

Edukasi Pijat *Common Cold* dalam Mengatasi Batuk Pilek pada Bayi Balita di UPTD Puskesmas Ainiba Kakuluk Mesak Kabupaten Belu

*Kristina Luruk Bria*¹, *Ida Sofiyanti*², *Rambu Lika Yuliana*³, *Yovita Paru Mali*⁴

¹*Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, briakristin73@gmail.com*

²*Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, idasofiyanti@gmail.com*

³*Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, rambulikayuliana@gmail.com*

⁴*Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, yovitamali09@gmail.com*

Korespondensi Email: briakristin73@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-12-18

Accepted, 2022-12-23

Published, 2023-01-21

Kata Kunci : Edukasi Pijat, Common Cold, Batuk Pilek, Bayi Balita

Keywords: Common Cold, Masage Therapi, Herbal Medicine

Abstract

Common cold disease is more common in Indonesia, which has a tropical climate with high rain intensity. One of the symptoms of the common cold is cough and runny nose, which can easily affect both children and adults. In children, complaints of cough and runny nose often occur at the age of under 5 years. On average, each child experiences 6 to 8 times each year. The causes of coughs and colds are due to rhinovirus, adenovirus, influenza virus, RSV, and coronavirus. Treatment of common cold disease can be done with therapeutic massage and with treatment using herbal plants. Several types of herbal plants have been widely studied and have benefits for treating early symptoms of the common cold, for example, thyme, liquorice, fennel, sage, red ginger. In connection with this problem, the management of the community service program team at Ngudi Waluyo University offers an educational program for the management of the common cold, especially in the UPTD area of the Ainiba Health Center, Fatuketi Village, Kakuluk Mesak sub-district. The purpose of this activity is to increase the knowledge of mothers who have babies under five years old about the management of the common cold with massage therapy and herbal medicine. The activity consisted of 3 stages and everything went smoothly and could add insight into the management of the common cold.

Abstrak

Penyakit common cold lebih sering terjadi di Indonesia yang memiliki iklim tropis dengan intensitas hujan yang tinggi. Salah satu gejala dari common cold adalah batuk dan pilek yang mudah menyerang baik pada anak maupun dewasa. Pada anak, keluhan batuk dan pilek banyak terjadi pada usia di bawah 5 tahun. Rata-rata setiap anak

mengalami 6 hingga 8 kali setiap tahunnya. Penyebab batuk dan pilek ini dikarenakan rhinovirus, adenovirus, virus influenza, RSV, dan coronavirus. Pengobatan penyakit common cold dapat dilakukan dengan pijat terapi dan dengan pengobatan menggunakan tanaman herbal. Beberapa jenis tanaman herbal telah banyak diteliti dan memiliki manfaat untuk mengatasi gejala awal pada common cold, misalnya seperti, tanaman timi, akar manis, adas, saga, jahe merah. Berkaitan dengan masalah tersebut di atas penatalaksanaan tim program pengabdian kepada masyarakat Universitas Ngudi Waluyo menawarkan program edukasi penatalaksanaan common cold khususnya di wilayah UPTD Puskesmas Ainiba Desa Fatuketi, kecamatan Kakuluk Mesak. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan ibu yang memiliki bayi bawah lima tahun tentang penatalaksanaan common cold dengan terapi pijat dan pengobatan herbal. Kegiatan terdiri dari 3 tahapan dan semuanya berlangsung lancar dan bisa menambah wawasan tentang penatalaksanaan common cold.

Pendahuluan

Penyakit infeksi merupakan penyebab utama tingginya angka kesakitan (*morbidity*) dan angka kematian (*mortality*) terutama pada negara-negara berkembang. Penyakit infeksi adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh mikroorganisme baik bakterial, virus, maupun fungi. Balita merupakan kelompok umur yang sangat rentan terhadap berbagai macam penyakit infeksi dan membutuhkan zat gizi yang relatif tinggi dibandingkan dengan kelompok umur lainnya. Pada masa balita mudah terserang penyakit karena balita mempunyai daya tahan tubuh yang lebih rendah dan lebih rentan terhadap berbagai penyakit. Penyakit yang sering diderita oleh balita adalah penyakit infeksi salah satunya yaitu *common cold*. Usia balita dapat dikelompokkan menjadi tiga golongan yaitu golongan usia bayi (0-2 tahun), golongan balita (2-3 tahun), dan golongan prasekolah (>3-5 tahun) (Ngastiyah, 2011).

