



**EDUKASI DAMPAK PENGGUNAAN COTTON BUD UNTUK
MEMBERSIHKAN TELINGA DI NAGARI TALUAK TIGO SAKATO
PESISIR SELATAN**

*Education of Using Cotton Bud's Consequences To Clean Ears In Nagari Taluak
Tigo Sakato Pesisir Selatan*

**Irwan Triansyah^{*1}, Aryaldy Zulkarnaini², Anita Darmayanti³, Vina Tri
Septiana⁴, Melya Susanti⁵, Jefri Henky⁶, Khomeini⁷, Sri Nani Jelmila⁸**

***1,2,3,4,5,6,7,8 Universitas Baiturrahmah**

***1 Email: irwantriansyah@fk.unbrah.ac.id**

²Email: aryaldyzulkarnaini@fk.unbrah.ac.id

³Email: anitadarmayanti273@gmail.com

⁴Email: vinatriseptiana@fk.unbrah.ac.id

⁵Email: melyasusanti@fk.unbrah.ac.id

⁶Email: jefryhengky@fk.unbrah.ac.id

⁷Email: Khomeini@fk.unbrah.ac.id

Abstract

The use of cotton buds to clean ears is still widely done by the community without knowing the effects of using cotton buds. Cotton buds can cause otitis externa, cerumen prop and even perforation of the tympanic membrane. The purpose of community service is to provide education about the impact of using cotton buds to clean ears, as well as to create SOPs for cerumen props and ear hygiene. This community service consists of three steps, namely problem discovery, education on the impact of using cotton buds and creating SOPs for cotton buds and ear hygiene. The results of community service activities are in the form of problem discovery, increased knowledge and SOPs. The results of community service are that the community still does not know the correct way to clean ears, increased knowledge after providing education, as well as SOPs for cerumen props and ear hygiene. The conclusion of community service activities is increasing knowledge through education for health workers at the Taluak Tigo Sakato health center, SOPs for cerumen props, and SOPs for ear hygiene are expected to improve ear hygiene problems in the community.

Keywords: cerumen prop, cotton bud, ear hygiene, otitis externa, taluak tigo sakato

Abstrak

Pemakaian cotton bud untuk membersihkan telinga masih banyak dilakukan oleh masyarakat tanpa mengetahui efek dari pemakaian cotton bud tersebut. Cotton bud dapat mengakibatkan otitis eksterna, cerumen prop bahkan perforasi membran tynpani. Tujuan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan edukasi tentang dampak penggunaan cotton bud untuk membersihkan telinga, serta membuat SOP cerumen prop dan SOP kebersihan telinga. Pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari tiga langkah, yaitu penemuan masalah, edukasi dampak penggunaan cotton bud dan pembuatan SOP cotton bud serta SOP kebersihan telinga. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penemuan masalah, peningkatan pengetahuan serta SOP. Hasil pengabdian kepada masyarakat adalah masyarakat masih belum mengetahui tata cara membersihkan telinga yang

benar, peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi, serta SOP cerumen prop dan SOP kebersihan telinga.. Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu peningkatan pengetahuan melalui edukasi terhadap tenaga kesehatan puskesmas Taluak Tigo Sakato, SOP cerumen prop, SOP kebersihan telinga diharapkan memperbaiki permasalahan kebersihan telinga di masyarakat.

Kata Kunci: cerumen prop, cotton bud, kebersihan telinga, otitis eksterna, taluak tigo sakato

PENDAHULUAN

Nagari Taluak Tigo Sakato terletak di kecamatan Batang Kapas, Kabupaten Pesisir Selatan. Nagari Taluak Tigo Sakato memiliki perbatasan sebelah utara dengan nagari Sungai Nyalo, sebelah Selatan dengan Kecamatan Sutera. Batas barat dengan Nagari Taluk dan sebelah timur berbatasan dengan Kabupaten Solok. Nagari ini memiliki tiga kampung yaitu Koto Keduduk, Koto Panjang dan kampung Tanjung Kandis. Luas wilayah Taluak Tigo Sakato yaitu 24,5kilometer persegi atau sekitar 6% dari wilayah Kecamatan Batang Kapas. Jumlah penduduk di nagari Taluak Tigo Sakato sebanyak 2107 jiwa. Pekerjaan utama penduduk Taluak Tigo sakato adalah petani, buruh tani dan swasta.[1]

Hasil wawancara dengan kepala kampung Tanjung Kandis kanagarian Taluak Tigo Sakato didapatkan bahwa daerah Taluak Tigo Sakato berjarak lebih kurang 10 km ke ibukota Kecamatan Batang Kapas untuk mendapatkan pelayanan dokter puskesmas. Jauhnya jarak tempuh ini ditambah dengan lamanya jam kerja Masyarakat di sawah dan di ladang menjadikan Masyarakat minim ilmu pengetahuan Kesehatan, termasuk Kesehatan telinga. Warga memilih memakai alat cotton bud untuk membersihkan telinga dengan alasa praktis dan tidak perlu pergi ke puskesmas.

