Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo
Volume 5 No 1 Tahun 2026

Pendidikan Kesehatan Pijat *Common Cold* pada Bayi dan Balita di RW 003 Desa Gunung Putih

Anis Pravitasari[1], Devitasari Yulistian[2], Masruroh[3]
[1]Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, anis.hamasah@gmail.com
[2]Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, devitasfirman@gmail.com
[3]Pendidikan Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, masrurohazzam@gmail.com

Korespondensi Email: anis.hamasah@gmail.com

Article Info
Article History
Submitted, 2026-05-17
Accepted, 2026-05-22
Published, 2026-06-24

Keywords: Health Education, Common Cold, Infant, Toddler, Knowledge

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Common Cold, Bayi, Balita, Pengetahuan

Abstract

Common cold is a common upper respiratory tract problem in infants and toddlers and often becomes a concern for parents when children experience cough, nasal congestion, and mild fever. This community service activity aimed to improve parental knowledge regarding common cold, safe home care, prevention, danger signs, and supportive common cold massage for infants and toddlers. The activity was conducted in RW 003, Desa Gunung Putih, Kecamatan Tanjung Palas, Kabupaten Bulungan, Kalimantan Utara, as part of community midwifery practice. The method included community assessment, coordination with village midwife and cadres, health education using leaflet and discussion, followed by evaluation using pre-test and post-test questionnaires. A total of 30 respondents participated in the evaluation. The data were analyzed descriptively by comparing mean, median, minimum, maximum, and item distribution before and after education. The results showed that the mean knowledge score increased from 75.00 before education to 90.33 after education, with an average improvement of 15.33 points. The number of respondents in the good knowledge category increased from 17 respondents before education to 28 respondents after education. Most questionnaire items showed improvement after the education session. These findings indicate that structured health education using simple language and visual media can improve parental knowledge about common cold care. Continuous reinforcement through posyandu, cadres, and village health services is recommended.

Abstrak

Abstrak

Common cold atau batuk pilek merupakan masalah kesehatan yang sering dialami bayi dan balita. Kondisi ini sering menjadi kekhawatiran orang tua, terutama ketika anak mengalami hidung tersumbat, batuk ringan, demam, rewel, dan penurunan nafsu makan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan

orang tua mengenai common cold, pencegahan, perawatan di rumah, tanda bahaya, serta pijat common cold sebagai perawatan pendukung yang aman pada bayi dan balita. Kegiatan dilaksanakan di RW 003 Desa Gunung Putih, Kecamatan Tanjung Palas, Kabupaten Bulungan, Kalimantan Utara dalam rangka praktik kebidanan komunitas. Metode kegiatan meliputi pengkajian komunitas, koordinasi dengan bidan desa dan kader, penyuluhan kesehatan menggunakan leaflet, diskusi, tanya jawab, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Responden evaluasi berjumlah 30 orang. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata, median, nilai minimal, nilai maksimal, dan distribusi jawaban benar sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil menunjukkan rata-rata nilai pre-test sebesar 75,00 dan meningkat menjadi 90,33 pada post-test, sehingga terjadi peningkatan rata-rata 15,33 poin. Kategori pengetahuan baik meningkat dari 17 responden sebelum penyuluhan menjadi 28 responden setelah penyuluhan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang terstruktur, menggunakan bahasa sederhana, dan didukung media visual dapat meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai perawatan common cold pada bayi dan balita.

