Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara (Pengabmas Nusantara)
Vol.5, No.2 Juni 2023
e-ISSN: 2962-1577; p-ISSN: 2962-1593, Hal 66-74
DOI: https://doi.org/10.57214/pengabmas.v5i2.301

Edukasi dan Pemeriksaan Fisik Kesehatan Telinga pada Pekerja Usia Produktif

Sukmawati Tansil Tan[1*], Fernando Nathaniel[2], Yohanes Firmansyah[3]

[1]Departemen Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia
Email: sukmawati@fk.untar.ac.id
[2] Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia
Email: fernando.406202066@stu.untar.ac.id
[3]Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia
Email: yohanesfirmansyah28@gmail.com

Korespondensi penulis: sukmawati@fk.untar.ac.id

Article History:
Received: 14 April 2023
Revised: 30 Mei 2023
Accepted: 15 Juni 2023

Keywords: *Ear Hygiene; Ear Health; Cerumen Prop; Tympanic Membrane*

Abstract: *Educational activities and physical examinations regarding ear canal hygiene and tympanic membrane health have the aim of increasing public knowledge about the importance of maintaining ear hygiene and maintaining the integrity of the tympanic membrane. In this activity, counseling is given to the public to provide a correct understanding of cerumen, proper ear care, and signs of damage to the tympanic membrane. This community service activity was carried out on June 9, 2023 by involving 52 respondents. All respondents attended community counseling and physical examinations. On the results of the physical examination it was found that 3 (5.8%) respondents had a perforated tympanic membrane, and 6 (11.5%) respondents had prop cerumen. The results of this educational activity and physical examination are expected to increase public understanding of the importance of maintaining ear hygiene and maintaining the health of the tympanic membrane. With the right knowledge, it is hoped that people will be able to adopt healthy habits in caring for their own ears and take the necessary precautions to maintain optimal ear health.*

ABSTRAK. Kegiatan edukasi dan pemeriksaan fisik mengenai kebersihan saluran telinga dan kesehatan membran timpani memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya menjaga kebersihan telinga dan menjaga keutuhan membran timpani. Dalam kegiatan ini, penyuluhan diberikan kepada masyarakat untuk memberikan pemahaman yang benar mengenai serumen, perawatan telinga yang tepat, dan tanda-tanda

kerusakan pada membran timpani. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 09 Juni 2023 dengan mengikutsertakan 52 responden. Seluruh responden mengikuti penyuluhan masyarakat dan pemeriksaan fisik. Pada hasil pemeriksaan fisik diketahui bahwa terdapat 3 (5,8%) responden memiliki membran timpani yang perforasi, serta 6 (11,5%) responden mengalami serumen prop. Hasil dari kegiatan edukasi dan pemeriksaan fisik ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya menjaga kebersihan telinga dan menjaga kesehatan membran timpani. Dengan pengetahuan yang benar, masyarakat diharapkan dapat mengadopsi kebiasaan yang sehat dalam perawatan telinga mereka sendiri dan mengambil tindakan pencegahan yang diperlukan untuk menjaga kesehatan telinga secara optimal.

Kata kunci: Kebersihan Telinga; Kesehatan Telinga; Serumen Prop; Membran Timpani

1. PENDAHULUAN

Kebersihan dan kesehatan telinga dapat dikaitkan dengan pentingnya menjaga kesehatan tubuh secara menyeluruh. Telinga merupakan bagian penting dari sistem pendengaran manusia yang memungkinkan kita untuk mendengar suara dan merasakan keseimbangan. Namun, seringkali kita cenderung mengabaikan perawatan dan kebersihan telinga kita, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan.(Timbuleng et al., 2016; Yuliyani et al., 2019)

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. Serumen ini berfungsi untuk menjebak partikel debu, kotoran, dan bakteri yang masuk ke telinga. Namun, terlalu banyak atau terlalu sedikit produksi serumen dapat menyebabkan masalah. Terlalu banyak serumen dapat menyumbat saluran telinga dan menyebabkan pendengaran terganggu atau bahkan infeksi telinga. Di sisi lain, kekurangan serumen dapat membuat saluran telinga menjadi kering dan rentan terhadap infeksi.(Husni, 2015; Siregar, 2023)

