

Pijat *Common Cold* untuk Mengurangi Batuk Pilek pada Bayi dan Balita di Desa Lebak

Sita Salsha Bellatika¹, Yulinda Yasa Putri², Yulia Nur Khayati³, Ninik Christiani⁴

¹Kebidanan Progam Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, sittasalsha@gmail.com

²Kebidanan Progam Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, yulindayasaputri1@gmail.com

³Kebidanan Progam Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, yulia.farras@gmail.com

⁴Kebidanan Progam Sarjana, Universitas Ngudi Waliyo, christianinik@gmail.com

Korespondensi Email: sittasalsha@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2023-06-22

Accepted, 2023-07-02

Published, 2023-07-24

Keywords: *Common Cold*, Massage Baby Therapy

Kata Kunci : Batuk Pilek, Terapi Pijat Bayi

Abstract

Cold cough in babies is a common health problem that affects the quality of life of babies and their families. Massage therapy has been widely used to reduce symptoms of cough and cold in children, but not many mothers or health cadres in Lebak Village know about common cold massage and handling their babies/toddlers when they suffer from common cold is to take them to a health facility to get medicine. This community service activity is carried out through direct counseling in Lebak village carried out in several stages, namely licensing to the village midwife and then carrying out activities for common cold toddlers. Participants in this activity totaled 9 toddlers who met the inclusion criteria. Massage therapy performed on infants/toddlers can increase the child's weight, increase neuromotor development, better emotional bonds, reduce the rate of nosocomial infections (including the common cold) (Kulkarni et al, 2010). It is hoped that this community service can provide a better understanding of the effectiveness of Common Cold Massage Therapy in reducing cold coughs in infants in Lebak Village.

Abstrak

Batuk pilek pada bayi merupakan masalah kesehatan umum yang memengaruhi kualitas hidup bayi dan keluarga mereka. Terapi pijat telah digunakan secara luas untuk mengurangi gejala batuk pilek pada anak-anak, namun tidak banyak ibu maupun kader Kesehatan di Desa Lebak yang mengetahui mengenai pijat Common cold dan penanganan bayi/balita mereka ketika menderita common cold adalah membawa ke tempat fasilitas kesehatan untuk mendapatkan obat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan langsung di desa Lebak dilaksanakan beberapa tahapan yaitu perizinan kepada bidan desa kemudian pelaksanaan kegiatan pada balita common cold. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 9 balita yang memenuhi kriteria inklusi. Terapi pijat yang dilakukan pada bayi/balita dapat membuat berat badan anak naik, peningkatan

perkembangan neuromotorik, ikatan emosional yang lebih baik, penurunan tingkat infeksi nosocomial (termasuk didalamnya Common cold) (Kulkarni et al, 2010). Diharapkan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang efektivitas terapi pijat Common Cold Massage Therapy dalam mengurangi batuk pilek pada bayi di Desa Lebak.

Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019 common cold atau ISPA merupakan salah satu penyakit infeksi yang sering terjadi. WHO memperkirakan insidensi ISPA di Negara berkembang 2 dengan angka kematian balita diatas 40 per 1000 kelahiran hidup adalah 15-20% pertahun pada golongan usia bayi dan balita. Pemberian ASI dapat menurunkan angka kematian bayi akibat ISPA. Dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian Common Cold mempunyai efek signifikan pada bayi (WHO, 2019).

Common cold di masyarakat sering disebut dengan batuk pilek. Batuk pilek yang terjadi pada bayinya merupakan salah satu kekhawatiran tersendiri yang menjadikan alasan ibu tersering untuk membawa ke dokter. Orang tua cemas dengan batuk, pilek dan radang tenggorokan pada bayinya karena biasanya kondisi ini menyebabkan bayi/balita susah makan. Gejala mulai muncul 1 – 3 hari setelah terinfeksi. Gejala awal berupa rasa tidak enak dari hidung atau tenggorokan. Kemudian mulai bersin-bersin, hidung meler dan merasa sakit ringan yang terkadang disertai dengan demam. Cairan encer keluar dari hidung pada hari-hari pertama yang selanjutnya menjadi lebih kental (Sutarmi et al., 2018).