Salah satu penyakit infeksi yang angka kejadiannya cukup sering, baik di dunia maupun di Indonesia adalah *common cold*. *Common cold* merupakan salah satu penyakit saluran pernapasan atas di nasofaring dan hidung yang sering mengeluarkan cairan, penyakit ini banyak dijumpai pada bayi dan anak (Ngastiyah, 2011). *Common cold* menjadi penyakit yang paling sering berada dalam daftar 10 penyakit terbanyak di puskesmas maupun di rumah sakit. Penyakit infeksi merupakan penyebab utama tingginya angka kesakitan dan angka kematian terutama pada Negara-negara berkembang. Salah satu penyakit infeksi yang angka kejadiannya cukup sering terjadi baik di dunia maupun di Indonesia adalah *common cold*. *Common cold* yang juga disebut Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA) adalah infeksi primer di nasofaring dan hidung yang sering mengeluarkan cairan, penyakit ini dijumpai pada bayi dan anak (Ngastiyah, 2011)

World Health Organization (WHO) menyatakan insidens ISPA di negara berkembang dengan angka kematian balita di atas 40 per 1000 kelahiran hidup adalah 15%-20% pertahun pada golongan usia balita. Jumlah kematian pada balita Indonesia sebanyak 151.000 kejadian, dimana 14% dari kejadian tersebut disebabkan oleh *common*. Di Indonesia kasus *common cold* menjadi salah satu penyakit infeksi yang menempati urutan teratas penyebab kematian pada balita. Pada tahun 2015-2018 terjadi peningkatan cakupan dikarenakan adanya perubahan angka perkiraan kasus dari 10% menjadi 3,55% (Ditjen P2PL, Kemenkes RI, 2019). Penyakit *common cold* pada

balita di Indonesia diperkirakan sebesar 3 sampai 6 kali per tahun, hal ini berarti seorang balita rata-rata mendapat serangan batuk pilek sebanyak 3 sampai 6 kali setahun (Colman, 2012).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018 prevalensi *common cold* di Indonesia menurut diagnosa tenaga kesehatan (dokter, bidan atau perawat) dan gejala yang dialami sebesar 9,3%. Sedangkan provinsi dengan penderita *common cold* tertinggi di Nusa Tenggara Timur (NTT) sebesar 15% dan paling sedikit di Jambi sebesar 5,5%. Prevalensi ini tertinggi pada golongan bayi dan balita.

Data yang diperoleh dari UPTD Puskesmas Ainiba, didapatkan data bahwa jumlah Bayi 45 orang anak, Balita : 148 orang anak di UPTD Puskesmas Ainiba. Dalam satu tahun terakhir tercatat ada beberapa kasus ISPA di wilayah kerja UPTD Puskesmas Ainiba. Pada tahun 2021 terdapat kasus ISPA Sebanyak : 313 kasus (L : 102 kasus, P : 211 kasus). Dampak dari penyakit *common cold* pada bayi dan balita akan berdampak buruk apabila tidak di tangani dengan baik akan mengalami komplikasi yang lebih serius seperti bronkhitis atau pneumonia (Ngastiyah, 2011).

Berdasarkan pada analisa situasi didapatkan permasalahan yang mencakup hal – hal sebagai berikut : Kurangnya pengetahuan orang tua bayi balita tentang penatalaksanaan *common cold* dengan terapi pijat serai pengobatan herbal, kurangnya pengetahuan orang tua tentang obat herbal yang ada di sekitar pekarangan rumah sendiri seperti : bawang Merah, jahe, kencur, Kunyit, madu, dan jeruk nipis dan Kurangnya pengetahuan orang tua (ibu – ibu) tentang tehnik pijit *common cold* yang baik dan benar.