Selain itu, kebiasaan buruk seperti membersihkan telinga dengan menggunakan *cotton bud* atau benda tajam lainnya dapat berdampak negatif pada kesehatan telinga. Penggunaan *cotton bud* yang tidak tepat dapat mendorong serumen lebih dalam ke dalam saluran telinga, menyebabkan penyumbatan atau trauma pada telinga. Hal ini juga dapat menyebabkan kerusakan pada gendang telinga atau saluran pendengaran.(Asri et al., 2018; Fasty Ladyani Mustofa et al., 2021)

Selain perawatan harian, penting untuk menjaga kebersihan telinga dengan menghindari faktor-faktor yang dapat menyebabkan masalah kesehatan telinga. Misalnya, terlalu sering terpapar suara bising yang keras dapat merusak pendengaran jangka panjang. Pakaian pelindung seperti earplug atau headphone yang dirancang khusus dapat membantu melindungi telinga dari kerusakan tersebut. Hindari juga memasukkan benda asing ke dalam telinga seperti jarum, kunci, atau benda lain yang dapat melukai saluran telinga atau gendang telinga.(Eryani et al., 2017; Marlina et al., 2016; Festy Ladyani Mustofa et al., 2021)

Untuk menjaga kesehatan telinga secara menyeluruh, penting untuk melakukan pemeriksaan rutin dengan dokter. Mereka dapat melakukan pemeriksaan mendalam, membersihkan telinga dengan aman, dan memberikan saran mengenai perawatan telinga yang tepat. Dengan menjaga kebersihan dan kesehatan telinga secara teratur, kita dapat mencegah masalah seperti infeksi telinga, gangguan pendengaran, atau kerusakan permanen pada pendengaran. Mengadopsi kebiasaan perawatan telinga yang baik adalah langkah penting untuk menjaga kesehatan secara menyeluruh dan menikmati pendengaran yang baik sepanjang hidup.

Atas dasar latar belakang diatas, Tim Pengabdian Masyarakat dari Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan deteksi penyakit telinga bagian luar di Yayasan Kalam Kudus. Adapun sasaran responden pada kegiatan ini adalah para guru, karyawan, dan petugas Yayasan Kalam Kudus. Harapannya para peserta dapat lebih mengerti mengenai pentingnya kebersihan telinga dan mengantisipasi secara dini kelainan penyakit telinga bagian luar

2. METODE

Berikut adalah tahapan kegiatan PDCA (*Plan-Do-Check-Act*) untuk penyuluhan dan pemeriksaan fisik telinga terkait serumen dan membran timpani:

1. Tahap Perencanaan (*Plan*):
    - Tentukan tujuan dari penyuluhan dan pemeriksaan fisik telinga terkait serumen dan membran timpani. Misalnya, meningkatkan pengetahuan pasien tentang pentingnya menjaga kebersihan telinga dan memeriksa kondisi serumen dan membran timpani.
    - Identifikasi sasaran atau kelompok yang akan menerima penyuluhan dan pemeriksaan fisik telinga.

- Rencanakan metode penyuluhan yang tepat, seperti penyampaian materi melalui presentasi, brosur, demonstrasi, atau diskusi interaktif.
- Tetapkan jadwal dan lokasi penyuluhan dan pemeriksaan fisik telinga.

2. Tahap Pelaksanaan (*Do*):
    - Sampaikan penyuluhan kepada kelompok yang dituju sesuai dengan rencana yang telah dibuat. Gunakan metode penyuluhan yang telah direncanakan untuk menyampaikan informasi dengan jelas dan mudah dipahami.
    - Lakukan pemeriksaan fisik telinga terkait serumen dan membran timpani pada setiap peserta penyuluhan. Pastikan prosedur pemeriksaan dilakukan dengan hati-hati dan kebersihan yang memadai.
3. Tahap Pemeriksaan (*Check*):
    - Evaluasi efektivitas penyuluhan dengan melakukan penilaian terhadap pengetahuan dan pemahaman peserta. Gunakan kuesioner atau diskusi kelompok kecil untuk mengukur sejauh mana peserta memahami materi penyuluhan.
    - Periksa hasil pemeriksaan fisik telinga. Tinjau dan analisis kondisi serumen dan membran timpani pada setiap peserta. Identifikasi masalah atau kelainan yang mungkin ditemukan.
4. Tahap Tindakan (*Act*):
    - Berdasarkan evaluasi dan hasil pemeriksaan, identifikasi perbaikan atau tindakan yang diperlukan. Misalnya, jika ada kekurangan dalam pemahaman peserta, pertimbangkan untuk mengulangi penyuluhan dengan metode yang berbeda atau memberikan materi tambahan.
    - Berikan rekomendasi dan saran kepada peserta tentang langkah-langkah yang harus diambil terkait kondisi serumen atau membran timpani yang ditemukan.
    - Tinjau kembali rencana awal dan modifikasi metode penyuluhan atau pemeriksaan fisik telinga jika diperlukan untuk penyempurnaan kegiatan di masa depan.