Terapi komplementer yang dapat membantu meringankan gejala-gejala Common cold adalah pijat. Pijat yang dilakukan pada bayi/balita dapat membuat berat badan anak naik, peningkatan perkembangan neuromotorik, ikatan emosional yang lebih baik, penurunan tingkat infeksi nosocomial (termasuk didalamnya Common cold) (Kulkarni et al, 2010). Gerakan pijat untuk bayi/balita Common cold menurut Sutarmi (2018) salah satunya adalah menggetarkan dada dan punggung untuk membawa lender ke saluran besar sehingga bayi/balita otomatis akan batuk-batuk dan lendirnya akan keluar. Lendir tersebut akan keluar bersama kotoran. Terapy pijat ini sangat efektif dilakukan pada bayi/balita yang menderita common cold.

Ibu yang mempunyai anak balita di Desa Lebak banyak yang mengeluhkan bahwa anaknya mengalami batuk dan pilek, serta banyak ibu dan kader kesehatan belum mengenal terapi komplementer berupa pijat yang berguna untuk mengurangi batuk dan pilek. Di Desa Lebak belum pernah diadakan pemberian materi ataupun kegiatan yang bisa membantu balita mengurangi common cold. Kegiatan ini akan melakukan pemberian materi tentang common cold dan juga melakukan gerakan pijat untuk balita yang berguna untuk membantu balita mengurangi common cold (Afandi, 2011).

Metode Desain Penelitian:

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa praktik penerapan pijat *common cold* untuk mengurangi batuk pilek pada bayi dan balita di Desa Lebak. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa tahap yaitu pada tahap 1 melakukan perijinan kepada Bidan Desa Lebak. Tahap 2 yaitu pelaksanaan kegiatan dengan pemberian PreTest untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang pijat *common cold* untuk mengurangi gangguan batuk dan pilek pada bayi dan balita. Tahap 3 yaitu pemberian materi tentang pijat *common cold* pada ibu, penyampaian materi menggunakan media dengan Leaflet, PPT, dan phantom. Tahap 4 melakukan pijat *common cold* pada bayi dan balita. Tahap 5 evaluasi dengan pemberian kuisioner PostTest.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pijat Bayi Commond Cold dilakukan pada tanggal 20 Juni 2023, yang diikuti oleh 9 batita yang umurnya bermacam-macam mulai dari umur 3 bulan sampai 18 bulan. Kegiatan diawali dengan pemberian PreTest untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang Pijat Bayi untuk mengurangi gangguan batuk dan pilek pada batita, materi disampaikan dengan tujuan agar dapat menambah pengetahuan ibu sehingga diharapkan nanti dapat mengatasi gangguan batuk dan pilek di Desa Lebak. Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan metode *small discusscion*. Secara teori yang menggunakan metode *small discussion* adalah proses pembelajaran dengan melakukan diskusi kelompok kecil tujuannya agar peserta didik memiliki keterampilan memecahkan masalah terkait materi pokok dan persoalan yang dihadapi sehari-hari. Ismail (2018), dimana metode ini melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran untuk berdiskusi dan menyampaikan pengetahuan awal. Salah satu pembelajaran yang menempatkan ibu dengan batita yang menempatkan pusat pembelajaran yang seperti diuraikan diatas adalah pembelajaran *small discusion* atau diskusi kelompok kecil. Proses penyampaian materi menggunakan media dengan Leafleat, PPT, dan phantom harapannya dapat membantu proses penyampain pesan sehingga lebih mudah dipahami oleh ibu. Materi penyuluhan menggunakan bahasa yang disesuaikan dengan sasaran penyuluhan sehingga pesan yang disampaikan dapat dipahami dan dimengerti. Selain itu, alat bantu atau alat yang digunakan oleh penyuluhan sangat berperan dalam tersampainya materi, dimana pada pengabdian ini menggunakan power point, leaflet, dan phantom.

