

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

##### 4.1.1 Karakteristik Responden

Pada bagian ini disajikan gambaran umum karakteristik responden yang terlibat dalam penelitian. Karakteristik yang ditampilkan meliputi usia, tingkat pengetahuan, dan sikap mahasiswa tentang cuci hidung pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia. Penyajian karakteristik responden bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai profil responden sebagai dasar dalam memahami hasil penelitian secara keseluruhan.

Data disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi responden berdasarkan variabel penelitian yang dianalisis. Adapun karakteristik responden berdasarkan usia adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

| Usia         | Frekuensi  | Persentase (%) |
|--------------|------------|----------------|
| 18 Tahun     | 105        | 35,1           |
| 19 Tahun     | 89         | 29,8           |
| 20 Tahun     | 71         | 23,7           |
| 21 Tahun     | 34         | 11,4           |
| <b>Total</b> | <b>299</b> | <b>100,0</b>   |

Berdasarkan Tabel 4.1, sebagian besar responden berusia 18 tahun sebanyak 105 orang (35,1%), diikuti usia 19 tahun sebanyak 89 orang (29,8%), usia 20 tahun sebanyak 71 orang (23,7%), dan usia 21 tahun sebanyak 34 orang (11,4%). Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia yang menjadi responden berada pada rentang usia 18–19 tahun, yang termasuk dalam kategori remaja akhir menuju dewasa awal.

#### 4.1.2 Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Cuci Hidung

Tabel 4.1.2 Distribusi Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Cuci Hidung

| Tingkat Pengetahuan | Frekuensi  | Persentase (%) |
|---------------------|------------|----------------|
| Baik                | 112        | 37,5           |
| Cukup               | 169        | 56,5           |
| Kurang              | 18         | 6,0            |
| <b>Total</b>        | <b>299</b> | <b>100,0</b>   |

Berdasarkan Tabel 4.1.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup (56,5%), diikuti kategori baik (37,5%), dan hanya sebagian kecil yang berada pada kategori kurang (6,0%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa telah memiliki pemahaman yang memadai mengenai cuci hidung sebagai salah satu metode menjaga kesehatan saluran pernapasan bagian atas. Namun demikian, proporsi kategori “cukup” yang lebih dominan dibanding “baik” menunjukkan masih adanya ruang peningkatan

edukasi agar pemahaman mahasiswa menjadi lebih optimal dan komprehensif.

#### **4.1.3 Sikap Remaja tentang Cuci Hidung**

Tabel 4.1.3 Distribusi Sikap Remaja tentang Cuci Hidung

| <b>Sikap</b> | <b>Frekuensi</b> | <b>Persentase (%)</b> |
|--------------|------------------|-----------------------|
| Baik         | 295              | 98,7                  |
| Cukup        | 4                | 1,3                   |
| Kurang       | 0                | 0                     |
| <b>Total</b> | <b>299</b>       | <b>100,0</b>          |

Berdasarkan Tabel 4.1.3, hampir seluruh responden memiliki sikap dalam kategori baik (98,7%) terhadap praktik cuci hidung. Hanya 1,3% responden yang berada pada kategori cukup, dan tidak terdapat responden dengan sikap kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa secara afektif, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia memiliki penerimaan dan persepsi positif terhadap praktik cuci hidung sebagai upaya preventif dalam menjaga kesehatan saluran pernapasan bagian atas.

## **4.2 Pembahasan**

### **4.2.1 Karakteristik Responden**

Berdasarkan Tabel 4.1.1, mayoritas responden adalah antara 18 dan 19 tahun dengan proporsi tertinggi berada pada usia 18 tahun (35,1%) dan 19 tahun (29,8 %), diikuti oleh usia 20 tahun

(23,7%) dan 21 tahun (11,4%). Rentang usia 18–21 tahun secara teoritis termasuk dalam fase remaja akhir ( *late adolescence* ), yaitu menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan signifikan dalam aspek kognitif, emosional dan sosial.<sup>23</sup>

Selain kesehatan mental dan perkembangan psikologis, periode transisi ini juga merupakan masa stres karena perubahan perilaku dan peningkatan ketegangan rahang. Selain perkembangan psikologis, periode transisi ini juga merupakan masa stres karena perubahan perilaku dan peningkatan ketegangan rahang. Hal ini sesuai dengan penjelasan dalam *Synopsis of Psychiatry* karya Kaplan & Sadock, yang menyatakan bahwa tahun - tahun terakhir masa kanak - kanak di dalam awal masa dewasa merupakan fase kritis dalam evaluasi diri terhadap lingkungan baru, termasuk lingkungan pendidikan tinggi. Selain itu, Laporan dari *World Health Organization* itu menyatakan bahwa akhir masa remaja adalah waktu yang krusial untuk mengembangkan strategi kesehatan dan penanggulangan yang akan berdampak pada kehidupan generasi mendatang. Akhir masa remaja adalah waktu yang krusial untuk mengembangkan kesehatan dan strategi mengatasi masalah yang akan berdampak pada kehidupan generasi mendatang.<sup>24</sup>