Membersihkan telinga dengan menggunakan cotton buds adalah hal yang lazim digunakan. Penggunaan cotton buds tidak hanya terbatas pada orang dewasa saja, tapi juga umum digunakan pada populasi anak-anak. Cotton buds merupakan segumpalan kecil kapas yang dililitkan pada ujung tongkat yang terbuat dari kayu atau plastik. Cotton buds banyak didapatkan di warung-warung dan minimarket dengan harga yang murah. Cotton buds biasa digunakan untuk membersihkan telinga, apabila telinga dirasakan gatal atau kemasukan air.[2], [3]

Penggunaan cotton buds dapat menimbulkan trauma pada telinga. Berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan, ditemukan banyak penyebab gangguan pada telinga akibat penggunaan cotton buds, karena saat membersihkan telinga, lapisan lilin yang terdapat dalam liang telinga akan terdorong kedalam dan akan menyumbat saluran telinga. Kebiasaan ini juga dapat menyebabkan trauma pada lapisan kulit telinga, sehingga memudahkan bakteri untuk masuk. Pada dasarnya, kotoran telinga akan keluar dengan sendirinya pada saat kita mandi/keramas, mengunyah dan berbicara. Berdasarkan hal tersebut telinga tidak memerlukan pembersihan sering dan berulang.[4], [5]

Berdasarkan hal diatas, edukasi penggunaan cotton buds serta cara membersihkan telinga yang benar sangat diperlukan di daerah ini. Edukasi ini diharapkan akan menurunkan efek yang tidak diinginkan dari pembersihan telinga yang tidak tepat.

METODE PENELITIAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) memiliki metode PkM edukasi dengan 3 langkah. Langkah pertama yaitu kegiatan pendahuluan berupa pengamatan terhadap kebiasaan dan pola pembersihan telinga pada masyarakat. Pengamatan dilakukan berdasarkan keluhan warga pada saat program kerja kkn-usr dilaksanakan. Langkah kedua yaitu pemberian edukasi kepada tenaga kesehatan di nagari Taluak Tigo Sakato. Langkah terakhir yaitu pembuatan SOP cerumen prop serta SOP pemeriksaan kebersihan telinga yang disosialisasikan ke puskesmas sebagai tempat rujukan pustu pertama.

Hasil temuan masalah pada langkah pertama menjadi bahan diskusi pada saat edukasi dilaksanakan sehingga dapat menyelesaikan permasalahan yang ditemui di masyarakat. Pada saat langkah kedua dilakukan, tenaga kesehatan akan dibimbing langsung oleh dokter Spesialis THT sebagai dokter yang memiliki kompetensi dalam kebersihan telinga. Langkah terakhir yaitu pembuatan SOP yang nantinya dipakai di pustu daerah PkM.

Langkah pertama dinilai dari keberhasilan penemuan masalah terkait kebersihan telinga di masyarakat. Penilaian langkah kedua dilihat dari poin nilai tes yang diberikan. Edukasi berhasil jika nilai yang didapat peserta diatas 75. Langkah terakhir dinilai dari pembuatan SOP *cerumen prop* dan SOP pemeriksaan kebersihan telinga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penemuan Permasalahan di Masyarakat

Pada langkah pertama kegiatan PkM didapatkan permasalahan masyarakat belum terpapar edukasi membersihkan telinga dengan benar. Hal lain yang didapatkan yaitu belum tersedia prasarana yang cukup di pustu dan di puskesmas rujukan untuk kebersihan telinga. Hasil langkah pertama dapat terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Permasalahan Kebersihan Telinga di Taluak Tigo Sakato, Pesisir Selatan.