Pendahuluan

Kesehatan bayi dan balita merupakan bagian penting dalam pelayanan kebidanan komunitas karena kelompok usia ini memiliki kerentanan terhadap gangguan kesehatan, termasuk gangguan saluran pernapasan atas. Upaya peningkatan kesehatan anak tidak hanya dilakukan melalui pelayanan di fasilitas kesehatan, tetapi juga melalui kegiatan promotif dan preventif di masyarakat agar keluarga mampu mengenali masalah kesehatan, melakukan perawatan awal yang aman, serta mengetahui waktu yang tepat untuk mencari pertolongan tenaga kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Desa Gunung Putih Kecamatan Tanjung Palas Kabupaten Bulungan Provinsi Kalimantan Utara merupakan wilayah praktik kebidanan komunitas dengan sasaran keluarga, ibu hamil, ibu nifas, remaja, bayi, dan balita. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa salah satu masalah yang menonjol pada kelompok bayi dan balita adalah keluhan batuk pilek atau common cold, terutama saat kondisi cuaca tidak menentu. Pada pengkajian awal ditemukan 15 bayi dan balita, dengan 10 anak di antaranya sering mengalami batuk pilek, serta sebagian orang tua belum pernah mendapatkan informasi tentang terapi pendukung untuk mengatasi keluhan batuk pilek pada anak (Laporan Kelompok Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Common cold merupakan infeksi saluran pernapasan atas yang paling sering disebabkan oleh virus. Gejala yang dapat muncul pada anak meliputi hidung tersumbat, pilek, bersin, batuk ringan, demam ringan, rewel, dan berkurangnya nafsu makan. Sebagian besar kasus common cold bersifat ringan dan membaik dengan perawatan suportif, namun orang tua perlu memahami tanda bahaya seperti sesak napas, napas cepat, anak tampak sangat lemah, demam tinggi menetap, tidak mau minum, bibir kebiruan, atau keluhan yang semakin berat (Mayo Clinic, 2023, Pappas, 2017).

Pengetahuan orang tua menjadi faktor penting dalam pengambilan keputusan perawatan anak di rumah. Pengetahuan yang baik membantu keluarga membedakan kondisi yang dapat dirawat secara mandiri dengan perawatan suportif dan kondisi yang

membutuhkan pelayanan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat membantu meningkatkan pemahaman masyarakat karena informasi yang diberikan secara jelas, sederhana, dan sesuai kebutuhan akan lebih mudah diterima oleh sasaran (Maulana, 2009, Notoatmodjo, 2018).

Kegiatan pendidikan kesehatan pijat common cold pada bayi dan balita di RW 003 Desa Gunung Putih dilakukan sebagai bentuk intervensi kebidanan komunitas. Materi penyuluhan difokuskan pada pengertian common cold, tanda dan gejala, faktor yang memperberat keluhan, pencegahan, penggunaan obat secara bijak, tanda bahaya, serta pijat common cold sebagai perawatan pendukung yang dilakukan secara lembut dan tidak menggantikan pemeriksaan tenaga kesehatan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan responden mengenai common cold pada bayi dan balita (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026, Instrumen Pre-test dan Post-test Common Cold, 2026).

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pendidikan kesehatan dengan pendekatan deskriptif dan partisipatif. Pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan masalah kesehatan bayi dan balita di RW 003 Desa Gunung Putih, sedangkan pendekatan partisipatif dilakukan dengan melibatkan bidan desa, kader, dan masyarakat dalam proses pengkajian, pelaksanaan penyuluhan, serta evaluasi kegiatan. Kegiatan ini dilaksanakan dalam rangka praktik kebidanan komunitas di Desa Gunung Putih Kecamatan Tanjung Palas Kabupaten Bulungan (Laporan Kelompok Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Tahapan kegiatan meliputi koordinasi dengan bidan desa dan kader, pengkajian sasaran melalui wawancara, identifikasi masalah, penentuan prioritas, penyusunan materi, pelaksanaan pendidikan kesehatan, diskusi, tanya jawab, dan evaluasi. Sasaran utama kegiatan adalah orang tua atau keluarga yang memiliki bayi dan balita. Jumlah responden yang mengikuti evaluasi pre-test dan post-test adalah 30 orang. Berdasarkan data karakteristik, sebagian besar responden berada pada kelompok umur 26-35 tahun dan lebih dari 35 tahun, mayoritas berpendidikan menengah, serta sebagian besar merupakan ibu rumah tangga (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Materi yang diberikan adalah pijat common cold pada bayi dan balita. Materi mencakup pengertian common cold sebagai salah satu gangguan saluran pernapasan akut, gejala seperti hidung tersumbat dan batuk ringan, informasi bahwa common cold tidak selalu memerlukan antibiotik, manfaat pijat common cold sebagai terapi pendukung, prinsip tekanan pijat yang lembut, dampak asap rokok terhadap pernapasan balita, kemampuan ibu melakukan pijat di rumah setelah diajarkan, serta teknik “big love” pada area dada. Instrumen evaluasi terdiri atas 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya atau tidak (Instrumen Pre-test dan Post-test Common Cold, 2026).

Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan memberikan pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah penyuluhan. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Nilai dihitung dalam bentuk persentase dengan rentang 0 sampai 100. Data dianalisis secara deskriptif dengan menghitung nilai rata-rata, median, nilai minimal, nilai maksimal, distribusi jawaban benar pada setiap pertanyaan, serta perbandingan hasil pre-test dan post-test (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pendidikan kesehatan pijat common cold pada bayi dan balita dilaksanakan di RW 003 Desa Gunung Putih dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Kegiatan diawali dengan pemberian pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal responden mengenai common cold dan pijat common cold. Setelah pre-test, responden mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet, penjelasan langsung,

diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan diakhiri dengan post-test untuk mengetahui perubahan pengetahuan setelah diberikan materi (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).
Pengetahuan merupakan hasil dari proses tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Dalam pendidikan kesehatan, pengetahuan menjadi domain penting karena dapat memengaruhi cara seseorang memahami masalah kesehatan, membentuk sikap, dan menentukan tindakan. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan dan kesadaran cenderung lebih bertahan dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 2018).

Proses penyampaian materi dibantu menggunakan media leaflet agar informasi lebih mudah dipahami oleh responden. Leaflet dipilih karena dapat menyajikan informasi secara singkat, sistematis, menggunakan bahasa sederhana, dan dapat dilengkapi gambar atau ilustrasi sehingga memudahkan sasaran memahami pesan kesehatan. Dalam kegiatan ini, leaflet berperan sebagai alat bantu lihat yang mendukung penjelasan langsung dari penyuluh. Responden tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga dapat membaca ulang poin-poin penting seperti pengertian common cold, gejala, pencegahan, prinsip pijat yang aman, dan tanda bahaya pada bayi serta balita. Penggunaan media dalam pendidikan kesehatan dapat membantu menstimulasi indera penglihatan dan pendengaran sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah diterima (Notoatmodjo, 2018, Maulana, 2009).

Keunggulan leaflet sebagai media pendidikan kesehatan terletak pada sifatnya yang sederhana, murah, mudah dibawa, mudah dibagikan, dan dapat dibaca kembali oleh responden setelah kegiatan selesai. Leaflet juga membantu penyuluh menjaga alur materi agar tidak melebar, karena informasi telah disusun dalam poin-poin utama. Pada sasaran orang tua bayi dan balita, media leaflet menjadi penting karena materi common cold tidak hanya perlu dipahami saat penyuluhan berlangsung, tetapi juga perlu diingat kembali ketika anak mengalami batuk pilek di rumah. Dengan demikian, leaflet dapat menjadi pengingat praktis bagi keluarga dalam melakukan perawatan suportif dan mengenali kondisi yang membutuhkan pemeriksaan tenaga kesehatan.

Peningkatan pengetahuan melalui leaflet juga dapat dijelaskan melalui proses penerimaan informasi. Informasi yang disampaikan secara verbal sering kali mudah terlupakan apabila tidak disertai media bantu. Leaflet memberikan rangsangan visual melalui tulisan, tabel sederhana, dan gambar sehingga responden lebih mudah memahami serta mengingat pesan yang diberikan. Selain itu, leaflet memungkinkan responden membaca kembali materi secara mandiri, berdiskusi dengan anggota keluarga lain, dan menjadikannya pedoman singkat ketika melakukan perawatan di rumah. Hal ini sejalan dengan konsep pendidikan kesehatan bahwa media promosi kesehatan berfungsi memperjelas informasi, meningkatkan perhatian sasaran, dan membantu perubahan pengetahuan menuju perilaku kesehatan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2018).

