

UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN KADER DENGAN *COMMON COLD MASSAGE THERAPY* DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMBIRSARI SURAKARTA

Siti Nurjanah¹, Erinda Nur Pratiwi², Ernawati³, Wijayanti⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi,
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email: sitinurjanah040109@gmail.com

Abstrak

Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak. Salah satu pijat sebagai therapy adalah common cold massage therapy sangat efektif untuk bayi atau anak yang menderita batuk pilek.

Setelah dilakukan upaya peningkatan keterampilan diharapkan kader di wilayah kerja Puskesmas Gambirsari dapat melakukan common cold massage therapy sebagai bahan ajar kepada ibu dalam BKB (bina keluarga balita). Metode pelaksanaan dengan demonstrasi dan diskusi. Media yang digunakan menggunakan phantom bayi, baby oil, LCD, Laptop, dan proyektor. Pelaksanaan pendidikan kesehatan dilaksanakan pada kegiatan posyandu yaitu pada bulan September 2019-Februari 2020.

Hal pengabdian masyarakat adalah 90% kader bisa melakukan dengan mandiri *common cold massage therapy*. Serta dari hasil monitoring dan evaluasi dengan cara pertemuan kembali di Posyandu Tanggul Asri, 90% kader memberikan demonstrasi *common cold massage therapy* kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita.

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader tentang *common cold massage therapy* di Posyandu Tanggul Asri wilayah Puskesmas Gambirsari Kota Surakarta.

Kata Kunci : Keterampilan, *Common Cold Massage Therapy*

Abstract

Baby massage is a direct contact therapy with the body that can provide a feeling of security and comfort to babies. Regular baby massage will increase catecholamine hormones (epinephrine and norepinephrine) which can stimulate growth and development because they increase appetite, gain weight, and stimulate the development of brain structure and function. One of the massage therapy is the common cold massage therapy which is very effective for babies or children who have a common cold.

After efforts to improve skills, it is expected that cadres in the Gambirsari Community Health Center work area can carry out common cold massage therapy as a teaching material for mothers in BKB (family development for toddlers). Implementation method with demonstration and discussion. The media used uses phantom babies, baby oil, LCD, laptop, and projector. The implementation of health education is carried out in posyandu activities, namely in September 2019-February 2020

The matter of community service is that 90% of cadres can do the common cold massage therapy independently. As well as from the results of monitoring and evaluation by meeting again at the

Tanggul Asri Posyandu, 90% of the cadres gave demonstrations of common cold massage therapy to mothers who had babies and toddlers.

Based on the implementation of community service, it can be concluded that there is an increase in the knowledge and skills of cadres about common cold massage therapy at the Tanggul Asri Posyandu in the Gambirsari Community Health Center, Surakarta City.

Keywords: *Skills, Common Cold Massage Therapy*

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 (Darmadi, 2008).

Salah satu penyakit infeksi yang angka kejadiannya cukup sering baik di dunia maupun di Indonesia adalah *common cold*. *Common cold* yang juga disebut Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA) adalah infeksi primer di nasofaring dan hidung yang sering mengeluarkan cairan, penyakit ini banyak dijumpai pada bayi dan anak (Ngastiyah, 2011).

Batuk pilek merupakan alasan tersering membawa anak ke dokter. Umumnya orangtua merasa khawatir akan batuk, pilek dan radang tenggorokan pada anak-anak serta karena anak menolak makan. Kekhawatiran ini disebabkan karena para orangtua tidak memahami patofisiologi batuk pilek (yang dikenal juga sebagai *common cold*, faringitis akut atau rhinofaringitis akut) sehingga mereka tidak

menyadari bahwa tidak ada satupun obat yang dapat menyembuhkan *common cold* (Pujiarto, 2014).

Common cold sangat rentan terjadi pada balita dan anak-anak. Gejala mulai timbul dalam waktu 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. Kadang disertai demam ringan. Hidung mengeluarkan cairan yang encer dan jernih pada hari-hari pertama. Selanjutnya secret hidung menjadi lebih kental, berwarna kuning hijau (Sutarmi, 2018).

