

Health Education: Menurunkan Demam Anak dengan Tepid Water Sponge

Christiane Sarayar¹, Henny Pongantung², Frankly O. Palendeng³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon

E-mail: christianesarayar91@gmail.com

Riwayat Artikel:

Dikirim: 11 Januari 2023

Direvisi : 2 Mei 2023

Diterima: 8 Mei 2023

Abstrak:

Demam merupakan sebuah proses alami sebagai mekanisme pertahanan tubuh terhadap pathogen, namun demam yang terlalu tinggi pada anak tentunya memerlukan perlakuan dan penanganan yang tepat karena, apabila tindakan yang dilakukan tidak tepat dan lambat maka akan dapat membahayakan keselamatan anak dan menimbulkan komplikasi lain seperti kejang dan penurunan kesadaran yang nantinya mungkin akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Penanganan non farmakologogis untuk menurunkan demam kadang terlupakan oleh masyarakat umum padahal metode kompres hangat dari dahulu sudah dinilai sangat efektif dalam menurunkan demam, dalam pengembangannya Metode Tepid Water Sponge merupakan sebuah teknik kompres hangat yang menggabungkan teknik kompres blok pada pembuluh darah supervisial dengan teknik seka pada seluruh tubuh yang dapat menurunkan demam pada anak dengan cepat. Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini berupaya memecahkan problematika yang dihadapi orang tua dalam penanganan anaknya yang sedang mengalami demam. Solusi yang ditawarkan dari program ini adalah penyusunan dan penyampaian materi serta mempraktikkan teknik menurunkan demam dengan metode Tepid Water Sponge. Bentuk kegiatan berupa penyuluhan kesehatan dengan jumlah peserta 44 orang yang merupakan masyarakat sekitar kelurahan Taas Lingkungan V Kecamatan Tikala Kota Manado. Luaran dari PKM ini berupa laporan serta publikasi artikel sehingga dapat diakses oleh semua orang yang memerlukan literatur dalam bentuk artikel terkait.

Kata Kunci:

Kompres Hangat, Tepid Water Sponge

Pendahuluan

Adanya Cemaran Etilen Glikol (EG) dan Dietilen Glikol (DEG) pada obat sirup yang diperkirakan merupakan penyebab utama gangguan ginjal akut pada anak beberapa waktu yang lalu membuat kementerian kesehatan RI melalui surat Surat Edaran Kemenkes Nomor SR.01.05/III/3461/2022 tentang Kewajiban Penyelidikan Epidemiologi dan Pelaporan Kasus

Gangguan Ginjal Akut Atipikal meminta agar Tenaga Kesehatan pada fasilitas pelayanan kesehatan untuk tidak meresepkan obat-obatan dalam bentuk sediaan cair/sirup serta menghimbau masyarakat untuk tidak mengkonsumsi obat dalam bentuk cair/sirup termasuk didalamnya juga obat penurun demam. Hal ini menyebabkan kepanikkan serta kebingungan orang tua dalam penanganan anak yang sedang mengalami demam pasalnya obat penurun demam sangat mudah ditemui dan dibeli secara bebas di apotik. Demam merupakan keadaan suhu tubuh diatas normal akibat peningkatan pusat pengatur suhu di hipotalamus, pada dasarnya demam pada anak memerlukan perlakuan dan penanganan yang tepat kerana apabila tindakan yang dilakukan tidak tepat akan berpotensi menimbulkan komplikasi lain seperti kejang dan penurunan kesadaran yang nantinya mungkin akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Pangesti & Mukti, 2020) namun, salah persepsi ambang batas suhu normal anak sering menjadi penyebab *overtreatment* kasus demam pada anak, ketakutan ini dikenal juga dengan istilah *fever phobia* Kebanyakan orang tua memberikan obat penurun panas walau belum ada indikasi yang tepat (Kurnia, 2020).