Kegiatan kelas balita dengan model *small groub discustion* dan media yang digunakan pada gambar sebagai berikut:



Gambar 1.1 ibu sangat antusias mengikuti kelas balita

Hal ini juga ditunjukkan dengan hasil nilai PreTes dan PostTest sebagai berikut:

Tabel 1.1 Pengetahuan ibu tentang gangguan batuk dan pilek dan pijat bayi sebelum dan sesudah diberikan di kelas balita.

	Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre	6,8	7	5	8
Post	9,2	9	8	10

Hasil PreTest didapatkan bahwa bahwa nilai terendah 5 dan tertingginya adalah 8 sementara nilai rata ratanya adalah 7. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu tentang gangguan batuk dan pilek serta pijat bayi pada balita ini disebabkan karena beberapa ibu yang sudah pernah mendapatkan informasi tentang gangguan batuk dan pilek serta pijat bayi dari media massa sedangkan yang lainnya belum pernah mendapatkan informasi kesehatan bayi. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Apabila perilaku didasari pengetahuan, kesadaran dan sikap positif maka perilaku tersebut akan bersikap langgeng

(long tasting). Sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan berlangsung lama. Pengetahuan ibu tentang pijat bayi merupakan alasan utama yang membuat ibu mau membawa bayinya untuk melakukan pijat bayi. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu yaitu usia, pendidikan, pekerjaan serta pengalaman ibu (Kurrota, 2018). Dari teori tersebut jelas disebutkan bahwa informasi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang.

Tabel 1.2 Pengetahuan ibu tentang gangguan batuk dan pilek dan pijat bayi sebelum diberikan di kelas balita.

No.	Pertanyaan	Jawaban Benar	Jawaban Salah	Total (%)
1.	Common cold merupakan penyakit batuk pilek yang sering dialami oleh bayi dan balita.	9	0	100
2.	Pijat bayi adalah terapi sentuh kontak langsung dengan kulit yang memberikan rasa aman dan nyaman bagi bayi.	9	0	100
3.	Waktu pijat terbaik dilakukan sehabis mandi.	5	4	100
4.	Manfaat pijat bayi dapat meningkatkan berat badan.	5	4	100
5.	Pijat bayi dapat membina ikatan kasih sayang ibu dan anak.	6	3	100
6.	Anak yang panas tidak dapat dilakukan pijat.	2	7	100
7.	Anak yang sehabis makan dapat dilakukan pijat.	7	2	100
8.	Pijat secara rutin di rumah dapat meningkatkan pertumbuhan anak.	6	3	100
9.	Pijat memerlukan alat dan bahan yang mahal.	5	4	100
10.	Pijat common cold sangat efektif untuk bayi atau anak yang menderita batuk pilek.	7	2	100

Berdasarkan hasil pengisian kuisioner PreTest menunjukkan masih kurangnya pengetahuan ibu pada pertanyaan nomor 6 “anak yang panas dapat dilakukan pijat” hampir 20% ibu menjawab salah yang dapat diartikan para ibu tidak mengetahui salah satu kontraindikasi dari pijat bayi.

Kontra indikasi dari pijat bayi menurut Globalmed Learning Center (2015) terdapat 6 poin kontra indikasi dari pijat bayi yaitu:

1. Memijat bayi langsung setelah selesai makan
2. Memijat saat bayi tidur
3. Memijat dalam keadaan demam
4. Memaksa bayi yang tidak mau di pijat
5. Memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi
6. Membangunkan bayi khususnya untuk pemijatan

Tabel 1.3 Pengetahuan ibu tentang gangguan batuk dan pilek dan pijat bayi sesudah diberikan di kelas balita.