Obat minum pun juga tidak cukup dijadikan andalan untuk memulihkan kondisi anak. Sifat alamiah yang dimiliki oleh anak-anak ialah cenderung rewel dan sulit untuk minum obat. Apalagi pada anak yang pernah terpapar oleh minum obat minum yang rasanya pahit, tentunya hal ini menyebabkan rasa trauma pada anak untuk minum obat. Sehingga diperlukan metode tambahan untuk mendukung proses penyembuhan anak (Sutarmi, 2018).

Pijat memiliki beberapa efek positif dalam hal penambahan berat badan, pola tidur yang lebih baik, peningkatan perkembangan

neuromotorik, ikatan emosional yang lebih baik, penurunan tingkat infeksi nosokomial salah satunya *common cold* (Kulkarni et al, 2010).

Terapi pijat telah menunjukkan efek positif untuk mengatasi permasalahan pada bayi prematur, masalah pencernaan termasuk sembelit dan diare, serta untuk penyakit saluran pernapasan seperti asma dan *common cold* (Field, 2019).

Salah satu gerakan *common cold massage therapy* dengan menepuk-nepuk dan menggetarkan dada serta punggung untuk membawa lendir ke saluran besar sehingga anak akan otomatis batuk-batuk dan lendir akan keluar. Pada anak biasanya lendir akan keluar bersama kotoran. Salah satu pijat sebagai therapy adalah *common cold massage therapy* sangat efektif untuk bayi atau anak yang menderita batuk pilek (Sutarmi, 2018).

Hasil identifikasi dan analisis situasi pada mitra pengabdian kepada masyarakat didapatkan beberapa permasalahan diantaranya banyaknya kasus balita yang menderita batuk pilek, kurangnya pengetahuan orang tua tentang *common cold*, ketidaktahuan kader tentang alternatif lain dalam meringankan gejala *common cold* yaitu salah satunya dengan pijat.

Sejalan dengan hal itu kader mempunyai peran dalam layanan Bina Keluarga Balita (BKB) untuk menyelenggarakan pertemuan penyuluhan dan membantu

ibu/keluarga memecahkan masalah yang dihadapi. Kader berperan secara nyata dalam perkembangan tumbuh kembang anak dan kesehatan ibu. Sasaran kegiatan BKB adalah keluarga yang mempunyai anak balita (Pujiati, 2017).

Solusi yang ditawarkan adalah peningkatan keterampilan yang didapatkan melalui pengetahuan dan *Common Cold Massage Therapy* yang diikuti oleh kader kesehatan dengan praktik.

LANDASAN TEORI

Massage therapy merupakan suatu bentuk therapy yang menggunakan sentuhan kelembutan yang sistematis, yang difokuskan pada bagian tubuh tertentu, atau secara keseluruhan, dengan tujuan untuk penyembuhan dan relaksasi (Sutarmi, 2018).

Massage bagi seorang anak sangat berperan sebagai booster terhadap stress, karena sering kali anak-anak mendapatkan stres yang kuat dari sekolah, keluarga atau dengan teman sebaya. Stress ini dapat menyebabkan ketidakseimbangan sistem imune dan sistem hormon. Dengan memberikan massage secara rutin akan dapat membantu menurunkan stres sehingga anak-anak bisa tidur nyenyak (Sutarmi, 2018).

Anak-anak berespon positif terhadap berbagai bentuk massage. Sensasi sentuhan dan bonding memberikan effect therapeutic pada anak yang sedang dimassage, sehingga kadand

akan tertidur sebelum massage selesai. Hal ini merupakan tanda atau point effect positive dari therapy massage (Sutarmi, 2018).

Pediatric massage therapy didefinisikan sebagai manipulasi secara manual pada jaringan lunak untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan bagi anak-anak dengan tekanan, kecepatan dan teknik yang bervariasi sesuai dengan kebutuhan (Sutarmi, 2018).

Pada saat memberikan massage therapy kecepatan tekanan harus disesuaikan dengan tujuannya dimana ada bagian tubuh tertentu yang tidak boleh dipijat atau harus diberikan kecepatan yang tinggi atau berulang-ulang (Sutarmi, 2018).