Beberapa penelitian mendukung penggunaan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan. (Pratiwi et al., 2022) melaporkan bahwa media leaflet efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap pencegahan tuberkulosis. (Rahmadani & Rahayuningsih, 2024) juga menemukan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan mengenai gangguan kesehatan reproduksi pada wanita. Selain itu, (Anggraeni et al., 2024) menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan pasien tentang diabetes melitus tipe 2. Temuan-temuan tersebut memperkuat hasil kegiatan ini bahwa leaflet dapat menjadi media promosi kesehatan yang sesuai untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, termasuk dalam edukasi pijat common cold pada bayi dan balita.

Tabel I. Pengetahuan responden tentang pijat common cold sebelum diberikan materi

Mean	Median	Minimal	Maksimal
75.00	80.00	30.00	100.00

Tabel I menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, nilai rata-rata pengetahuan responden adalah 75,00 dengan median 80,00. Nilai terendah responden adalah 30,00 dan nilai tertinggi adalah 100,00. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian responden telah memiliki pengetahuan dasar mengenai common cold, namun masih terdapat responden dengan pengetahuan rendah sehingga pendidikan kesehatan tetap diperlukan untuk menyamakan pemahaman dan memperbaiki informasi yang belum tepat (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Pengetahuan awal responden dapat dipengaruhi oleh pengalaman merawat anak, informasi dari keluarga, paparan media, serta pengalaman memperoleh pelayanan di posyandu atau fasilitas kesehatan. Informasi yang diperoleh seseorang akan diproses menjadi pengetahuan, dan semakin sering seseorang memperoleh informasi yang benar maka semakin besar kemungkinan pengetahuannya meningkat. Dalam konteks perawatan anak, informasi yang jelas dan relevan menjadi sumber kekuatan keluarga dalam menjaga kesehatan anak (Maulana, 2009, Notoatmodjo, 2018).

Tabel II. Distribusi frekuensi jawaban responden sebelum diberikan materi pijat common cold

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (n)	Jawaban Salah (n)	Benar (%)
1	Batuk pilek/common cold termasuk salah satu ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut).	23	7	76.7%
2	Common cold dapat menyebabkan hidung tersumbat dan batuk ringan.	23	7	76.7%
3	Common cold pada anak selalu harus diberi antibiotik.	23	7	76.7%
4	Pijat common cold dapat membantu meredakan batuk pilek pada anak.	26	4	86.7%
5	Pijat common cold dilakukan dengan tekanan kuat hingga anak menangis agar terasa pijatannya.	28	2	93.3%
6	Waktu terbaik melakukan pijat common cold adalah setelah mandi atau sore hari.	4	26	13.3%
7	Asap rokok dapat memperburuk gangguan pernapasan pada balita.	28	2	93.3%
8	Teknik pijat common cold dapat dilakukan pada area perut dan paha.	16	14	53.3%
9	Ibu dapat melakukan pijat common cold sendiri di rumah setelah diajarkan.	27	3	90.0%
10	Teknik pijat “big love” dilakukan di area dada.	27	3	90.0%

Tabel II menunjukkan bahwa sebelum diberikan materi, sebagian besar responden sudah dapat menjawab benar pada beberapa pertanyaan dasar, seperti common cold dapat menyebabkan hidung tersumbat dan batuk ringan, asap rokok dapat memperburuk gangguan pernapasan pada balita, serta ibu dapat melakukan pijat common cold di rumah setelah diajarkan. Namun, masih terdapat jawaban salah pada beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan pemahaman common cold dan prinsip keamanan perawatan di rumah (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Pertanyaan nomor 3 mengenai penggunaan antibiotik perlu menjadi perhatian karena common cold pada anak tidak selalu harus diberi antibiotik. Common cold umumnya disebabkan oleh virus sehingga antibiotik tidak menjadi terapi rutin. Penggunaan antibiotik yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko efek samping dan resistensi

antimikroba. Oleh karena itu, orang tua perlu diberikan pemahaman bahwa perawatan utama common cold adalah perawatan suportif, pemantauan gejala, dan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan apabila terdapat tanda (DeGeorge et al., 2019).