No	Permasalahan	Rencana Penyelesaian
1	Mayoritas masyarakat membersihkan telinga menggunakan <i>cotton bud</i> dengan frekuensi hampir setiap hari	Pemberian edukasi tentang pemakaian <i>cotton bud</i> dan cara menjaga kebersihan telinga kepada tenaga kesehatan, sehingga tenaga kesehatan dapat menduplikasi ke masyarakat
2	Masyarakat mengalami permasalahan <i>cerumen prop</i> yang mesti dirujuk ke pusat kesehatan	Pembuatan SOP <i>cerumen prop</i> bersama tenaga kesehatan pustu Taluak Tigo Sakato.

	yang lebih lengkap	
3	Alat pemeriksaan telinga di puskesmas belum memadai untuk memberikan pelayanan optimal kasus <i>cerumen prop</i>	Pemberian bantuan lampu telinga kepada puskesmas rujukan daerah Taluak Tigo Sakato

Berdasarkan hasil pada langkah pertama persiapan langkah kedua berupa persiapan alat lampu kepala yang digunakan untuk pemeriksaan di bidang Telinga Hidung dan Tenggorok-Kepala Leher (THT-KL), persiapan SOP yang akan didiskusikan dengan bidan dan perawat pustu Taluak Tigo Sakato, serta persiapan bahan diskusi. Pemilihan bidan dan perawat pustu Taluak Tigo Sakato sebagai target edukasi karena bidan dan perawat akan menduplikasi ilmu yang didapat kepada masyarakat, sehingga cakupan edukasi semakin luas. Berdasarkan temuan masalah yang ditemukan di masyarakat, maka langkah pertama dinyatakan telah berhasil.

Edukasi Tenaga Kesehatan

Selanjutnya pada langkah kedua, edukasi dilakukan pada bidan dan perawat pustu Taluak Tigo Sakato. Peserta terdiri dari 3 bidan dan 3 perawat yang berasal dari 3 titik pustu di kawasan Taluak Tigo Sakato. Pada saat penilaian, semua tenaga kesehatan mendapatkan poin 100 dengan 5 poin pertanyaan. Poin pertanyaan bersifat pemilihan ya dan tidak pada lima kalimat pernyataan. Pertanyaan dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Pertanyaan tes Edukasi Kebersihan Telinga

Bacalah pernyataan dibawah ini, berikan tanda \surd pada poin Ya bila boleh dilakukan, atau pada poin Tidak bila tidak boleh dilakukan			
No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	<i>Cotton Bud</i> merupakan alat untuk membersihkan telinga		
2	Telinga butuh dibersihkan setiap hari karena telinga dapat dimasuki air ketika mandi		
3	Cara membersihkan telinga yang tepat dilakukan oleh dr. Sp.THT-BKL		
4	Telinga terasa peka merupakan satu diantara gejala klinis <i>cerumen prop</i>		
5	Apabila terjadi <i>cerumen prop</i> mesti segera dikeluarkan memakai <i>cotton bud</i>		

Cotton bud ditandai dengan gulungan gumpalan kapas pada satu atau kedua ujung batang pendek berbahan plastik, kayu, atau kertas yang digulung. *Cotton bud* ditemukan oleh Leo Gerstenzang yang awalnya digunakan untuk membersihkan hidung bayi. Istri Leo menggunakan tusuk gigi yang diberi gumpalan kapas untuk membersihkan bayi mereka. Leo merasa penggunaan tusuk gigi berbahaya. Kemudian ia menciptakan *cotton bud*, yang akhirnya berkembang menjadi alat untuk membersihkan telinga.[6]–[8]

Penggunaan *cotton bud* untuk membersihkan telinga memberikan dampak negatif pada liang telinga bahkan membran timpani. Anisa dan Rahayu, 2022 menyatakan bahwa pemakaian *cotton bud* untuk membersihkan telinga yang dilakukan setiap hari mengakibatkan otitis eksterna akibat dari perubahan pH liang

telinga menjadi basa, sehingga terjadi penurunan proteksi terhadap infeksi. otitis eksterna juga dapat terjadi karena trauma mekanis gesekan *cotton bud* dengan liang telinga. Otitis eksterna yang terjadi dapat bersifat lokal maupun difusa.[9] Bigdeli *et al.*, menyatakan bahwa penggunaan *cotton bud* selama 2 bulan berturut-turut mengakibatkan keluhan rasa penuh dan pekak pada telinga, bahkan mengakibatkan nyeri menjalar. Pada pasien ini telah terjadi Otitis Eksterna Nekrotikans (NOE)[7] Dewi *et al.*, 2022 Pembersihan liang telinga dengan *cotton bud* mengakibatkan kotoran telinga terdorong ke arah telinga dalam atau mengakibatkan *cerumen prop*. Selain itu penggunaan *cotton bud* dapat mengakibatkan kerusakan pada gendang telinga.[10]

