

TEKNIK PIJAT UNTUK BATUK DAN PILEK SEBAGAI UPAYA PREVENTIF GANGGUAN BERSIHAN JALAN NAFAS PADA BAYI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUNGAI RAYA DALAM

Lince Amelia ¹, Ditha Astuti ^{P2}, Dinar Wulanpuspita³, Indah Dwi Rahayu ⁴
¹²³⁴⁵ Prodi Ners Keperawatan STIK Muhammadiyah Pontianak
Email: linceamelia2@gmail.com

ABSTRAK:

ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) merupakan salah satu penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat. Sebagian besar dari infeksi saluran pernapasan hanya bersifat ringan seperti batuk-pilek, disebabkan oleh virus, dan tidak memerlukan pengobatan dengan antibiotik. Infeksi saluran pernapasan bagian atas terutama yang disebabkan oleh virus. Penyakit ISPA merupakan penyakit yang sering terjadi pada anak, karena sistem pertahanan tubuh anak masih rendah. Diperkirakan 3 sampai 6 kali per tahun kejadian penyakit batuk-pilek pada balita di Indonesia, yang berarti seorang balita rata-rata mendapat serangan batuk-pilek sebanyak 3 sampai 6 kali setahun. Salah satu contoh terapi non farmakologis adalah terapi pijat bayi. Pijat bayi adalah terapi sentuhan yang Manfaat dari pijat bayi adalah memacu sistem sirkulasi darah, jantung, pernafasan, pencernaan dan sistem kekebalan tubuh bayi dan anak. Teknik pijat untuk batuk dan pilek sebagai upaya preventif gangguan bersihan jalan nafas pada bayi di wilayah kerja puskesmas sungai raya dalam.

Kata Kunci: Teknik pijat bayi, gangguan bersihan jalan nafas, bayi

ABSTRACT

ARI (Acute Respiratory Infection) is one of the most common diseases affecting the community. Most of the respiratory tract infections are mild, such as colds, are caused by viruses, and do not require treatment with antibiotics. Upper respiratory tract infections are mainly caused by viruses. ARI is a disease that often occurs in children, because the child's immune system is still low. It is estimated that 3 to 6 times per year the incidence of colds in children under five in Indonesia, which means that an average toddler gets bouts of colds 3 to 6 times a year. One example of non-pharmacological therapy is infant massage therapy. Baby massage is a touch therapy. The benefits of baby massage are to stimulate the blood circulation system, heart, respiration, digestion and immune system of infants and children. Massage techniques for coughs and colds as a preventive effort to clean the airway for babies in the work area of Sungai Raya Dalam Public Health Center.

Keywords: Infant massage techniques, airway clearing disorders, babies

Pendahuluan

Penyakit batuk, pilek dan demam merupakan bentuk dari ISPA yang paling sering menyerang pada balita. ISPA adalah proses inflamasi yang disebabkan oleh virus, bakteri, atipikal (mikroplasma) atau substansi asing yang melibatkan suatu atau semua bagian saluran pernafasan. Sebagian besar dari infeksi saluran pernapasan hanya bersifat ringan seperti batuk-pilek, disebabkan oleh virus, dan tidak memerlukan pengobatan dengan antibiotik.

ISPA yang berlanjut menjadi pneumonia (radang paru-paru) sering terjadi pada anak-anak terutama apabila terdapat gizi kurang dan dikombinasi dengan keadaan lingkungan yang tidak sehat. Risiko terutama terjadi pada anak-anak karena meningkatnya kemungkinan infeksi silang, beban immunologisnya terlalu besar karena dipakai untuk penyakit parasit dan cacing, serta tidak tersedianya atau malah berlebihannya pemakaian antibiotik. Hingga saat ini angka kematian akibat ISPA yang berat masih sangat tinggi.

Kejadian penyakit batuk-pilek pada balita di Indonesia diperkirakan 3 sampai 6 kali per tahun, yang berarti seorang balita rata-rata mendapat serangan batuk-pilek sebanyak 3 sampai 6 kali setahun. Presentase kejadian ISPA di Indonesia berdasarkan prevalensi nasional yaitu sebanyak 25% (16 Provinsi di atas angka nasional), angka kesakitan (morbiditas) pneumonia pada bayi 2,2%, balita 3%. Angka kematian (mortalitas) pada bayi 23,8% dan balita 15,5%.

Saat ini, berbagai terapi untuk mengatasi gangguan bersihan jalan nafas sudah banyak dikembangkan, seperti terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Salah satu contoh terapi non farmakologis adalah terapi pijat bayi. Pijat bayi adalah terapi sentuhan, yang merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam. *Touch therapy* adalah salah satu teknik yang mengkombinasikan manfaat fisik sentuhan manusia dengan manfaat emosional seperti ikan batin (*bounding*). Manfaat dari pijat bayi adalah memacu sistem sirkulasi darah, jantung, pernafasan, pencernaan dan sistem kekebalan tubuh bayi dan anak.