Pertanyaan nomor 5 berkaitan dengan prinsip tekanan dalam pijat common cold. Pijat common cold tidak dilakukan dengan tekanan kuat hingga anak menangis, melainkan dilakukan secara lembut, nyaman, dan memperhatikan respons anak. Pesan ini penting ditekankan karena tujuan pijat dalam kegiatan ini adalah sebagai perawatan pendukung untuk membantu kenyamanan anak, bukan tindakan yang menimbulkan nyeri atau menggantikan pemeriksaan tenaga kesehatan (Instrumen Pre-test dan Post-test Common Cold, 2026, Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Pada materi pencegahan, responden ditekankan untuk memperhatikan kebersihan tangan, etika batuk, ventilasi rumah, asupan cairan, istirahat, serta menghindarkan anak dari asap rokok. Asap rokok dapat memperburuk gangguan pernapasan pada anak karena saluran napas bayi dan balita masih sensitif terhadap iritan. Pemahaman ini penting karena pencegahan common cold tidak hanya berkaitan dengan tindakan saat anak sakit, tetapi juga perilaku keluarga sehari-hari dalam menjaga lingkungan rumah (Kementerian Kesehatan RI, 2024, Pappas, 2017).

Tabel III. Pengetahuan responden tentang pijat common cold sesudah diberikan materi

Mean	Median	Minimal	Maksimal
90.33	90.00	70.00	100.00

Tabel III menunjukkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan, nilai rata-rata pengetahuan responden meningkat menjadi 90,33 dengan median 90,00. Nilai terendah setelah penyuluhan adalah 70,00 dan nilai tertinggi adalah 100,00. Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman responden mengenai common cold dan pijat common cold pada bayi dan balita (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Peningkatan nilai setelah penyuluhan menunjukkan bahwa metode pendidikan kesehatan yang digunakan sesuai dengan kebutuhan responden. Penyampaian materi dengan bahasa sederhana, contoh yang dekat dengan pengalaman sehari-hari, leaflet, dan sesi tanya jawab membantu responden memahami informasi yang diberikan. Pendidikan kesehatan merupakan proses belajar yang bertujuan agar individu atau kelompok tahu, mau, dan mampu melakukan perilaku sehat atas dasar kesadaran sendiri (Notoatmodjo, 2018).

Tabel IV. Distribusi frekuensi jawaban responden setelah diberikan materi pijat common cold

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (n)	Jawaban Salah (n)	Benar (%)
1	Batuk pilek/common cold termasuk salah satu ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut).	28	2	93.3%
2	Common cold dapat menyebabkan hidung tersumbat dan batuk ringan.	27	3	90.0%
3	Common cold pada anak selalu harus diberi antibiotik.	27	3	90.0%
4	Pijat common cold dapat membantu meredakan batuk pilek pada anak.	30	0	100.0%
5	Pijat common cold dilakukan dengan tekanan kuat hingga anak menangis agar terasa pijatannya.	30	0	100.0%

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (n)	Jawaban Salah (n)	Benar (%)
6	Waktu terbaik melakukan pijat common cold adalah setelah mandi atau sore hari.	18	12	60.0%
7	Asap rokok dapat memperburuk gangguan pernapasan pada balita.	30	0	100.0%
8	Teknik pijat common cold dapat dilakukan pada area perut dan paha.	21	9	70.0%
9	Ibu dapat melakukan pijat common cold sendiri di rumah setelah diajarkan.	30	0	100.0%
10	Teknik pijat "big love" dilakukan di area dada.	30	0	100.0%