Penanganan non farmakologis untuk menurunkan demam kadang terlupakan oleh masyarakat umum dalam hal ini orang tua yang memiliki anak, padahal metode kompres hangat dari dahulu sudah dinilai sangat efektif dalam menurunkan demam anak. Studi literatur yang dilakukan oleh Pangesti & Mukti (2020) yang melakukan perbandingan antara kompres hangat biasa dengan penerapan teknik *tepid water sponge* dengan hasil bahwa metode *tepid water sponge* lebih efektif dan direkomendasikan untuk menurunkan demam pada anak. *Tepid Water Sponge* adalah sebuah teknik kompres hangat yang menggabungkan teknik kompres blok pada pembuluh darah supervisial dengan teknik seka (Pangesti, dkk. 2022). Bardu (2014) mendefinisikan metode *tepid water sponge* dengan tindakan untuk menurunkan suhu tubuh dengan cara merendam anak dengan air hangat bisa juga mengelap sekujur tubuh dengan waslap dan mengompres di bagian tubuh tertentu yang memiliki pembuluh darah besar. Proses ini akan membantu menurunkan demam dengan cara suhu panas keluar lewat pori-pori kulit melalui proses evaporasi dan konduksi (Kurnia, 2020).

Selain itu dengan metode ini dapat membuat vasodilatasi pembuluh darah, membuka pori-pori kulit, membantu metabolisme dan merangsang implus melalui reseptor kulit yang dikirim ke *hipotalamus posterior* untuk menurunkan suhu tubuh, dengan pemberian metode *tepid water sponge* dapat menurunkan suhu 1,4°C dalam 20 menit (Hendrawati & Elvira, 2019). *Tepid water sponge* dilakukan dengan cara melakukan kompres hangat pada dahi, kedua

axilah dan selangkang (*inguinal*) kemudian diusapkan keseluruh tubuh (Isneini et al., 2014).

Penyuluh memilih melaksanakan penyuluhan tentang teknik menurunkan demam anak dengan Metode *Tepid Water Sponge* agar masyarakat yang ada di sekitar lingkungan V Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota manado dapat memiliki pengetahuan serta kemampuan dan ketrampilan nantinya untuk mengaplikasikan terapi non farmakologi dalam hal ini teknik kompres hangat dengan metode *tepid water sponge* untuk menurunkan demam secara cepat pada anak.

Metode

Penyuluhan kesehatan mengenai teknik kompres hangat *tepid water sponge* dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.

1. Tahap Persiapan.

Persiapan teknis kegiatan penyuluhan kesehatan, kontrak waktu dengan masyarakat dan pemerinta sekitar, persiapan materi, alat dan bahan yang akan digunakan.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. *Healt Education* dengan materi *tepid water sponge* dimulai sesuai dengan jadwal yang telah disepakati yaitu pada hari Jumat, 20 Januari 2023 pukul 19.00 WITA. Penyuluh kemudian melakukan penyuluhan mengenai *tepid water sponge* dengan menggunakan alat peraga atau alat bantu yaitu *leaflet* dan baliho, yang berisi informasi/gambar/SOP teknik kompres hangat dengan metode *tepid water sponge*.
- b. Selanjutnya peserta diberikan kesempatan untuk bertanya tentang materi yang telah disampaikan kemudian berdiskusi mengenai materi yang telah disampaikan.
- c. Dalam penyuluhan ini juga disimulasikan secara langsung bagaimana melaksanakan teknik kompres hangat dengan metode *tepid water sponge* menggunakan alat dan bahan yang telah disiapkan yaitu thermometer untuk mengukur suhu, *washlap*, loyang berisi air hangat, dan handuk. Kemudian meminta kesediaan peserta untuk dapat mempraktikkan metode *tepid water sponge*.

3. Tahap Evaluasi

Pada akhir kegiatan *Healt Education* ini dilakukan evaluasi terhadap respon dari peserta penyuluhan dan semua peserta memberikan respon positif terhadap terselenggaranya kegiatan ini, menurut mereka kegiatan ini memberikan dampak edukatif terutama bagi para orang tua yang memiliki anak dapat mengaplikasikan terapi non

farmakologi untuk menurunkan demam pada anak secara mandiri di rumah dengan tepat sesuai dengan indikasi.