Setelah tahap tindakan (*Act*) selesai, siklus PDCA dapat diulang untuk memperbaiki dan meningkatkan proses penyuluhan dan pemeriksaan fisik telinga secara berkelanjutan.

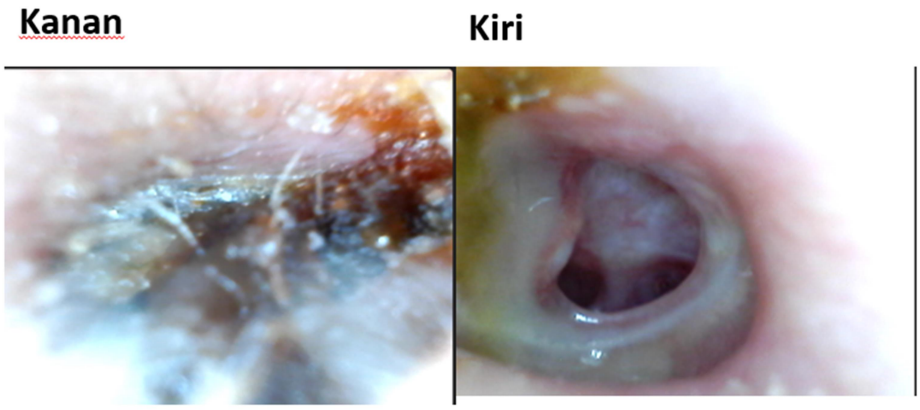
3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana pada tanggal 09 Juni 2023 di Yayasan Kalam Kudus Jakarta dengan mengikutsertakan 52 responden. Seluruh peserta diberikan edukasi mengenai pentingnya kebersihan telinga serta bagaimana menjaga kesehatan telinga. Seluruh peserta melakukan pemeriksaan telinga dengan menggunakan kamera otoskopi. Pada saat pemeriksaan fisik, pasien diedukasi juga secara personal mengenai kebersihan telinga dan keadaan gendang telinga pasien dengan melihat ke arah monitor laptop (Gambar 1 dan Gambar 2). Seluruh hasil karakteristik dasar responden tergambar dalam tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Parameter	N (%)	Mean (SD)	Med (Min – Max)
Usia		39,73 (12,66)	38 (19 – 60)
Jenis Kelamin • Laki-laki • Perempuan	 21 (40,4%) 31 (59,6%)		
Membran Timpani Kanan • Intak • Perforasi • Tidak dapat dinilai	 46 (88,5%) - 6 (11,5%		
Membran Timpani Kiri • Intak • Perforasi • Tidak dapat dinilai	 44 (84,6%) 3 (5,8%) 5 (9,6%)		
Saluran Telinga Kanan • Serumen Negatif • Serumen Positif • Serumen Prop	 37 (71,2%) 9 (17,3%) 6 (11,5%)		
Saluran Telinga Kiri • Serumen Negatif • Serumen Positif • Serumen Prop	 37 (71,2%) 10 (19,2%) 5 (9,6%)		

Gambar 1. Pemeriksaan Fisik pada Peserta



Gambar 2. Hasil Pemeriksaan Fisik Salah Satu Responden yang Mengalami Serumen Prop (Kanan) dan Perforasi Total Membran Timpani (Kiri)

4. PEMBAHASAN

Saluran telinga manusia terdiri dari dua komponen utama yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatannya: serumen atau lilin telinga dan membran timpani atau gendang telinga. Keduanya memainkan peran penting dalam menjaga keseimbangan dan fungsi pendengaran yang optimal. (Budiarti, 2023)