No.	Pertanyaan	Jawaban Benar	Jawaban Salah	Total (%)
1.	Commond cold merupakan penyakit batuk pilek yang sering dialami oleh bayi dan balita.	9	0	100
2.	Pijat bayi adalah terapi sentuh kontak langsung dengan kulit yang memberikan rasa aman dan nyaman bagi bayi.	9	0	100
3.	Waktu pijat terbaik dilakukan sehabis mandi.	9	0	100
4.	Manfaat pijat bayi dapat meningkatkan berat badan.	7	2	100
5.	Pijat bayi dapat membina ikatan kasih sayang ibu dan anak.	8	1	100
6.	Anak yang panas tidak dapat dilakukan pijat.	7	2	100
7.	Anak yang sehabis makan dapat dilakukan pijat.	9	0	100
8.	Pijat secara rutin di rumah dapat meningkatkan pertumbuhan anak.	8	1	100
9.	Pijat memerlukan alat dan bahan yang mahal.	9	0	100
10.	Pijat commond cold sangat efektif untuk bayi atau anak yang menderita batuk pilek.	9	0	100

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner post test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu pada pertanyaan no.6 “anak yang panas dapat dilakukan pijat” hampir seluruh ibu (70%) menjawab benar yang dapat diartikan para ibu sudah mengetahui kontraindikasi dari pijat bayi.

Kesimpulan dan Saran

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gangguan batuk dan pilek pada balita dan pijat bayi melalui kelas balita. Kegiatan ini diawali dengan 1 bidan desa dan 9 balita serta 4 kader yang masing-masing merupakan perwakilan dusun melalui metode pembelajaran active learning dengan small group discussion. Dari kegiatan tersebut didapatkan ada peningkatan pengetahuan ibu setelah dilakukan kelas balita pada pijat bayi. Kegiatan selanjutnya adalah evaluasi kegiatan bersama bidan desa sebagai pengelola pada ibu yang mempunyai balita di Desa Lebak untuk menyampaikan hasil kegiatan dan merumuskan rencana tindak lanjut di Desa Lebak. Dan diharapkan melakukan kegiatan promosi kesehatan secara rutin dan bekerjasama dengan Bidan Desa Lebak mengenai masalah kesehatan tentang pijat bayi untuk mengatasi gangguan batuk dan pilek.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada Universitas Ngudi Waluyo, Dosen Pembimbing Praktik, PMB Bidan Nur Ika Sari, Kader Posyandu Desa Lebak, Ibu dengan balita Desa Lebak yang telah membantu proses pengabdian masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan semestinya.

Daftar Pustaka

- Febrianti, R., & Selvi Yanti, J. (2021). Pijat Batuk Pilek Pada Bayi Di Kelurahan Maharani Kecamatan Rumbai Pesisir. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 95–98. <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss2.92>
- Nurjanah, S., Pratiwi, E. N., Ernawati, E., & Wijayanti, W. (2020). Upaya Peningkatan Keterampilan Kader Dengan Common Cold Massage Therapy Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Surakarta. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 2(1), 75–81. <https://doi.org/10.22437/jssm.v2i1.11165>
- Sagita, C. D., Veftisia, V., Munawaroh, S. F., Sukma, L., Abdiyanti, Hikmah, R., & Yunita, M. (2021). Pendidikan Kesehatan Batuk Pilek Dan Pijat Common Cold Dalam Upaya Mengatasi Batuk Pilek Pada Batita. *In Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan*, 103–109. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/semnasbidan/article/view/1097>
- Salafas, E., & Luvi Dian Afriyani. (2023). Edukasi Pijat Bayi sebagai Terapi Common Cold. *Indonesian Journal of Community Empowerment (Ijce)*, 5(1), 57–60. <https://doi.org/10.35473/ijce.v5i1.2325>
- Yulianti, E., & Selvi Yanti, J. (2021). Asuhan Kebidanan Pada By.H Dengan Keluhan Batuk Pilek Menggunakan Therapy Pijat Di Pmb Hasna Dewi Di Kota Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 126–131. <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.580>