Pediatric massage therapy terbukti sangat efektif untuk anak-anak yang menderita asma, batuk pilek, konstipasi dan colic abdomen serta bayi prematur (Sutarmi, 2018).

Anak yang menderita batuk pilek (common cold) berkepanjangan dan lendirnya sangat kental, tidak cukup dipulihkan dengan obat minum. Untuk mendukung proses penyembuhan anak, bisa dilakukan dengan chest terapi atau terapi dada (Sutarmi, 2018).

Prosedur pediatric massage therapy pada common cold: *Sinus line, Ears, neck and chin Check rain drop, Big love, Butterfly, Toby top-intercosta, , Chest rain drop, Back and forth, Sweeping neck to bottom, Sweeping neck to feet, Back circles, Circle over the scapula, Back rain drop, Back rain drop, Pitching, Relaxation.*

Setiap gerakan dilakukan sebanyak 6 kali.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode demonstrasi, diskusi/tanya jawab yang dilengkapi dengan alat peraga. Demonstrasi digunakan untuk mengajarkan teknik *Common Cold Massage Therapy* pada kader. Metode tanya jawab digunakan baik pada saat dilangsungkannya pendidikan kesehatan maupun pada akhir pendidikan kesehatan untuk mengetahui seberapa paham peserta terkait materi pendidikan kesehatan yang disampaikan. Alat peraga yang digunakan berupa phantom bayi, baby oil, pengalasan, leaflet *common cold massage* serta LCD dan laptop.

METODE PENDEKATAN

Metode pendekatan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah pertemuan lintas sektoral pihak Puskesmas Gambirsari Surakarta, Posyandu Tanggul Asri dan bersama Dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi STIKes Kusuma Husada Surakarta dilakukan pada tanggal 24 Oktober 2019 pukul 08.00 WIB bertempat di Posyandu Tanggul Asri berkaitan dengan jadwal pelaksanaan pengabdian masyarakat.

PROSEDUR KEGIATAN

Prosedur kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu dimulai

dengan penyusunan proposal pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada bulan September 2019. Kualifikasi proposal pengabdian dilakukan dengan presentasi bersama tim reviewer. Setelah itu melakukan koordinasi surat tugas dengan LPPM dan Pertemuan lintas sektoral pihak Puskesmas Gambirsari Surakarta, Posyandu Tanggul Asri dan bersama Dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi STIKes Kusuma Husada Surakarta dilakukan pada tanggal 24 Oktober 2019 Pukul 08.00 WIB bertempat di Posyandu Tanggul Asri berkaitan dengan jadwal pelaksanaan pengabdian masyarakat. Persiapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2019 dengan mengumpulkan seluruh tim, melakukan apresepsi mengenai kegiatan yang akan disiapkan dan menyiapkan leaflet untuk media pelaksanaan. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 15 Januari 2020 sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan bersama dengan pihak kader di posyandu menggunakan metode demonstrasi dan tanya jawab. Monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan selesai yaitu dengan melakukan pertemuan kembali di posyandu pada tanggal 30 Januari 2020. Didalam proses monitoring koordinator beserta tim anggota akan mengevaluasi kader tentang

mengajarkan kembali *common cold massage therapy* kepada ibu melalui BKB.

HASIL KEGIATAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Prodi Profesi Bidan Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu Upaya Peningkatan Keterampilan Kader Dengan Common Cold Massage Therapy Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Surakarta pada tanggal 15 Januari 2020 dan monitoring pada tanggal 27 Januari 2020 bekerjasama dengan pihak posyandu sudah dilaksanakan sepenuhnya (100%).

Dari hasil pelaksanaan pendidikan kesehatan selama 1 hari yang diikuti oleh kader, ternyata kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik oleh kader menjadi lebih terampil dalam melakukan *Common Cold Massage Therapy*. Hal ini dapat diketahui dari hasil demonstrasi, dimana peserta sebelum dilakukan upaya peningkatan keterampilan kader dengan common cold massage therapy, kader belum bisa melakukan. Tetapi setelah dilakukan upaya peningkatan keterampilan kader dengan *common cold massage therapy* 90% kader bisa melakukan dengan mandiri serta dari hasil monitoring dan evaluasi dengan cara pertemuan kembali di Posyandu Tanggul Asri, 90% kader memberikan demonstrasi *common cold massage therapy* kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi dan balita.