Serumen atau lilin telinga adalah substansi berminyak yang diproduksi oleh kelenjar lilin di dalam saluran telinga. Fungsinya adalah melindungi saluran telinga dari kotoran, debu, bakteri, dan jamur serta menjaga kelembaban alami kulit saluran telinga. Serumen

secara alami bergerak secara perlahan dari dalam saluran telinga ke bagian luar bersama dengan partikel kotoran lainnya. Namun, terkadang serumen dapat menyebabkan masalah kesehatan jika terakumulasi atau terbentuk gumpalan yang besar. Ini dapat menyebabkan tuli sementara, rasa penuh atau tersumbat di telinga, ketidaknyamanan, atau bahkan nyeri telinga. Pada kondisi seperti itu, serumen yang berlebihan perlu dihilangkan melalui prosedur pembersihan telinga yang aman, seperti penggunaan larutan pencair serumen atau pengangkatan mekanis oleh tenaga medis yang terlatih.

Membran timpani adalah lapisan tipis jaringan yang terletak di ujung saluran telinga luar dan memisahkan telinga luar dan tengah. Fungsinya adalah untuk menangkap getaran suara dan mengirimkannya ke tulang pendengaran di telinga tengah. Membran timpani harus tetap utuh dan fleksibel agar dapat berfungsi dengan baik. Kerusakan pada membran timpani dapat disebabkan oleh trauma fisik, infeksi telinga tengah, atau tekanan yang berlebihan akibat perubahan tekanan udara yang tiba-tiba. Jika terjadi kerusakan pada membran timpani, ini dapat menyebabkan gangguan pendengaran, infeksi telinga tengah, atau ketidakseimbangan tekanan di telinga(Asri et al., 2018; Husni, 2015; Fasty Ladyani Mustofa et al., 2021; Siregar, 2023)

Edukasi masyarakat mengenai kebersihan telinga, serumen, dan menjaga keutuhan membran timpani telinga memiliki beberapa manfaat penting. Berikut adalah beberapa alasan mengapa edukasi ini penting:(Demmasabu et al., 2016; Sentana et al., 2018; Yolazenia et al., 2022; Yuliyani et al., 2023)

1. Pencegahan Infeksi dan Komplikasi: Edukasi tentang kebersihan telinga dapat membantu masyarakat menghindari infeksi telinga, termasuk infeksi telinga tengah yang dapat menyebabkan kerusakan pada membran timpani. Dengan menjaga kebersihan telinga dan menghindari kebiasaan yang berisiko, seperti memasukkan benda asing ke dalam telinga, masyarakat dapat mencegah infeksi dan komplikasi yang dapat mengganggu pendengaran dan kesehatan telinga secara umum.
2. Mengurangi Risiko Cedera: Edukasi yang tepat dapat membantu masyarakat memahami pentingnya menjaga keutuhan membran timpani telinga. Membran timpani yang rusak atau sobek dapat menyebabkan nyeri, infeksi, dan masalah pendengaran. Dengan mengetahui cara melindungi telinga dari cedera fisik atau trauma, masyarakat dapat mengurangi risiko kerusakan membran timpani.
3. Pemahaman Mengenai Serumen: Edukasi tentang serumen yang sehat dan normal membantu masyarakat memahami peran dan fungsi serumen dalam menjaga keseimbangan dan kesehatan telinga. Serumen yang terlalu berlebihan atau

mengalami pengerasan dapat mengganggu pendengaran dan menyebabkan ketidaknyamanan. Dengan pengetahuan yang benar, masyarakat dapat mengenali tanda-tanda akumulasi serumen berlebih dan mengambil langkah-langkah yang tepat untuk membersihkannya dengan aman.