Peran aktif keluarga dalam menangani ISPA sangat penting, karna penyakit ISPA merupakan penyakit yang sangat sering terjadi dalam kehidupan keluarga. Hal ini perlu mendapatkan perhatian serius, karena biasanya keluarga menganggap ISPA pada bayi merupakan penyakit biasa yang sering timbul dan tidak berbahaya serta bisa menghilang dengan sendirinya. Berdasarkan pendataan yang telah dilakukan bahwa, masih banyak terdapat ibu-ibu yang belum

mengetahui tentang penanggulangan bersihan jalan nafas nafas dan untuk pencegahan maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat yang berjudul Teknik pijat untuk batuk dan pilek sebagai upaya preventif gangguan bersihan jalan nafas pada bayi di wilayah kerja puskesmas sungai raya dalam.

BAHAN DAN METODE

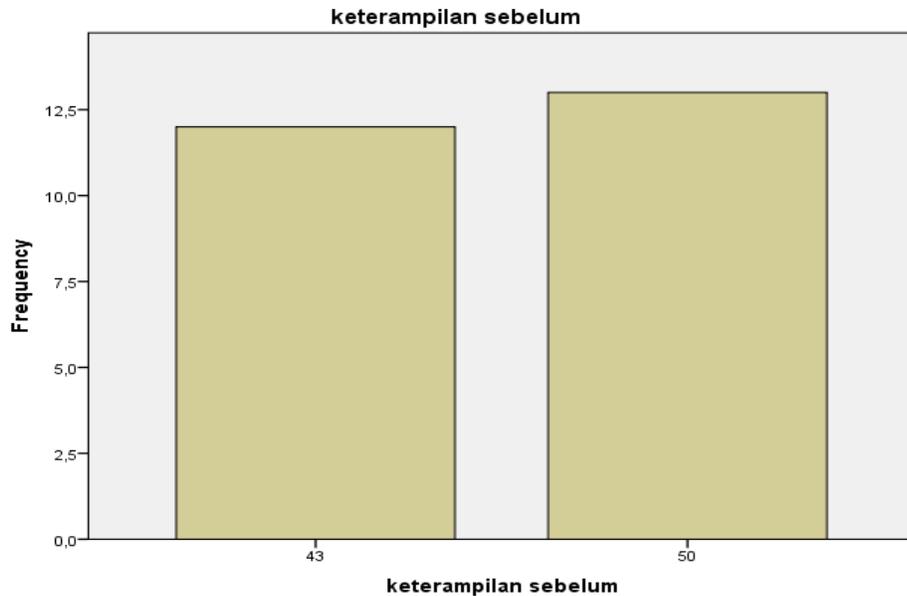
Media yang digunakan adalah media audiovisual dan demonstrasi dari fasilitator mengenai teknik pijat bayi. Peserta yang Teknik Pijat pada bayi adalah ibu-ibu yang memiliki bayi usia 1 tahun di Desa Mekar Jaya dan didampingi oleh kader dan perwakilan puskesmas, Kegiatan dilakukan selama selama 30 menit, dan evaluasi selama 15 menit. Evaluasi dilakukan dengan pertanyaan dan diminta untuk mempraktekan kembali cara melakukan teknik pijat bayi untuk batuk dan pilek pada bayi. Sehingga bisa sekaligus diobservasi apakah peserta memahami materi dan demonstrasi yang telah dipraktekan.

HASIL

Peserta Teknik pijat untuk batuk dan pilek pada gangguan bersihan jalan nafas pada bayi wilayah kerja puskesmas sungai raya dalam adalah adalah ibu-ibu yang memiliki bayi usia 1 tahun di wilayah kerja puskesmas Sungai Raya berjalan dengan lancar. Kegiatan ini diikuti oleh 30 peserta dari wilayah Desa Mekar Jaya. Pada tahap Persiapan dilakukan pada satu hari sebelum pelaksanaan yang dibantu oleh beberapa mahasiswa. Persiapan yang dilakukan diantaranya adalah pengadaan materi pelatihan, alat peraga (boneka dan baby oil) yang dikemas didalam “goody bag” untuk dibagikan kepada ibu dan mempersiapkan konsumsi yang akan diberikan kepada ibu. Tidak ada kendala dalam pelaksanaan persiapan.