#### **4.2.2 Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Cuci Hidung**

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.2, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup sebanyak 169 responden (56,5%), diikuti kategori baik sebanyak 112 responden (37,5%), dan kategori kurang sebanyak 18 responden (6,0%). Pola ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden cenderung berada pada tingkat “memadai” namun belum mencapai “optimal” secara menyeluruh. Dominasi kategori cukup mengindikasikan bahwa responden umumnya telah mengenal konsep cuci hidung dan sebagian manfaatnya, namun terdapat bagian-bagian pengetahuan yang masih belum dikuasai secara komprehensif, khususnya terkait aspek teknis, mekanisme, dan prinsip pelaksanaan yang benar.

Secara konseptual, pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan dan pengolahan informasi yang diperoleh melalui pengalaman, pendidikan, maupun paparan informasi yang diterima individu. Pengetahuan berperan sebagai dasar kognitif dalam membentuk pemahaman seseorang terhadap suatu objek, termasuk perilaku kesehatan.<sup>1,17</sup> Pengetahuan yang memadai memungkinkan individu memahami alasan ilmiah suatu tindakan kesehatan, mengenali manfaatnya, serta mengetahui cara pelaksanaan yang benar. Sebaliknya, pengetahuan yang terbatas dapat menyebabkan pemahaman yang parsial—individu mengetahui “apa” dan

“mengapa” secara umum, tetapi belum memahami “bagaimana” secara tepat.<sup>1,18</sup> Dengan demikian, ketika hasil penelitian menunjukkan dominasi kategori pengetahuan cukup, hal tersebut dapat dimaknai sebagai bentuk pemahaman dasar yang sudah terbentuk, namun masih belum merata pada seluruh aspek yang diukur.

Dalam konteks kesehatan saluran pernapasan bagian atas, cuci hidung (irigasi nasal) secara ilmiah berkaitan erat dengan fungsi pertahanan hidung. Rongga hidung memiliki sistem transpor mukosiliar yang berperan sebagai mekanisme pertahanan utama dengan menggerakkan mukus dan partikel yang terperangkap (debu, alergen, mikroorganisme) menuju faring untuk kemudian dikeluarkan atau ditelan.<sup>10</sup> Apabila mekanisme ini terganggu akibat iritasi, inflamasi, atau paparan polutan, maka sekret dapat tertahan dan meningkatkan risiko gangguan saluran pernapasan atas.<sup>10</sup> Cuci hidung menggunakan larutan salin bekerja melalui pembilasan mekanik (mengangkat sekret dan iritan) serta membantu menjaga kelembapan mukosa, sehingga dapat mendukung fungsi mukosiliar, mengurangi mediator inflamasi pada mukosa, dan membantu mengurangi edema pada kondisi tertentu.<sup>12,13</sup> Pemahaman terhadap dasar fisiologis ini merupakan bagian dari pengetahuan yang lebih “mendalam” dan sering kali menjadi pembeda antara kategori cukup dan baik.

Dominasi kategori cukup pada penelitian ini dapat dijelaskan melalui beberapa pertimbangan akademik. Pertama, responden merupakan mahasiswa kedokteran usia remaja akhir, yang umumnya sudah berada pada tahap perkembangan kognitif yang memungkinkan pemahaman logis dan abstrak terhadap informasi kesehatan. Namun, pengetahuan yang terbentuk tetap bergantung pada kedalaman paparan materi, pengalaman klinis, dan intensitas edukasi spesifik terkait kebersihan hidung. Pada mahasiswa, paparan informasi kesehatan dapat terjadi secara luas, tetapi topik tertentu seperti teknik irigasi nasal sering kali diperoleh secara tidak merata, misalnya melalui pengalaman pribadi, edukasi non-formal, atau paparan saat rotasi klinik tertentu. Akibatnya, pengetahuan dasar dapat tinggi, sedangkan pengetahuan teknis (cara, frekuensi, pemilihan larutan, indikasi/kontraindikasi) cenderung bervariasi, sehingga distribusi yang muncul adalah “cukup” sebagai kategori dominan.