Metode

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode pemberian pendidikan kesehatan. Diawali dengan Survey awal dan perijinan dilakukan di UPTD Puskesmas Ainiba dengan wawancara kepada bidan koordinator tentang kebutuhan informasi kesehatan. Survey di lakukan pada tanggal 05 September 2022. Kemudian bidan koordinator membantu memberitahu sasaran yaitu orang tua bayi balita di Wilayah kerja UPTD. Puskesmas Ainiba, da terdapat 10 peserta (orang tua balita) yang mengikuti acara penyuluhan.

Kegiatan penyuluhan diadakan pada hari Sabtu 24 September 2022 pukul 10.00 WITA sampai dengan selesai. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini kami melakukan pengkajian terlebih dahulu mengenai pengetahuan batuk pilek kepada para peserta penyuluhan dengan metode pre tes. Kemudian tahap berikutnya kami tim mahasiswa memberikan pendidikan kesehatan tentang batuk pilek, pijat *common cold* dan pengobatan herbal pada balita *common cold*. Sarana yang di gunakan untuk mendukung kegiatan adalah media promosi kesehatan berupa booklet dari Sofiyanti, dkk (2021), untuk pelatihan melakukan edukasi menggunakan alat bantu boneka sebagai media pelatihan. Kemudian setelah peserta menyimak penjelasan yang kami berikan, lalu kami melakukan evaluasi berupa tanya jawab dengan peserta agar saling terjalin hubungan yang dekat antara mahasiswa dengan peserta. Setelah itu kami memberikan evaluasi dengan metode pos tes.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan kami selaku mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo yaitu dalam memberikan pendidikan kesehatan batuk pilek dan pijat *Common Cold* dalam upaya mengatasi batuk pilek pada Balita yang dilaksanakan pada tanggal 24 September 2022 sudah dilaksanakan dengan sepenuhnya (100%). Dari hasil pelaksanaan pendidikan kesehatan selama 1 hari yang diikuti oleh ibu-ibu atau orang tua yang memiliki bayi/balita, ternyata kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik dari para peserta dan menjadi lebih mengetahui penanganan batuk pilek pada anak dengan melakukan pijat *Common Cold* dan terapi herbal pendidikan kesehatan kepada orang tua bayi balita tentang batuk pilek, pijat *common cold* dan terapi herbal.



Gambar 1. kegiatan terapi pijat *common cold*

Pengetahuan ibu-ibu yang memiliki bayi balita tentang penilaian sebelum dan sesudah setelah diberikanya materi penyuluhan.

Tabel 1 Pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita tentang penilaian sebelum dan sesudah setelah diberikanya materi penyuluhan.

	Mean	Median	Minimal	Max
Pre	5,4	5	4	9
Post	8,2	8	6	9

Hasil pre test ibu bayi balita didapatkan bahwa nilai terendah 4 dan nilai tertinggi adalah 9 sementara nilai rata ratanya adalah 5,4. Hasil ini menunjukkan bahwa masih banyak kurang pengetahuan ibu bayi balita tentang *common cold*. Ini di sebabkan karena beberapa ibu bayi balita sudah pernah mendapatkan informasi tentang *common cold* dan terapi herbal melalui media massa sedangkan yang lainnya belum pernah mendapatkan informasi kesehatan.

Hasil post test didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 6 dan nilai tertinggi adalah 9 sedangkan nilai rata – ratanya menjadi 8,2 hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan.