Pelaksanaan Kegiatan pelatihan teknik pijat untuk batuk dan pilek ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen program studi ners STIK Muhammadiyah Pontianak tahun 2018. Seluruh rangkaian kegiatan dilakukan 1 hari dimulai pukul 08.00-13.00 wib pada tanggal 11 maret 2019. Kegiatan ini diawali dengan proses registrasi peserta pada pukul 7.30 wib. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 25 orang. Pada pembukaan pelatihan disampaikan materi tentang pengertian batuk dan flu, penyebab batuk dan pilek, tanda dan gejala, penatalaksanaan teknik pijat batuk pilek. Kegiatan selanjutnya mendemonstrasikan teknik pijat batuk dan pilek, para peserta didampingi oleh mahasiswa sebagai asisten instruktur

dimulai dengan pengertian terapi pijat, manfaat terapi pijat, tahapan-tahapan terapi pijat. Dari keseluruhan materi yang disampaikan antusiasme sangat tinggi terlihat pada praktek pijat pada phantom bayi dan pembagian doorprize. Untuk mengetahui respon peserta serta evaluasi terhadap pelatihan yang sedang berlangsung maka dibuat kuesioner. Adapun pertanyaan dan rekapitulasi jawaban peserta adalah sebagai berikut.



gambar diagram keterampilan sebelum

Keterampilan sebelum dilakukan pelatihan sebanyak 48 % dengan total 43, dan 52% dengan total 50. Dengan rata-rata 46,67.

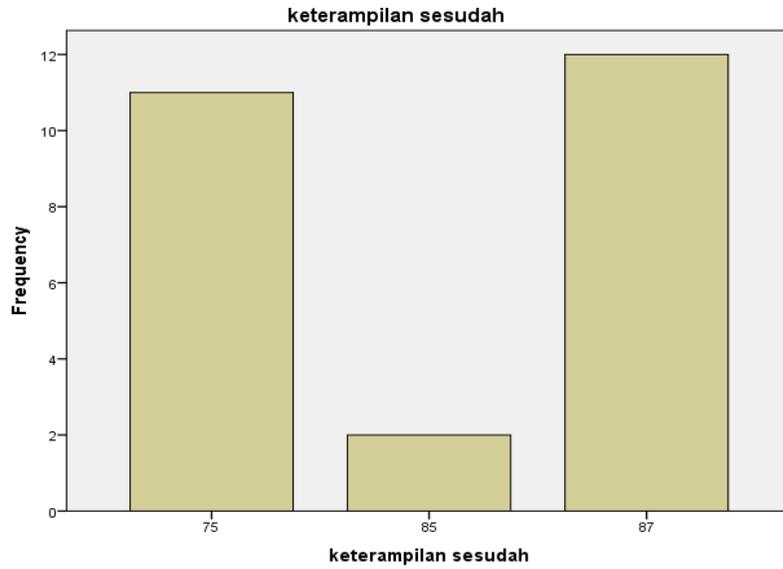


Diagram keterampilan sesudah

Keterampilan sesudah dilakukan pelatihan sebanyak 44 % peserta dengan total 75, 8% peserta dengan total 85 dan 48% peserta dengan total 87. Dengan rata-rata 81,56.

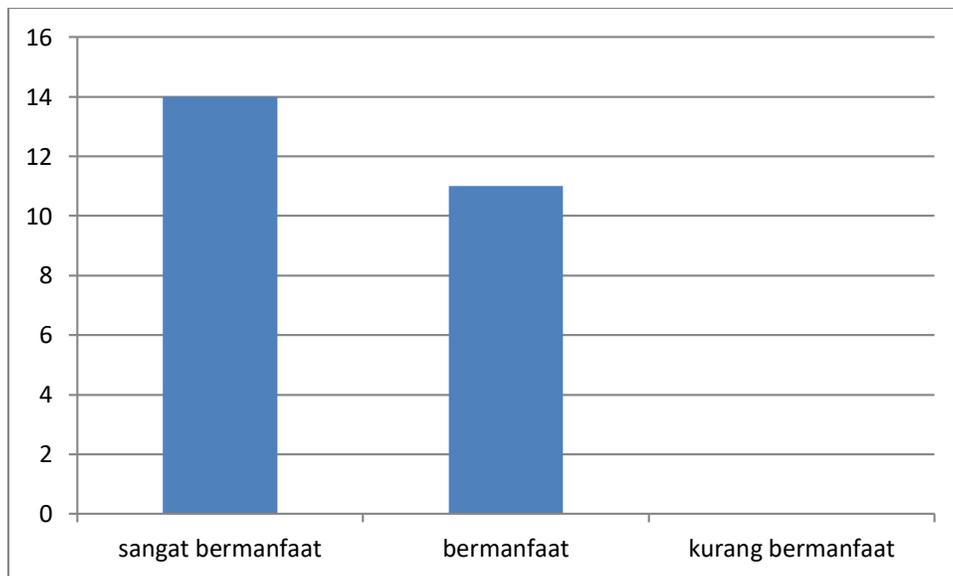


Diagram hasil kuesioner kebermanfaatan pelatihan

Sebanyak 56 % peserta pelatihan menyatakan bahwa kegiatan pelatihan sangat bermanfaat dan 44% lainnya menyatakan bermanfaat. Hal ini membuktikan kebutuhan

orang tua dalam melakukan penatalaksanaan bayi dengan batuk pilek sesuai dengan analisis situasi yang dilakukan sebelumnya.