Kedua, karakteristik cuci hidung sebagai praktik yang relatif sederhana dapat mendorong “familiaritas konseptual” namun tidak selalu diikuti penguasaan detail. Banyak individu mengetahui cuci hidung “baik untuk membersihkan hidung” tetapi belum tentu memahami mekanisme osmolalitas larutan, perbedaan larutan isotonis dan hipertonis, atau indikasi klinis tertentu.<sup>13</sup> Pola seperti ini lazim pada topik kesehatan preventif: pemahaman umum cukup

tinggi, sedangkan pemahaman teknis memerlukan edukasi terarah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yang et al. (2026) yang menunjukkan bahwa responden umumnya mengetahui manfaat dasar nasal irrigation, namun pemahaman terhadap aspek teknis seperti frekuensi, jenis larutan, dan teknik pelaksanaan yang benar masih belum optimal. Dengan kata lain, pengetahuan yang terbentuk bersifat “fungsional” pada level dasar, tetapi belum komprehensif pada ranah teknis. Penelitian Mirawati et al. (2020) juga mendukung pola serupa, yaitu terdapat variasi pengetahuan pada kelompok mahasiswa; sebagian sudah memiliki pengetahuan baik, namun masih terdapat proporsi yang berada pada tingkat cukup dan kurang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa latar pendidikan tidak otomatis menjamin keseragaman pengetahuan, terutama bila informasi diperoleh dari sumber yang beragam dan tidak selalu terstruktur. Penelitian Hanalioglu et al. (2025) menegaskan bahwa pengetahuan masyarakat terkait prosedur dan manfaat nasal irrigation sering kali masih terbatas, sehingga edukasi kesehatan berperan penting untuk meningkatkan kualitas pengetahuan agar praktik dapat dilakukan dengan benar dan aman.

Dengan demikian, dominasi pengetahuan kategori cukup pada penelitian ini dapat dipahami sebagai indikator bahwa mahasiswa telah memiliki pondasi pemahaman, namun masih terdapat “ruang peningkatan” untuk memperkuat dimensi



pengetahuan yang bersifat teknis dan berbasis mekanisme. Secara implikatif, edukasi yang lebih terarah mengenai prosedur, pilihan cairan, serta prinsip pelaksanaan yang benar berpotensi meningkatkan proporsi kategori “baik”.<sup>12,13</sup> Peningkatan kualitas pengetahuan tersebut penting karena pada praktik kesehatan, pemahaman teknis yang benar berhubungan erat dengan efektivitas dan keamanan tindakan.

#### **4.2.3 Sikap Remaja tentang Cuci Hidung**

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.3, hampir seluruh responden menunjukkan sikap kategori baik terhadap praktik cuci hidung, yaitu 295 responden (98,7%), sedangkan hanya 4 responden (1,3%) berada pada kategori cukup dan tidak terdapat responden dengan kategori kurang. Temuan ini menegaskan bahwa secara umum responden memiliki penerimaan yang sangat tinggi terhadap cuci hidung sebagai tindakan preventif untuk menjaga kesehatan saluran pernapasan bagian atas. Tingginya proporsi sikap baik menggambarkan bahwa responden cenderung menyetujui, mendukung, dan menilai praktik cuci hidung sebagai sesuatu yang bermanfaat dan layak diterapkan.

Secara teoritis, sikap merupakan kecenderungan respon evaluatif individu terhadap suatu objek, yang terbentuk melalui proses belajar, pengalaman, paparan informasi, serta pengaruh lingkungan sosial.<sup>1,19</sup> Sikap tidak hanya berkaitan dengan “tahu”

(pengetahuan), tetapi juga melibatkan dimensi perasaan dan kecenderungan bertindak. Sikap terdiri dari komponen kognitif (keyakinan/penilaian), afektif (perasaan suka/tidak suka), dan konatif (kecenderungan untuk bertindak).<sup>1,19</sup> Ketiga komponen tersebut bekerja secara simultan dalam membentuk sikap positif atau negatif terhadap suatu perilaku kesehatan.

Dalam konteks cuci hidung, sikap positif dapat terbentuk bila individu memiliki keyakinan bahwa praktik tersebut bermanfaat, aman, dan relevan dengan kebutuhan kesehatan. Secara ilmiah, cuci hidung bermanfaat untuk membantu membersihkan rongga hidung dari sekret dan iritan serta mendukung fungsi pertahanan mukosiliar.<sup>12,13</sup> Ketika manfaat dipersepsikan tinggi dan risiko dipersepsikan rendah, sikap positif umumnya lebih mudah terbentuk. Hal ini sejalan dengan prinsip umum perilaku kesehatan: penerimaan meningkat ketika tindakan dianggap efektif, mudah dilakukan, dan memiliki manfaat yang jelas.

