilek, serta memperkuat kerja sama antara masyarakat dan fasilitas kesehatan setempat dalam upaya meningkatkan kesehatan lingkungan.

Kata kunci: kesadaran masyarakat, pencegahan penyakit, edukasi kesehatan, kesehatan masyarakat

### **ABSTRACT**

*Coughs and colds are among the most common upper respiratory tract infections and can affect daily activities, especially among vulnerable groups. A lack of understanding regarding symptoms, modes of transmission, and proper management often leads to irrational medication use and increases the risk of disease spread. This community service activity was carried out in RT 03/RW 03 Danukusuman in collaboration with*

*Kratonan Public Health Center as the implementing partner. The purpose of this activity is to improve community awareness and knowledge regarding the identification of cough and cold symptoms, transmission mechanisms, and appropriate steps for management and prevention. The methods used include health education sessions, interactive discussions, distribution of educational leaflets, and demonstrations of clean and healthy living behaviors (PHBS). Evaluation results through pre-tests and post-tests indicated a significant increase in participants' understanding of proper coughing etiquette, correct handwashing techniques, and the safe use of medication according to health professional recommendations. This activity is expected to encourage preventive behavioral changes, reduce the risk of cough and cold transmission, and strengthen collaboration between the community and local health facilities in efforts to improve environmental health...*

*Keywords: community awarness ; disease prevention ; health education ; public health.*

---

## **PENDAHULUAN**

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), termasuk gangguan ringan seperti batuk dan pilek (common cold), masih menempati peringkat tinggi dalam beban penyakit di Indonesia. Data surveilans dan studi lokal menunjukkan ISPA memiliki prevalensi yang signifikan dan berdampak pada produktivitas serta kualitas hidup, terutama pada kelompok rentan seperti balita dan lanjut usia. Kondisi ini menjadikan ISPA sebagai masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian promotif dan preventif melalui peningkatan literasi kesehatan di tingkat komunitas (Sugiarto,2024).

Beberapa studi dan program pengabdian di berbagai daerah Indonesia telah melaporkan rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai gejala, mekanisme penularan, dan penanganan ISPA. Rendahnya pengetahuan ini sering kali terkait dengan praktik swamedikasi (pengobatan sendiri) yang tinggi, sehingga berisiko pada penggunaan obat yang tidak tepat dan potensi resistensi atau efek samping. Oleh karena itu, intervensi edukasi kesehatan berupa penyuluhan, demonstrasi praktik kebersihan, dan distribusi materi edukatif menjadi pendekatan yang sering dipilih untuk meningkatkan

pengetahuan dan mengubah perilaku preventif masyarakat (Nusantara, 2024).

Berbagai pengalaman pelaksanaan pengabdian masyarakat menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif yang kombinatorial (ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, dan tanya jawab) dalam meningkatkan skor pengetahuan dan praktik pencegahan ISPA pada peserta. Laporan program pengabdian terkini juga menunjukkan bahwa selain transfer pengetahuan, kegiatan yang melibatkan mitra puskesmas dan kader lokal cenderung lebih berkelanjutan karena memperkuat jejaring layanan kesehatan primer dan memfasilitasi tindak lanjut di komunitas (Yusran, 2024).

Di tingkat lokal, warga RT 03/RW 03 Danukusuman merupakan komunitas padat dengan komposisi demografis beragam—termasuk keluarga muda, balita, serta lansia—yang berpotensi rentan terhadap transmisi penyakit pernapasan. Puskesmas Kratonan sebagai mitra memiliki peran sentral dalam layanan kesehatan primer dan menjadi fasilitator yang tepat untuk kegiatan edukasi komunitas. Berdasarkan pengamatan awal dan bukti dari literatur, terdapat kebutuhan nyata akan peningkatan literasi mengenai gejala pengenalan batuk-pilek, etika batuk, teknik cuci tangan yang benar, serta panduan penggunaan obat yang rasional untuk mengurangi praktek swamedikasi yang berisiko (Armina, 2023).

Berdasarkan fakta-fakta dan pengalaman intervensi sebelumnya tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengatasi permasalahan pengetahuan dan praktik terkait batuk-pilek di RT 03/RW 03 Danukusuman melalui kolaborasi dengan Puskesmas Kratonan. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai gejala, mekanisme penularan, dan penanganan batuk-pilek, serta mendorong perilaku pencegahan (etika batuk, cuci tangan, dan pemilihan obat yang rasional) melalui penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi praktik, dan distribusi materi edukatif.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan kombinasi metode Pendidikan Masyarakat dan Pelatihan, yang dipilih berdasarkan kebutuhan masyarakat terkait rendahnya pemahaman mengenai gejala, penularan, dan penanganan batuk pilek. Pemilihan kombinasi metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan teoretis sekaligus praktik langsung kepada peserta agar mampu menerapkan langkah pencegahan secara mandiri.