Tabel IV menunjukkan adanya peningkatan jumlah jawaban benar pada seluruh pertanyaan setelah pendidikan kesehatan. Pertanyaan nomor 4, 5, 7, 9, dan 10 mencapai 30 responden menjawab benar setelah penyuluhan. Hasil ini menunjukkan bahwa responden memahami bahwa pijat common cold dapat menjadi perawatan pendukung, pijat tidak dilakukan dengan tekanan kuat, asap rokok dapat memperburuk gangguan pernapasan, ibu dapat melakukan pijat di rumah setelah diajarkan, dan teknik "big love" dilakukan pada area dada (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026, Instrumen Pre-test dan Post-test Common Cold, 2026).

Peningkatan jawaban benar pada pertanyaan mengenai antibiotik menunjukkan bahwa edukasi mampu memperbaiki pemahaman responden tentang penggunaan obat. Orang tua perlu mengetahui bahwa pemberian obat pada bayi dan balita harus dilakukan secara hati-hati dan tidak boleh sembarangan. Pada common cold, fokus utama perawatan adalah menjaga kenyamanan anak, mencukupi cairan, menjaga kebersihan, memantau gejala, dan membawa anak ke tenaga kesehatan jika gejala memburuk (DeGeorge et al., 2019, Mayo Clinic, 2023).

Hasil post-test juga menunjukkan bahwa tidak seluruh responden memperoleh nilai sempurna. Hal ini wajar karena proses penerimaan informasi dapat dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pengalaman, perhatian saat penyuluhan, dan kemampuan mengingat materi. Oleh sebab itu, kegiatan pendidikan kesehatan tidak cukup dilakukan satu kali, tetapi perlu diperkuat melalui pengulangan pesan di posyandu, konseling singkat oleh bidan, dan pendampingan kader kesehatan (Notoatmodjo, 2018, World Health Organization, 1986).

Tabel V. Distribusi pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan materi

	Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre-test	75.00	80.00	30.00	100.00
Post-test	90.33	90.00	70.00	100.00

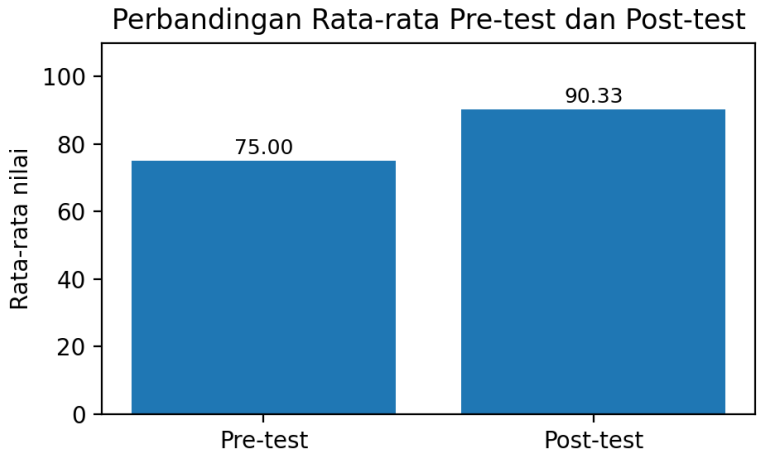
Tabel V memperlihatkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata nilai dari 75,00 pada pre-test menjadi 90,33 pada post-test. Dengan demikian, terdapat peningkatan rata-rata sebesar 15,33 poin setelah pendidikan kesehatan diberikan. Jumlah responden dengan kategori pengetahuan baik juga meningkat dari 17 responden sebelum penyuluhan menjadi 28 responden sesudah penyuluhan. Sementara itu, responden dengan kategori cukup menurun dari 12 responden menjadi 2 responden dan kategori kurang menurun dari 1 responden menjadi tidak ada (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan responden. Peningkatan pengetahuan terjadi karena responden memperoleh informasi baru yang sesuai dengan kebutuhan aktual, yaitu cara memahami common cold dan prinsip perawatan pendukung pada bayi dan balita.