Permasalahan yang sering ditemukan di masyarakat terkait dengan *cotton bud* lebih sering pada saat telah terjadi *cerumen prop* bahkan ketulian. *Cerumen prop* dan ketulian tidak hanya terjadi pada umur tua, namun sering juga terjadi pada anak-anak yang mengganggu proses dan penyerapan pembelajaran. Wardani dan Sulistyanto, 2022 menyatakan bahwa gejala klinis yang mendorong orang tua membawa anak ke spesialis THT-KL adalah keluhan pekak atau pendengaran berkurang. Pada anamnesa ditemukan riwayat pemakaian *cotton bud* untuk membersihkan telinga, yang dilakukan tanpa konsultasi dengan tenaga kesehatan. Pada saat konsultasi, ditemukan *cerumen prop* pada anak.[11] Tan *et al.*, 2023 menyatakan bahwa sebanyak 11,5% dari 52 responden yang mengikuti pemeriksaan fisik telinga mengalami *cerumen prop* serta 5,8% mengalami perforasi timpani. Semua responden yang mengalami permasalahan telinga menggunakan *cotton bud* sebagai alat membersihkan telinga.[12]

Penggunaan *cotton bud* di masyarakat untuk membersihkan sangat tinggi. Frekuensi membersihkan telinga mulai dari beberapa kali dalam seminggu sampai penggunaan *cotton bud* setiap hari. Pembersihan liang telinga dilakukan oleh orang lain, namun seringkali dilakukan seorang diri tanpa melihat keadaan liang telinga.[7], [9] kotoran telinga merupakan minyak (*wax*) yang melapisi liang telinga. Kotoran telinga memiliki bau khas yang melindungi telinga dari serangga dan hewan kecil lainnya. Kotoran telinga mesti dibersihkan oleh dokter spesialis THT-KL 3-6 bulan sekali.[10], [13]–[15]

Tatalaksana *cerumen prop* terbagi tiga yaitu pemberian serumenolitik yang berfungsi melunakkan serumen. Aplikasi serumenolitik diberikan oleh pasien di rumah. Serumenolitik diberikan dengan cara menteteskan cairan pada telinga sakit serta menahan selama 15-20 menit sebelum pembersihan. Penggunaan serumenolitik membantu melunakkan *cerumen prop* sehingga mudah dikeluarkan dan mengurangi nyeri. Terapi yang kedua yaitu irigasi liang telinga dengan NaCl bersuhu hangat, yang merupakan kontraindikasi pada perforasi membran timpani. Tatalaksana terakhir yaitu ekstraksi *cerumen prop* yang mesti dilakukan dengan lampu telinga serta alat pemeriksaan telinga yang lengkap. *Cerumen prop* yang telah dilunakkan akan mempermudah ekstraksi dan mengurangi iritasi dengan liang telinga.[2], [15], [16]

Pembuatan SOP *cerumen prop* dan SOP pemeriksaan kebersihan telinga

Kegiatan PkM yang ketiga yaitu pembuatan SOP *cerumen prop* dan SOP pemeriksaan kebersihan telinga. Telinga tidak perlu dibersihkan sesering mungkin. Kotoran telinga akan keluar dengan sendirinya. Telinga hanya perlu dibersihkan satu kali dalam 6 bulan. Akan tetapi bila terdapat keluhan telinga pekak, pendengaran menurun bahkan nyeri pada telinga, maka pasien harus segera dikonsultasikan kepada spesialis THT-KL. Pemeriksaan fisik memastikan diagnosa *cerumen prop* memerlukan alat pemeriksaan THT-KL serta lampu kepala. Telinga yang mengalami *cerumen prop* akan terlihat pematatan kotoran telinga, sehingga sering membran timpani tidak dapat dinilai lagi.[2], [4], [8], [10]

Pada kegiatan ini disepakati apabila terdapat pasien dengan keluhan *cerumen prop* yang dipastikan dengan pemeriksaan fisik telinga, pasien akan segera dirujuk ke puskesmas rujukan Taluak Tigo Sakato. Pihak pustu juga akan menampilkan SOP kebersihan telinga dalam bentuk *banner* yang diletakkan pada ruang tunggu sehingga bisa dibaca dan dipahami oleh seluruh lapisan masyarakat. SOP kebersihan telinga dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 1. SOP Kebersihan Telinga

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat ini, maka didapatkan kesimpulan bahwa terdapat masyarakat Taluak Tigo Sakato belum terpapar dengan dampak penggunaan *cotton bud* untuk membersihkan telinga, sehingga untuk menyelesaikan masalah ini diberikan edukasi kepada tenaga kesehatan pustu Taluak