1. Pendidikan Masyarakat: digunakan untuk memberikan edukasi kepada warga RT 03/RW 03 Danukusuman melalui penyuluhan kesehatan mengenai gejala batuk dan pilek, mekanisme penularan infeksi saluran pernapasan, etika batuk, Teknik cuci tangan yang tepat, penggunaan obat batuk pilek secara rasional. Penyuluhan dilakukan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, dan sesi tanya jawab. Materi pendukung disampaikan melalui slide presentasi dan leaflet edukatif yang dibagikan kepada seluruh peserta.

2. Pelatihan: metode pelatihan diberikan dalam bentuk demonstrasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), terutama praktik Teknik cuci tangan enam langkah yang benar, penggunaan masker yang tepat, cara mencegah penularan penyakit pernapasan di lingkungan rumah dan masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif yang melibatkan warga RT 03/RW 03 Danukusuman dan tenaga kesehatan dari Puskesmas Kratonan. Proses diawali dengan koordinasi mitra untuk memetakan kebutuhan masyarakat, menyiapkan materi penyuluhan, serta menentukan jadwal kegiatan. Materi edukasi mengenai gejala, penularan, dan penanganan batuk pilek disusun dalam bentuk presentasi dan leaflet sederhana yang mudah dipahami oleh seluruh peserta.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di balai warga melalui sesi penyuluhan, diskusi interaktif, dan demonstrasi etika batuk yang benar, penggunaan masker, serta teknik cuci tangan. Warga terlibat langsung dalam praktik

sehingga pemahaman dapat terbentuk secara aplikatif. Untuk menilai peningkatan pengetahuan, peserta mengisi kuesioner pre-test dan post-test yang dianalisis untuk melihat efektivitas kegiatan. Seluruh tahapan ini dirancang agar pesan kesehatan dapat diterima dengan baik dan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan batuk pilek.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di RT 03/RW 03 Danukusuman menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan terkait gejala, penularan, serta penanganan batuk pilek setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi kesehatan. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pre-test dan post-test pada tiga indikator utama, yaitu pemahaman etika batuk, pengetahuan teknik cuci tangan, dan penggunaan obat secara rasional.

Indikator	Pre-test (%)	Post-test (%)
Pemahaman etika batuk	55	85
Pengetahuan teknik cuci tangan yang benar	48	90
Penggunaan obat secara rasional	52	88

Tabel 1: Hasil Pre-test dan Post-test Peserta

Dari tabel tersebut terlihat bahwa seluruh indikator mengalami peningkatan yang jelas. Peningkatan paling tinggi terdapat pada indikator teknik cuci tangan, yang naik dari 48% menjadi 90%. Hal ini menunjukkan bahwa demonstrasi langsung sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan dan pemahaman masyarakat.

Peningkatan pengetahuan pada ketiga indikator menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan memberikan dampak positif bagi masyarakat. Pendekatan yang digunakan, yaitu penyuluhan, diskusi interaktif, serta demonstrasi, terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan secara jelas dan aplikatif. Selain itu,

keterlibatan Puskesmas Kratonan sebagai mitra turut meningkatkan kredibilitas materi dan antusiasme peserta.

Peningkatan tertinggi pada teknik cuci tangan mengindikasikan bahwa masyarakat sangat terbantu dengan praktik langsung. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran orang dewasa (adult learning), di mana keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran meningkatkan daya serap informasi.

Pada indikator pemahaman etika batuk dan penggunaan obat secara rasional, peningkatan sebesar 30–36% menunjukkan bahwa masyarakat mulai memahami cara mencegah penularan infeksi serta pentingnya penggunaan obat sesuai anjuran tenaga kesehatan. Hasil ini sangat relevan dalam upaya promotif dan preventif untuk menurunkan risiko penularan batuk pilek di lingkungan padat penduduk.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat serta memberikan dasar perilaku kesehatan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