4. Perawatan yang Tepat: Edukasi mengenai perawatan telinga yang tepat membantu masyarakat memahami praktik-praktik yang harus dihindari dan yang dianjurkan untuk menjaga kesehatan telinga. Ini termasuk menghindari penggunaan cotton bud atau benda tajam lainnya di dalam telinga yang dapat merusak membran timpani atau mendorong serumen lebih dalam. Pengetahuan tentang perawatan yang tepat akan membantu masyarakat menjaga kebersihan telinga mereka sendiri dan mencari bantuan profesional jika diperlukan.
5. Kesadaran akan Perawatan Profesional: Edukasi mengenai pentingnya perawatan profesional, seperti pemeriksaan rutin oleh dokter atau ahli THT, akan meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan telinga dan pentingnya menjaga keutuhan membran timpani. Dengan pemantauan dan intervensi yang tepat, kondisi serumen yang berlebihan atau kerusakan pada membran timpani dapat diidentifikasi dan ditangani dengan tepat.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi masyarakat tentang kebersihan telinga, serumen, dan menjaga keutuhan membran timpani memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan telinga secara keseluruhan. Dengan pengetahuan yang tepat, masyarakat dapat mengadopsi kebiasaan yang sehat dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang diperlukan untuk menjaga kesehatan telinga mereka sepanjang hidup.

REFERENSI

Asri, P. M., Naftali, Z., & Marliyawati, D. (2018). Hubungan Antara Penggunaan Cotton Bud Dengan Serumen Obsturan. *JURNAL KEDOKTERAN DIPONEGORO (DIPONEGORO MEDICAL JOURNAL)*, *7*(2), 892–905.

Budiarti, I. S. (2023). *Indra Pendengaran; Telinga*. Bumi Aksara.

Demmasabu, S. B., Palandeng, O. I., & Pelealu, O. C. (2016). Kesehatan telinga siswa Sekolah Dasar Inpres 1073 Pandu. *E-CliniC*, *4*(1).

Eryani, Y. M., Wibowo, C. A., & Saftarina, F. (2017). Faktor Risiko Terjadinya Gangguan Pendengaran Akibat Bising. *Jurnal Medula*, *7*(4), 112–117.

Husni, T. (2015). Komplikasi Tindakan Ear Candle. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, *15*(1), 51–55.

Marlina, S., Suwondo, A., & Jayanti, S. (2016). Analisis Faktor Risiko Gangguan Pendengaran Sensorineural pada Pekerja PT. X Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, *4*(1), 359–366.

Mustofa, Fasty Ladyani, Oktobiannobel, J., Wibawa, F. S., & Megawati, S. (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), 222–229.

Mustofa, Festy Ladyani, Yune, T., Kasim, M., & Eryzkia, E. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pembentukan Serumen Obsturan. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, *1*(1), 63–74.

Sentana, K., Wiryadana, K. A., Pranata, J. R., Rahayu, P. D. S., Anjani, I., Septiantari, J., Dewi, A. R., Pitaloka, K. A. I., Jaya, I., & Ganesha10, I. G. H. (2018). Penyuluhan, Pemeriksaan Tht Dan Pengobatan Gratis Dalam Pelayanan Kesehatan Dan Penelitian (Peniti) 2016 Di Desa Gegelang Karangasem Bali. *Bul. Udayana Mengabdi*, *17*(2), 40.

Siregar, A. A. A. (2023). *Uji Efektivitas Penggunaan Nigella sativa Oil Dibandingkan dengan Sodium Dokusat Sebagai Terapi Impaksi Serumen pada Anak Panti Asuhan Puteri Aisyiyah Medan Secara In Vitro*.

Timbuleng, T. T., Palandeng, O. I., & Pelealu, O. C. P. (2016). Kesehatan telinga mahasiswa Sekolah Polisi Negara Karombasan Manado. *E-CliniC*, *4*(2).

Yolazenia, Y., Asmawati, A., & Ulfa, L. (2022). Edukasi Menjaga Kesehatan Telinga dan Pemeriksaan Telinga pada Anak Panti Asuhan di Desa Rimbo Panjang, Kecamatan Tambang, Kabupaten Kampar. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *5*(4), 1212–1219.

Yuliyani, E. A., Kadriyan, H., Yudhanto, D., Sulaksana, M. A., Gigantika, S., Dharma, I. W. M. S., & Alfaridzi, M. (2023). Kegiatan Penyuluhan dan Pelayanan Kesehatan Telinga Hidung Tenggorok Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Taliwang Kabupaten Sumbawa Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, *6*(2), 24–29.

Yuliyani, E. A., Yudhanto, D., Setyorini, R. H., Triani, E., & Ajmala, I. E. (2019). Penyuluhan Tentang Kesehatan Telinga Pada Siswa Sekolah Dasar. *Prosiding PEPADU*, *1*, 308–311.