Hasil

Penyuluhan kesehatan mengenai metode kompres hangat *tepid water sponge* untuk menurunkan demam pada anak ini telah dilaksanakan pada hari jumat 20 januari 2023 dan telah berjalan dengan baik serta mendapat respon yang baik pula dari pesertanya. Adapun kegiatan ini dihadiri oleh 44 orang peserta dan 1 penyuluh. Kegiatan diawali dengan sambutan singkat dari Pemerintah yang dari pada saat itu yaitu kepala lingkungan dan dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan yang terbagi atas sesi pemberian materi dan edukasi tentang teknik menurunkan demam pada anak dengan metode *tepid water sponge* kemudian sesi tanya jawab serta diskusi dan diakhiri dengan kegiatan simulasi metode *tepid water sponge* dengan meminta kesediaan seorang anak yang hadir pada saat itu kemudian diperagakan oleh penyuluh dan selanjutnya meminta kesediaan peserta untuk dapat mempraktikkannya. Pengetahuan serta ketrampilan para orang tua yang hadir dalam kegiatan ini terutama dalam penanganan demam pada anak dapat distimulus seperti dalam kegiatan pengabdian ini. Dalam kegiatan ini, terjadi peningkatan pengetahuan serta ketrampilan orang tua tentang penanganan non farmakologi untuk mengatasi demam pada anak melalui metode *tepid water sponge*.

Diskusi

Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menyatakan 30% dari total kunjungan pasien anak ke dokter anak maupun dokter umum disebabkan oleh keluhan demam yang dialami oleh anak, Demam merupakan reaksi normal tubuh untuk melawan kuman, pemberian obat penurun panas sebenarnya memiliki tujuan utama untuk membuat anak merasa nyaman dan bukan untuk mempertahankan suhu normal (Karyanti, 2014). *Overtreatment* kasus demam pada anak kebanyakan disebabkan oleh kepanikan orang tua yang salah persepsi tentang ambang batas suhu normal anak serta ketakutan orang tua akan komplikasi yang mungkin terjadi bila demam anak terlalu tinggi dan tidak tertangani dengan baik seperti kejang kerusakan otak yang nantinya mungkin akan mengganggu tumbuh kembang anak (Kurnia, 2020). Tujuan utama dari pemberian edukasi kesehatan ini adalah agar masyarakat secara umum terutama bagi mereka yang memiliki anak dapat lebih memahami konsep demam, ambang batas yang benar serta tatalaksana demam pada anak dengan terapi non-farmakologis yang kadangkala mulai

dilupakan oleh masyarakat secara umum salah satunya adalah dengan kompres hangat menggunakan metode *tepid water sponge* yang sesuai dengan studi literatur yang dilakukan oleh Pangesti & Mukti (2020) lebih efektif untuk menurunkan demam dari kompres hangat biasa, juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Novikasari et al., (2019) yang melakukan pendekatan *quasi experiment* dengan hasil metode *tepid water sponge* lebih efektif diterapkan untuk menurunkan demam pada anak. Berdu (2014) mendefinisikan metode *tepid water sponge* dengan tindakan untuk menurunkan suhu tubuh dengan cara merendam anak dengan air hangat bisa juga mengelap sekujur tubuh dengan waslap dan mengompres di bagian tubuh tertentu yang memiliki pembuluh darah besar. Adapun beberapa manfaat dan tujuan dari kompres hangat *tepid water sponge* adalah memperlancar sirkulasi darah, menurunkan suhu tubuh secara cepat, mengurangi rasa sakit, memberi rasa hangat, nyaman, dan tenang pada klien (Leni Marlina, Immawati, 2023). Dengan Standart Operasional Prosedur sabagai berikut (Isneini et al., 2014):