#### **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di RT 03/RW 03 Danukusuman bekerja sama dengan Puskesmas Kratonan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai gejala, penularan, serta penanganan batuk pilek. Hasil evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tiga indikator utama, yaitu pemahaman etika batuk, teknik cuci tangan yang benar, dan penggunaan obat secara rasional. Metode penyuluhan, diskusi interaktif, dan demonstrasi terbukti efektif dalam membantu masyarakat memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Dengan demikian, kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam upaya pencegahan penyakit infeksi saluran pernapasan di lingkungan masyarakat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Adams, E. Kathleen, Nancy Breen, and Peter J. Joski. "Impact of the National Breast and Cervical Cancer Early Detection Program on Mammography and Pap Test Utilization among White, Hispanic, and African American Women: 1996–2000." *Cancer* 109, no. S2 (January

Armina, "Edukasi Pencegahan ISPA pada Anak oleh Keluarga di Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi", *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, November 2023, 5 (3): 485-492

Dewi, Nurdiamah, and Achadiyani. "Pembentukan Kader Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kemampuan Melakukan Deteksi Dini Kanker yang Sering Terjadi Pada Wanita di Desa Sukamanah dan Desa Cihaurkuning, Kecamatan Malangbong Kabupaten Garut." *Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat* 2, no. 2 (November 2013): 78–84.

Hanafi, Mohammad, Nabiela Naily, Nadhir Salahudin, and A. Kemal Riza. *Community-Based Research Sebuah Pengantar*. 1st ed. Surabaya: LP2M UIN Sunan Ampel Surabaya, 2015.

Mardela, Aira Putri, Khomapak Maneewat, and Hathairat Sangchan. "Breast cancer awareness among Indonesian women at moderate- to-high risk." *Nursing and Health Sciences* 19 (2017): 301–306.

Muhid, A., Sumarkan, Rakhmawati, Fahmi, L. "Perubahan Perilaku Open Defecation Free (ODF) melalui Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) di Desa Babad Kecamatan Kedungadem Kabupaten Bojonegoro". *Engagement : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 2, no. 1 (Maret 2018), 99–119.

Nusantara, "Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Swamedikasi Obat Infuenza Di Dusun Sokaklaten Bulan Februari 2023", *JIFS : Jurnal Ilmiah Farmasi Simplisia*, Juni 2024 Vol 4 Nomor 1:52-59

Scarinci, Isabel C., Francisco A.R. Garcia, Erin Kobetz, Edward E. Partridge, Heather M. Brandt, Maria C. Bell, Mark Dignan, Grace X. Ma, Jane L. Daye, and Philip E. Castle. "Cervical Cancer Prevention: New Tools and Old Barriers." *Cancer* (2010): NA-NA.

Schiffman, Mark, Philip E. Castle, Jose Jeronimo, Ana C. Rodriguez, and Sholom Wacholder. "Human Papillomavirus and Cervical Cancer." *The Lancet* 370, no. 9590 (2007): 890–907.

Sugiarto, "Peningkatan pengetahuan pencegahan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) pada Masyarakat di Desa Air Hangat ", *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, Vol.6 No. 1, April 2024

Sulistiowati, Eva, and Anna Maria Sirait. "Pengetahuan Tentang Faktor Risiko, Perilaku Dan Deteksi Dini Kanker Serviks Dengan Inspeksi Visual Asam Asetat (Iva) Pada Wanita Di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor." *Buletin Penelitian Kesehatan* 42, no. 3 (September 2014): 10.

ABDIKES Sunan Giri : Jurnal Pengabdian Farmasi dan Kesehatan, Vol.2, No.2, 2025,  
Hal, 55-62

e-ISSN : 3064-2531

p-ISSN: 3064-2531

Tim Riset Penyakit Tidak Menular. Laporan Riset Penyakit Tidak Menular Tumor Payudara dan Lesi Prakanker Serviks. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, December 2016.

Wantini, Nonik Ayu. "Efek Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Kanker Payudara Pada Wanita Di Dusun Terongan, Desa Kebonrejo, Kalibaru, Banyuwangi, Jawa Timur." *Jurnal Medika Respati* 13 (2018): 8.

Yunitasari, Esti, Retnayu Pradanie, and Ayu Susilawati. "Pernikahan Dini Berbasis Transtuktural Nursing Di Desa Kara Kecamatan Torjun Sampang Madura." *Jurnal Ners* 11, no. 2 (2016): 6.

Yusran, "Penyuluhan Ispa (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) Pada Masyarakat Desa Watunggarandu Kecamatan Lalonggasumeeto Kabupaten Konawe Tahun 2024 ", *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat "LONTARA ABDIMAS"*, Vol. 5, No. 1 June 2024