Pasca kegiatan, Setelah kegiatan selesai dilaksanakan, tahap selanjutnya pemberian kenang-kenangan pada ibu dan pembuatan laporan akhir pengabdian kepada masyarakat.

PEMBAHASAN

ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) merupakan salah satu penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat. Sebagian besar dari infeksi saluran pernapasan hanya bersifat ringan seperti batuk-pilek, disebabkan oleh virus, dan tidak memerlukan pengobatan dengan antibiotik. Infeksi saluran pernapasan bagian atas terutama yang disebabkan oleh virus. Penyakit ISPA merupakan penyakit yang sering terjadi pada anak, karena sistem pertahanan tubuh anak masih rendah. Risiko terutama terjadi pada anak-anak karena meningkatnya kemungkinan infeksi silang, beban immunologisnya terlalu besar karena dipakai untuk penyakit parasit dan cacing, serta tidak tersedianya atau malah berlebihannya pemakaian antibiotik. Hingga saat ini angka kematian akibat ISPA yang berat masih sangat tinggi.

Diperkirakan 3 sampai 6 kali per tahun kejadian penyakit batuk-pilek pada balita di Indonesia, yang berarti seorang balita rata-rata mendapat serangan batuk-pilek sebanyak 3 sampai 6 kali setahun. Peran aktif keluarga dalam menangani ISPA sangat penting, karna penyakit ISPA merupakan penyakit yang sangat sering terjadi dalam kehidupan keluarga. Hal ini perlu mendapatkan perhatian serius, karena biasanya keluarga menganggap ISPA pada bayi merupakan penyakit biasa yang sering timbul dan tidak berbahaya serta bisa menghilang dengan sendirinya.

Berbagai terapi untuk mengatasi gangguan bersihan jalan nafas sudah banyak dikembangkan, seperti terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Salah satu contoh terapi non farmakologis adalah terapi pijat bayi. Pijat bayi adalah terapi sentuhan, yang merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam. *Touch therapy* adalah salah satu teknik yang mengkombinasikan manfaat fisik sentuhan manusia dengan manfaat emosional seperti ikan batin (*bounding*). Manfaat dari pijat bayi adalah memacu sistem sirkulasi darah, jantung, pernafasan, pencernaan dan sistem kekebalan tubuh bayi dan anak. Sehingga Teknik pijat untuk batuk dan pilek merupakan salah satu upaya preventif mengatasi gangguan bersihan jalan nafas pada bayi.

PENUTUP

1. Kesimpulan Teknik pijat untuk batuk dan pilek pada bayi merupakan salah satu upaya preventif mengatasi gangguan bersihan jalan nafas pada bayi wilayah kerja puskesmas Sungai Raya Dalam
2. Merupakan salah satu upaya promosi, pencegahan, dan mengurangi angka penyakit ISPA dengan peran serta orang tua yang memiliki bayi 1 tahun di wilayah kerja Puskesmas Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya
3. Peserta mampu memahami materi yang disampaikan dengan baik, sera peserta dapat mempraktekan kembali teknik pijat untuk batuk dan pilek yang telah di demonstrasikan. Peserta dapat memberikan feedback ketika dilakukan evaluasi. Peserta terlihat aktif dan bersemangat selama mengikuti kegiatan.

2. Saran

- a. Peserta disarankan untuk tetap melakukan Teknik pijat untuk batuk dan pilek pada bayi dirumah sesuai dengan langkah-langkah yang telah diberikan.
- b. Kepada pihak puskesmas serta kader disarankan untuk dapat mendorong masyarakat untuk melakukan kegiatan pencegahan, dan pengurangan angka kesakitan melalui pemberdayaan masyarakat, sebagai bentuk upaya promosi kesehatan.

Referensi

Alsagaff. (2006). *Dasar-dasar ilmu penyakit paru*. Surabaya : Universitas air langga.

Depkes RI (1996). *Buku pedoman pemberantasan penyakit ISPA*. Jakarta

Praytyahara, dayu.(2012) .*The Miracle Touch for Your Baby*. Jogyakarta.Buku biru

Wong,D.L.,Hockenberry-EatonM., Wilson, D., Winkelstein, M.L., & Schwartz, P. (2009).
Bukuajar :Keperawatan pediatric. (edisi 6). Jakarta :EGC

World Health Organization (2013).*World Health Statistics 2013*.France Library Cataloguing-in-Publication Data.

Lampiran

Dokumentasi