Tabel 2 Distribusi penilaian jawaban peserta sebelum diberikan materi penyuluhan

No	Pertanyaan	Jawaban		Total
		Benar (%)	Salah (%)	
1	Apakah menurut ibu sakit batuk, pilek dan tenggorokan disebabkan oleh infeksi bakteri?	5	5	100
2	Apakah menurut ibu sakit batuk pilek, tenggorokan disebabkan oleh virus?	2	8	100
3	Menurut ibu apakah batuk pilek adalah hal yang biasa terjadi pada anak – anak	7	3	100
4	Rata rata setiap anak mengalami batuk, pilek, hidung mampet 6 – 8 kali setaip bulan	9	1	100
5	Gejala gejala pilek biasanya dapat pulih 7 – 10 hari	5	5	100
6	Menurut ibu apakah pilek dapat menular?	9	1	100
7	Apakah ibu pernah mendengar tentang apa itu common cold	6	4	100
8	Apakah perubahan cuaca dapat menyebabkan terjadinya pilek pada anak?	7	3	100
9	Apakah ibu percaya bahwa harus ke dokter/puskesmas ketika anak menderita pilek	6	4	100

No	Pertanyaan	Jawaban		Total
		Benar (%)	Salah (%)	
10	Apakah ibu /bapak percaya bahwa dengan beristirahat cukup dan mengkonsumsi makanan bernutris dapat memperbaiki kondisi tubuh saat terkena pilek dan demam?	6	4	100

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang kami bagikan menunjukkan masih kurangnya pengetahuan pada ibu-ibu yang memiliki balita pada pertanyaan no 1 tentang “pengertian batuk pilek” dan pada no 2 tentang penyebab batuk pilek dan no 5 tentang waktu pemulihan gejala batuk pilek. Pada point tersebut yang menjawab salah (50%) maka dapat diartikan bahwa peserta penyuluhan tidak mengetahui pengertian, penyebab dan waktu pemulihan gejala dari batuk pilek. Menurut teori batuk pilek adalah infeksi virus yang menyerang hidung dan tenggorokan yang sering mengenai bayi dan anak. (Ngastiyah, 2018). Teori ini sangatlah penting untuk diketahui oleh para ibu-ibu yang memiliki bayi balita, selain itu batuk pilek juga merupakan infeksi virus yang menyerang saluran nafas atas (hidung sampai tenggorokan) dan menimbulkan gejala ingus meler dan hidung mampet, batuk sering disertai demam dan sakit kepala (Arifianto, 2018).

Tabel 3 Distribusi penilaian jawaban peserta setelah diberikan materi penyuluhan

No	Pertanyaan	Jawaban		Total
		Benar (%)	Salah (%)	
1	Apakah menurut ibu sakit batuk, pilek dan tenggorokan disebabkan oleh infeksi bakteri?	7	3	100
2	Apakah menurut ibu sakit batuk pilek, tenggorokan disebabkan oleh virus?	9	1	100
3	Menurut ibu apakah batuk pilek adalah hal yang biasa terjadi pada anak – anak	10	0	100
4	Rata rata setiap anak mengalami batuk, pilek, hidung mampet 6 – 8 kali setaip bulan	9	1	100
5	Gejala gejala pilek biasanya dapat pulih 7 – 10 hari	9	1	100
6	Menurut ibu apakah pilek dapat menular?	10	0	100
7	Apakah ibu pernah mendengar tentang apa itu common cold	9	1	100
8	Apakah perubahan cuaca dapat menyebabkan terjadinya pilek pada anak?	7	3	100
9	Apakah ibu percaya bahwa harus ke dokter/puskesmas ketika anak menderita pilek	9	1	100
10	Apakah ibu /bapak percaya bahwa dengan beristirahat cukup dan mengkonsumsi makanan bernutris dapat memperbaiki kondisi tubuh saat terkena pilek dan demam?	6	4	100

Dari tabel 4 menunjukkan bahwa setelah diberikanya informasi pendidikan kesehatan melalui media yang kami berikan tentang “pendidikan kesehatan batuk pilek dan pijat *common cold* dalam upaya mengatasi batuk pilek” menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner post tes dari hasil pengisian kuesioner pada pertanyaan no 2 sakit batuk pilek, tenggorokan disebabkan oleh virus hampir seluruh ibu–ibu bayi balita (90 %) menjawab benar yang dapat di artikan para ibu hamil mengetahui penyebab *common cold / pilek*.