Tingginya sikap baik pada penelitian ini juga dapat dikaitkan dengan karakteristik responden sebagai mahasiswa kedokteran. Mahasiswa kedokteran umumnya memiliki orientasi kesehatan preventif yang relatif baik karena sering terpapar nilai-nilai kesehatan, konsep pencegahan penyakit, dan pentingnya hygiene sebagai bagian dari upaya promotif-preventif. Lingkungan akademik kesehatan dapat memperkuat komponen kognitif (keyakinan tentang

manfaat), komponen afektif (rasa setuju/positif terhadap tindakan sehat), serta komponen konatif (kesiapan mendukung tindakan tersebut).<sup>1,19</sup> Dengan demikian, sikap yang sangat positif dalam penelitian ini merupakan temuan yang secara teoritis dapat dijustifikasi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Yang et al. (2026) yang melaporkan penerimaan tinggi terhadap nasal irrigation dan penilaian bahwa praktik tersebut bermanfaat serta relatif aman. Penelitian Marchisio et al. (2014) menunjukkan bahwa tenaga kesehatan memiliki pandangan positif dan cenderung merekomendasikan nasal saline irrigation sebagai langkah nonfarmakologis yang bermanfaat pada gangguan saluran napas atas. Hal ini penting karena rekomendasi tenaga kesehatan merupakan salah satu faktor yang dapat memperkuat sikap positif pada kelompok yang berada dalam lingkungan kesehatan. Selain itu, penelitian Tapiala et al. (2021) juga mendukung bahwa penerimaan terhadap nasal irrigation cenderung tinggi karena dianggap mudah dilakukan, aman, dan membantu perbaikan gejala pada gangguan saluran napas bagian atas.

Meskipun demikian, pembahasan yang kritis perlu menyoroti temuan penting berikut: sikap responden sangat tinggi (hampir homogen “baik”), sementara pengetahuan dominan “cukup”. Pola ini menunjukkan bahwa sikap positif tidak selalu menuntut pengetahuan yang sangat mendalam. Secara teoritis, sikap dapat terbentuk

melalui informasi umum dan persepsi manfaat, meskipun pemahaman teknis belum sempurna.<sup>1,19</sup> Responden dapat memiliki keyakinan kuat bahwa cuci hidung adalah tindakan sehat (kognitif), merasa setuju dan menerima praktik tersebut (afektif), dan menyatakan dukungan (konatif), walaupun belum sepenuhnya menguasai detail teknik atau indikasi yang tepat.

Selain itu, perlu dipertimbangkan aspek metodologis yang dapat berkontribusi pada tingginya distribusi sikap baik, seperti karakter pertanyaan sikap yang cenderung normatif (menilai “baik/buruk” praktik kesehatan), serta kemungkinan adanya kecenderungan respon sosial (*social desirability*), terutama pada kelompok mahasiswa kedokteran yang memahami bahwa perilaku preventif umumnya dianggap baik. Walaupun demikian, temuan sikap positif tetap bernilai penting karena menunjukkan kesiapan penerimaan dan dukungan, yang merupakan modal awal untuk intervensi edukatif. Apabila sikap sudah positif, maka strategi peningkatan pengetahuan teknis akan lebih mudah diterima dan berpeluang meningkatkan penerapan yang benar.<sup>12,13</sup>

Dengan demikian, hasil penelitian yang menunjukkan sikap kategori baik hampir menyeluruh menegaskan bahwa responden memiliki penerimaan yang sangat positif terhadap cuci hidung sebagai tindakan preventif kesehatan saluran napas atas. Sikap positif ini perlu diikuti oleh penguatan pengetahuan teknis agar

penerapan cuci hidung tidak hanya didukung secara sikap, tetapi juga dilakukan secara benar, aman, dan efektif sesuai prinsip kesehatan.<sup>12,13</sup>

#### **4.3 Keterbatasan Penelitian**

1. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif sehingga hanya memberikan gambaran terkait tingkat pengetahuan dan sikap mahasiswa terhadap praktik cuci hidung dalam menjaga kesehatan saluran pernapasan bagian atas sehingga belum tercapai analisis hubungan sebab akibat atau pengaruh terhadap kedua variabel tersebut.
2. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner berbasis *self-report* sehingga jawaban responden sangat bergantung pada tingkat kejujuran dan pemahaman responden masing-masing terhadap pertanyaan dalam kuesioner yang diberikan.
3. Penelitian ini terbatas hanya menilai pengetahuan dan sikap namun belum menilai perilaku nyata serta praktik dalam melakukan cuci hidung sehingga gambaran perilaku kesehatan secara menyeluruh belum dapat diketahui.

#### **4.3 Implikasi Penelitian**

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun sikap mahasiswa berada pada kategori baik dan pengetahuan pada kategori cukup dalam menjaga kesehatan saluran pernapasan bagian atas, hal ini masih menunjukkan perlunya

peningkatan edukasi kesehatan mengenai teknik dan manfaat cuci hidung secara lebih komprehensif.

2. Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi institusi pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai upaya preventif dalam menjaga kesehatan saluran pernapasan bagian atas.