Tigo Sakato tentang tata cara membersihkan telinga yang benar. Kegiatan ini menghasilkan SOP *cerumen prop* dan SOP kebersihan telinga.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] “Nagari Taluk Tigo Sakato.” <https://taluktigosakato.pesisirselatankab.go.id/> (accessed Jul. 27, 2024).
- [2] S. R. Schwartz *et al.*, “Clinical Practice Guideline (Update): Earwax (Cerumen Impaction),” <https://doi.org/10.1177/0194599816671491>, vol. 156, no. 1_suppl, pp. S1–S29, Jan. 2017, doi: 10.1177/0194599816671491.
- [3] G. A. Horton, M. T. W. Simpson, M. M. Beyea, and J. A. Beyea, “Cerumen Management: An Updated Clinical Review and Evidence-Based Approach for Primary Care Physicians,” *J. Prim. Care Community Health*, vol. 11, 2020, doi: 10.1177/2150132720904181.
- [4] S. Mansour, J. Magnan, K. Nicolas, and H. Haidar, *Middle Ear Diseases Advances in Diagnosis and Management*, 1st ed. Germany: Springer, 2018.
- [5] M. L. Durand and D. G. Deschler, *Infections of the ears, nose, throat, and sinuses*, 1st ed. Germany: Springer International Publishing, 2018.
- [6] M. H. or Rashid, M. M. Uddin, S. M. R. Hossain, and A. Taous, “Conventional Practice of use of Cotton Bud in External Auditory Canal and it’s Complications,” *Bangladesh J. Otorhinolaryngol.*, vol. 28, no. 1, 2022, doi: 10.3329/bjo.v28i1.60831.
- [7] R. Bigdeli *et al.*, “Cotton bud foreign body associated necrotising otitis externa – a case series and literature review,” *Otolaryngol. Case Reports*, vol. 23, 2022, doi: 10.1016/j.xocr.2022.100418.
- [8] G. R. Hakim, P. R. A. Ristyning, and R. Himayani, “Serumen Prop sebagai Faktor Risiko Tuli Konduktif,” 2023.
- [9] Y. H. Anisah and S. H. Rahayu, “Otitis Eksterna Difusa Auricula Dekstra Pada Wanita Usia 46 Tahun,” *Contin. Med. Educ.*, 2022.
- [10] N. P. Dewi, A. T. Vani, I. Triansyah, D. Abdullah, and R. B. Hansah, “Edukasi Dampak Penggunaan Cotton Buds untuk Membersihkan Telinga pada Siswa SMP YARI School Padang,” *J. Abdimas ADPI Sains dan Teknol.*, vol. 3, no. 2, 2022, doi: 10.47841/saintek.v3i2.186.
- [11] A. T. W. Wardani and A. Sulistyanto, “Perilaku Masyarakat terhadap Kebersihan telinga di Desa Muktiharjo Lor, Genuk Semarang,” *J. ABDIMASKU J. Pengabd. Masy. Kedokt.*, vol. 1, no. 3, 2022, doi: 10.30659/abdimasku.1.3.96-102.
- [12] Sukmawati Tansil Tan, Fernando Nathaniel, and Yohanes Firmansyah, “Edukasi dan Pemeriksaan Fisik Kesehatan Telinga pada Pekerja Usia Produktif,” *J. Pengabd. Masy. Nusant.*, vol. 5, no. 2, 2023, doi: 10.57214/pengabmas.v5i2.301.
- [13] K. Cheng, “Prevention or Treatment of Hunan Ear Pain, Itch or Vertigo (Dizziness) Caused by Cerumen (Earwax) Impaction and Ear Hairs,” *Open Sci. J. Clin. Med.*, vol. 7, no. 2, 2019.
- [14] P. Money, Z. Naftali, and D. Marliyawati, “10 Hubungan Antara Penggunaan



- Cotton Bud Dengan Serumen Obsturan,” *Diponegoro Med. J. (Jurnal Kedokt. Diponegoro)*, vol. 7, no. 2, 2018.
- [15] S. Triola, H. Lestari, R. Rafli, and H. Ashan, “The Relationship of Knowledge Level with the Event of Serumen Prop in the Elderly at Puskesmas Lubuk Buaya Padang,” ... *Int. Res.*, 2022.
- [16] Y. Yolazenia, A. Asmawati, and L. Ulfa, “Edukasi Menjaga Kesehatan Telinga dan Pemeriksaan Telinga pada Anak Panti Asuhan di Desa Rimbo Panjang, Kecamatan Tambang, Kabupaten Kampar,” *J. Kreat. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 5, no. 4, 2022, doi: 10.33024/jkpm.v5i4.5418.