Informasi yang relevan dengan pengalaman sehari-hari lebih mudah diterima karena responden dapat langsung menghubungkan materi dengan kondisi anak yang pernah mengalami batuk pilek (Notoatmodjo, 2018, Maulana, 2009).

Peningkatan pengetahuan dalam kegiatan ini tidak hanya dipengaruhi oleh penyampaian materi secara lisan, tetapi juga oleh penggunaan leaflet sebagai media pendukung. Leaflet membantu responden memahami materi secara bertahap karena informasi disajikan dalam bentuk ringkas dan mudah dibaca. Responden dapat melihat kembali isi leaflet ketika penyuluh menjelaskan materi, sehingga proses belajar berlangsung melalui kombinasi mendengar, melihat, membaca, dan berdiskusi. Kombinasi ini membuat pesan kesehatan lebih kuat dibandingkan penyuluhan tanpa media, terutama pada materi yang membutuhkan pemahaman teknis seperti teknik pijat common cold, area pijat, tekanan pijat yang aman, dan tanda bahaya pada anak.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Rahmadani dan Rahayuningsih (2024) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pendidikan kesehatan dengan media leaflet. Penelitian Pratiwi, Lucya, dan Paramitha (2022) juga mendukung bahwa leaflet efektif sebagai sarana promosi kesehatan karena mudah dibawa, mudah dibaca ulang, dan dapat digunakan sebagai sumber informasi sederhana bagi masyarakat. Pada penelitian Anggraeni, Novaria, Utami, dan Wiryanto (2024), edukasi menggunakan leaflet turut meningkatkan pengetahuan responden setelah intervensi. Dengan demikian, peningkatan nilai rata-rata dari 75,00 menjadi 90,33 pada kegiatan ini dapat dipahami sebagai hasil dari kesesuaian antara materi, metode penyuluhan, media leaflet, dan kebutuhan responden.



Gambar 1. Perbandingan nilai rata-rata pre-test dan post-test

Gambar 1 menunjukkan perbedaan rata-rata nilai sebelum dan sesudah penyuluhan. Kenaikan nilai rata-rata menggambarkan bahwa materi yang diberikan dapat meningkatkan pemahaman responden mengenai common cold, pencegahan, prinsip perawatan di rumah, dan pijat common cold sebagai terapi pendukung. Hasil ini juga menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat yang berbasis masalah nyata di masyarakat dapat memberikan manfaat langsung bagi sasaran (World Health Organization, 1986).

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menyampaikan hasil pelaksanaan kepada bidan desa dan kader sebagai dasar tindak lanjut. Keberhasilan kegiatan terlihat dari meningkatnya pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan. Tindak lanjut yang disarankan adalah penguatan edukasi tentang common cold pada kegiatan posyandu, penyampaian pesan pencegahan batuk pilek secara berulang, serta pendampingan keluarga dalam menerapkan pijat common cold secara aman setelah mendapatkan arahan dari tenaga kesehatan atau kader yang telah memahami materi

(Laporan Kelompok Pengabmas Gunung Putih, 2026, Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026).

Berdasarkan keseluruhan hasil, media leaflet dapat dipertahankan sebagai media edukasi pada kegiatan posyandu atau kunjungan rumah karena memiliki fungsi ganda, yaitu sebagai alat bantu penyuluhan dan bahan bacaan lanjutan bagi keluarga. Agar manfaatnya lebih optimal, leaflet perlu disusun dengan kalimat singkat, gambar yang jelas, ukuran huruf yang mudah dibaca, serta pesan utama yang langsung dapat diterapkan oleh orang tua. Pada edukasi common cold, isi leaflet sebaiknya menekankan pesan kunci tentang perawatan suportif, pencegahan penularan, bahaya asap rokok, prinsip pijat yang lembut, serta tanda bahaya yang memerlukan rujukan ke fasilitas kesehatan.