1. Cuci tangan
2. Masukkan waslap/kain kasa ke dalam kom berisi air hangat lalu peras sampai lembab
3. Letakan waslap/kain kasa pada daerah yang akan dikompres yaitu dahi, *axila* kiri dan kanan serta selangkang kiri dan kanan. Dilanjutkan dengan diusapkan keseluruh tubuh.
4. Ganti waslap/ kain kasa dengan waslap/ kain yang sudah terendam dalam kom berisi air hangat
5. Diulang-ulang sampai suhu tubuh turun

Upaya menurunkan demam dapat juga didukung dengan kompres hangat atau *tepid water sponge*, metode kompres hangat ditambah penggunaan *dipyrone* akan menurunkan demam terutama pada 15 menit pertama; penggunaan *antipiretik* ditambah kompres hangat terbukti lebih efektif dibandingkan antipiretik saja untuk itu kompres hangat direkomendasikan terutama untuk anak yang memiliki risiko kejang demam (Kurnia, 2020). Beberapa studi lainpun menyatakan hal yang sama saat dilakukan kompres dengan air hangat pusat pengatur suhu menerima informasi bahwa suhu tubuh sedang berada dalam kondisi hangat, maka suhu tubuh butuh untuk segera diturunkan. Apalagi, saat demam kita memang merasa kedinginan meskipun tubuh kita justru mengalami peningkatan suhu (Novikasari et al., 2019).

Kesimpulan

Terapi nonfarmakologi kadang terlupakan oleh orang tua dalam penanganan anak yang

sedang demam, dengan adanya *healt education* tentang teknik menurunkan demam dengan metode *tepid water sponge* pengetahuan masyarakat serta ketrampilan dalam penanganan demam pada anak dapat ditingkatkan sehingga penanganan yang cepat dan tepat ketika anak demam dapat dilakukan sehingga dapat menghindari komplikasi yang mungkin terjadi pada anak sambil terus menghimbau orang tua untuk terus berkonsultasi dengan petugas kesehatan.

Pengakuan/Acknowledgements

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada STIKES Gunung Maria Tomohon dan Yayasan Ratna Miriam yang telah memperkenankan serta mendukung kegiatan Pengabdian Masyarakat tentang teknik menurunkan demam pada anak dengan metode *tepid water sponge* serta kepada pemerintah lingkungan V Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado yang telah bekerja sama dengan baik sehingga kegiatan ini dapat berlangsung serta peserta yang sudah mengikuti kegiatan penyuluhan ini, sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan juga bermanfaat bagi masyarakat umum sekitar lingkungan V Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado.

Daftar Referensi

- Hendrawati, & Elvira, M. (2019). Effect of Tepid Sponge on changes in body temperature in children under five who have fever in Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi Hospital. *Enfermeria Clinica*, 29, 91–93. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.11.029>
- Isneini, Irdawati, & Agustaria. (2014). *SOP Tepid Water Sponge*. 96–105.
- Karyanti, M. R. (2014). *Penanganan Demam Pada Anak*. Ikatan Dokter Anak Indonesia. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/keluhan-anak/penanganan-demam-pada-anak>.
- Kurnia, B. (2020). *Tatalaksana Demam pada Anak*. 47(9), 698–702.
- Leni Marlina, Immawati, S. N. (2023). Jurnal Cendikia Muda Volume 3 , Nomor 3 , September 2023 ISSN : 2807-3469 Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Dahi Dan Axilla Terhadap Penurunan Suhu Tubuh Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Demam Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(September), 402–406.
- Novikasari, L., Siahaan, E. R., & Maryustiana. (2019). EFEKTIFITAS PENURUNAN SUHU TUBUH MENGGUNAKAN KOMPRES HANGAT DAN WATER TEPID SPONGE DI RUMAH SAKIT DKT TK IV 02.07.04 BANDAR LAMPUNG. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(2), 143–151.
- Pangesti, N. A., & Mukti, B. K. A. (2020). Studi Literatur : Perbandingan Penerapan Teknik

Tepid Water Sponge Dan Kompres Hangat Untuk Menurunkan Suhu Tubuh Pada Anak Yang Mengalami Kejang Demam. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(3), 297. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i03.p11>