Berdasarkan hasil monitoring dan evaluasi kader menunjukkan bahwa pengetahuan dan ketrampilan kader setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang *common cold massage therapy* Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari menunjukkan bahwa keterampilan kader lebih baik setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Penyuluhan kesehatan dapat diberikan melalui media informasi seperti demonstrasi dan ceramah. Dalam pemberian pendidikan kesehatan salah satu metode yang efektif adalah demonstrasi (Susilo, 2011). Pendidikan kesehatan ini dilakukan dengan pemberian keterampilan tentang *common cold massage therapy*

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Peningkatan pengetahuan kader di wilayah kerja Puskesmas Gambirsari sebesar 90 % tentang teknik *common cold massage therapy*
2. Peningkatan keterampilan kader di wilayah kerja Puskesmas Gambirsari sebesar 90 % tentang *common cold massage therapy*

Saran

1. Bagi Puskesmas
Diadakan penyuluhan kesehatan dengan topik yang berbeda untuk meningkatkan

pengetahuan dan perubahan perilaku hidup sehat.

2. Bagi Kader
Mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan untuk mendapatkan wawasan untuk meningkatkan pelayanan Bina Keluarga Balita (BKB) dalam rangka membantu ibu/keluarga memecahkan masalah yang dihadapi.

Gambar 1 dan 2. Kegiatan demonstrasi *common cold massage therapy*



DAFTAR PUSTAKA

1. Darmadi. 2008. Infeksi Nosokomial : Problematika dan Pengendaliannya. Jakarta : Salemba Medika.
2. Darmanto, D. (2009). *Respirologi*. Jakarta: EGC.
3. Kemenkes RI. 2016. Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta : Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.
4. Kemenkes RI. 2012. Ayo ke Posyandu Setiap Bulan. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan.
5. Kulkarni et al. 2010. Massage and Touch Therapy in Neonates: The Current Evidences Vol. 47. *Journal Indian Pediatrics*.
6. Koes, I. (2015). *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Bandung: Alfabeta. hal 294-295.
7. Malikhah, Nurul, et al. (2019). *Baby Massage with Common Cold Massage Oil on Temperatur change, Pulse Rate, Frequency of Breath, Sleep Quality and Number of Streptococcus Bacteria in Toddler with Acute Respiratory Infection*". *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(1),407-410.
8. Matina, H., Beulah, H., & David, A. (2015). *Effectiveness of massage therapy on respiratory status among toddlers with lower respiratory tract infection*. *Nitte University Journal of Health Science*, 5(2), 49–54. Diambil dari <http://nitte.edu.in/journal/june2015/10.pdf%5Cnhttp://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&CSC=Y&NEWS=N&PAGE=fulltext&D=emed17&AN=606476858>.
9. Matu, M., Kikivi, G., Wanzala, P., Karama, M., & Symekher, S. (2014). *Aetiology of Acute Respiratory Infections in Children under Five Years in Nakuru, Kenya*. *Journal of Microbiology & Experimentation*, 1(4), 1–8. <https://doi.org/10.15406/jmen.2014.01.00021>
10. Ngastiyah. 2011. Perawatan Anak Sakit. Edisi 2. Jakarta : EGC
11. Pujiati W, Budhiartati E., Utsman. 2017. Peran Kader Dalam Layanan Bina Keluarga Balita (Matahari Xi Kelurahan Bojongbata Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang). Universitas Negeri Semarang
12. Sutarmi, Kusmini, & W, M. N. (2014). *Mom Massage, Baby Massage and Spa*. Semarang: IHCA.
13. Sutarmi, Kusmini dan Nurul M. 2018. *Pediatric Massage Therapy*. Semarang : Indonesian Holistik Care Association.
14. Tanto, C., Liwang, F., Hanifati, S., & Pradipta, E. (2015). *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta: Penerbit Media Aesculapius. hal 172