Gambar 2. Pendidikan Kesehatan Commond Cold

Simpulan dan Saran

Program pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan pijat common cold pada bayi dan balita di RW 003 Desa Gunung Putih bertujuan meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai common cold dan perawatan pendukung yang aman. Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan menggunakan media leaflet, diskusi, tanya jawab, serta evaluasi pre-test dan post-test pada 30 responden. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 75,00 menjadi 90,33 dengan peningkatan 15,33 poin. Kategori pengetahuan baik meningkat dari 17 responden menjadi 28 responden setelah diberikan materi. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media leaflet dapat membantu responden memahami materi secara lebih jelas karena informasi disajikan secara ringkas, visual, mudah dibawa, dan dapat dibaca ulang setelah kegiatan selesai (Data Primer Pengabmas Gunung Putih, 2026, Notoatmodjo, 2018).

Kegiatan ini bermanfaat karena membantu responden memahami bahwa common cold umumnya dapat ditangani dengan perawatan suportif, pemantauan gejala, pencegahan penularan, serta penggunaan terapi pendukung yang aman. Pijat common cold dapat diperkenalkan sebagai bentuk perawatan pendukung dengan prinsip lembut, nyaman, dan tidak menggantikan pemeriksaan tenaga kesehatan apabila anak mengalami tanda bahaya. Diharapkan bidan desa, kader, dan posyandu dapat melanjutkan edukasi common cold secara berkala agar pengetahuan masyarakat dapat dipertahankan dan diterapkan dalam perawatan anak sehari-hari (Kementerian Kesehatan RI, 2024, Mayo Clinic, 2023).

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pembimbing praktik, Kepala Desa Gunung Putih, bidan desa, kader kesehatan, serta seluruh masyarakat RW 003 Desa Gunung Putih yang telah membantu pelaksanaan pengkajian, pendidikan kesehatan, dan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

Anggraeni, N. D., Novaria, A. A., Utami, R. P., & Wiryanto, W. (2024). The Effectiveness of Leaflet and Video Educational Media toward the Knowledge of Type 2 Diabetes

Mellitus Patients. *Journal of Health and Nutrition Research*, *3*(2), 172–176. https://doi.org/10.56303/jhnresearch.v3i2.200

Data Primer Pengabmas Gunung Putih. (2026). *Olah Data Responden Pengabmas Gunung Putih 1*. Tim Pengabmas Gunung Putih.

DeGeorge, K. C., Ring, D. J., & Dalrymple, S. N. (2019). Treatment of the Common Cold. *American Family Physician*, *100*(5), 281–289.

Instrumen Pre-test dan Post-test Common Cold. (2026). *Penyuluhan Pijat Common Cold pada Bayi dan Balita*. Tim Pengabmas Gunung Putih.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Kementerian Kesehatan RI.

Laporan Kelompok Pengabmas Gunung Putih. (2026). *Laporan Kelompok Pengabdian Masyarakat Desa Gunung Putih Kecamatan Tanjung Palas Kabupaten Bulungan*. Tim Pengabmas Gunung Putih.

Maulana, H. D. J. (2009). *Promosi Kesehatan*. EGC.

Mayo Clinic. (2023). *Common Cold: Symptoms and Causes*. Mayo Foundation for Medical Education and Research.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Pappas, D. E. (2017). The Common Cold. In S. S. Long, C. G. Prober, & M. Fischer (Eds.), *Principles and Practice of Pediatric Infectious Diseases*. Elsevier.

Pratiwi, G. D., Lucya, V., & Paramitha. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Leaflet dalam Peningkatan Pengetahuan dan Sikap terhadap Pencegahan Tuberkulosis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, *8*(3), 8–13. https://doi.org/10.33023/jikep.v8i3.1153

Rahmadani, A., & Rahayuningsih, F. B. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Gangguan Kesehatan Reproduksi pada Wanita di Puskesmas Kedewan. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, *11*(1).

World Health Organization. (1986). *Ottawa Charter for Health Promotion*. World Health Organization.