Hal ini dapat diketahui dari hasil demonstrasi, dimana peserta sebelum dilakukan upaya peningkatan pengetahuan dengan *common cold massage therapy*, para orang tua belum mengetahui bahkan belum bisa melakukan. Tetapi setelah dilakukan upaya peningkatan pengetahuan dengan *common cold massage therapy* 90% para orang tua bisa melakukan dengan mandiri serta dari hasil monitoring dan evaluasi dengan cara orang tua bayi balita sudah bisa langsung melakukannya di boneka.

Kegiatan evaluasi dilakukan pada tanggal 23 september 2022 di UPTD Puskesmas Ainiba Desa Fatuketi. Kegiatan ini bertujuan untuk menyampaikan hasil pelaksanaan kegiatan kepada bidan koordinator dan bidan desa dan menyusun rencana tindak lanjut untuk keberlanjutan program.

Tim pengabdian menyampaikan hasil kegiatan pada bidan desa, kepala UPTD Puskesmas Ainiba dan dosen pembimbing. Keberhasilan kegiatan dapat dilihat dengan terjadinya peningkatan pengetahuan ibu bayi balita setelah dilakukan edukasi melalui pelatihan. Keberhasilan ini tak lepas dari peran media promosi kesehatan yang digunakan yaitu metode pelatihan menggunakan *active learning* yang sangat memudahkan ibu-ibu bayi balita.

Simpulan dan Saran

Dari hasil kegiatan penyuluhan yang kami berikan kepada para peserta terdapat peningkatan pengetahuan dari sebelum dan sesudah diberikanya materi penyuluhan. Hasil pre test ibu bayi balita didapatkan bahwa nilai terendah 4 dan nilai tertingginya adalah 9 sementara nilai rata ratanya adalah 5,4. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan pseserta penyuluhan tentang pendidikan kesehatan batuk pilek dan pijat *common cold* dalam upaya mengatasi batuk pilek. Sedangkan dari hasil post tes didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 6 dan nilai tertinggi adalah 9 sedangkan nilai rata-ratanya menjadi 8,2 hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan. Dengan demikian para orang tua mengalami adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikanya informasi mengenai pendidikan kesehatan batuk pilek dan pijat *common cold* dalam upaya mengatasi batuk pilek.

Kemudian saran untuk bidan melakukan kegiatan promosi kesehatan tentang masalah kesehatan yang sering terjadi pada bayi balita yang rentan terkena *common cold* dan melakukan kegiatan promosi kesehatan secara rutin dengan bekerja sama melalui puskesmas Ainiba.

Ucapan Terima Kasih.

Terima kasih kami sampaikan teruntuk :

- a. Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan kesempatan pada kami mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat
- b. LPPM Ngudi Waluyo yang memfasilitasi
- c. UPTD Puskesmas Ainiba yang bersedia bekerja sama dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat

Daftar Pustaka

Colman. (2012). Disease of the nose, throat and ear, and heat and neck: a handbook for students and practitioners. *Fourteenth Edition*. Singapo Longman.

Depkes R1, (2005), *Pharmaceutical Care untuk Penyakit Saluran Pernafasan*, Departemen Kesehatan RI, Jakarta

Diane, E. P., Owen, H., (2011), The common cold and decongestant therapy, *Pediatrics in Review*, 32:47-55.

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Ngastiyah.(2011). *Perawatan Anak Sakit*. Edisi 2. Jakarta : EGC.

Kemenkes, (2017), *Formularium Ramuan Obat Tradisional Indonesia*, Menteri Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta

Sofiyanti, I, Ramadhani, M.A., Astuti, F.P., Setyowati, H., (2021). *Booklet penatalaksanaan Common Cold pada anak dengan terapi herbal dan pijat common cold*. Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo: Semarang

Widyawati, M.N. Suprihatin, K. Sutarmi. (2017). *Healthy mom, baby massage and Spa. Indonesian Holistic Care Association (IHCA)*.