BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Teori

2.1.1 Balita

1) Pengertian Balita

   Balita adalah anak usia 12-59 bulan atau lebih tepatnya usia < 5 tahun. Kesehatan balita sangat penting diperhatikan, karena pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan fisik sangat cepat.

2) Pertumbuhan dan Perkembangan Balita

   Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan atau bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan sehingga dapat diukur satuan berat dan panjang. Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh, kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa sosial dan kemandirian.

3) Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pertumbuhan dan Perkembangan Balita

   (1) Faktor Dalam (Internal)

      a. Ras atau Etnik atau Bangsa

         Balita yang dilahirkan dari keturunan Indonesia tidak memiliki ras bangsa lain begitupun sebaliknya.

b. Keluarga

Faktor keluarga berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkebangan balita dilihat dari postur tubuh keluarga seperti ayah dan ibu. Postur tubuh keduanya dilihat dari tinggi, sedang atau pendek, gemuk atau kurus.

c. Umur

Umur menentukan pertumbuhan dan perkembangan, karena kecepatan pertumbuhan yang pesat terjadi pada masa prenatal, tahun pertama kehidupan, Balita dan masa remaja.

d. Jenis Kelamin

Fungsi reproduksi pada anak perempuan berkembang lebih cepat daripada laki-laki.

e. Genetik

Genetik adalah bawaan anak yaitu potensi anak yang akan menjadi ciri khasnya.

(2) Faktor Luar (Eksternal)

a. Gizi

Nutrisi untuk balita juga harus diperhatikan agar pertumbuhan dan perkembangannya baik.

b. Lingkungan

Lingkungan adalah tempat anak hidup yang berfungsi sebagai penyedia kebutuhan dasar anak.

c. Psikologis

Faktor psikologis yang dimaksud adalah bagaimana hubungan anak dengan orang sekitarnya. Anak yang selalu merasa tertekan akan mengalami hambatan dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya.

d. Sosial ekonomi

Kemiskinan selalu berkaitan dengan kekurangan makanan, kesehatan lingkungan yang jelek dan ketidaktahuan. Keadaan seperti ini dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangan anak

e. Stimulasi

Stimulasi untuk anak sangatlah penting. Stimulasi bisa dilakukan sedini mungkin. Stimulasi ini berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak.

f. Obat-obatan

Pemakaian kortikosteroid jangka lama akan menghambat pertumbuhan.

g. Penyakit

Penyakit yang tidak cepat ditangani akan berdampak pada kehidupan anak. Penyakit apapun jika dibiarkan begitu saja tanpa penanganan akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan balita. Penyakit yang juga berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak adalah ISPA (Batuk

Pilek). Anak yang terjangkit ISPA akan kehilangan nafsu makan. Dampak dari nafsu makan yang berkurang adalah pertumbuhan dan perkembangan balita sehingga menyebabkan stunting.

2.1.2 Batuk Pilek (Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA))

1) Pengertian

ISPA adalah penyakit menular dari saluran pernapasan mulai dari infeksi ringan sampai parah. ISPA meliputi batuk pilek biasa (*common cold*) dan radang tenggorokan (*pharyngitis*). ISPA diawali dengan batuk pilek biasa atau batuk pilek ringan yang berlangsung beberapa hari disertai demam dan lama kelamaan bertambah parah.

Batuk pilek adalah infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) yang umumnya diderita oleh balita. Batuk pilek sebagian besar disebabkan oleh virus dan dapat sembuh dengan sendirinya. Puncak gejala batuk pilek sekitar hari ke-3 atau ke-4, yang awalnya berupa cairan bening, kemudian dapat berubah menjadi lebih kental (Gitawati, 2014).

2) Penyebab Batuk Pilek

Batuk pilek merupakan penyakit yang sering menyerang anak usia dibawah 5 tahun. Sistem kekebalan tubuh merupakan faktor terpenting dalam penularan batuk pilek. Anak usia dibawah

5 tahun mudah terserang batuk pilek karena sistem kekebalan tubuhnya masih belum sempurna.

Berikut merupakan penyebab batuk pilek yaitu sebagai berikut :

(1) Virus

Beberapa virus sebagai penyebab batuk pilek adalah *rhinovirus*, virus *Influenza*, virus *Parainfluenza*, dan *Adenovirus* merupakan penyebab batuk pilek tersering pada anak usia dibawah 5 tahun.

(2) Perilaku individu

Perilaku merupakan faktor penting dalam pencegahan batuk pilek. Perilaku hidup bersih harus selalu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Lingkungan yang kurang bersih merupakan tempat perkembangan virus dan bakteri. Selain itu, ketersedian air bersih juga merupakan pencegahan batuk pilek khususnya pada anak kurang dari 5 tahun.

3) Patofisiologi Batuk Pilek

Batuk pilek berawal dari virus yang masuk ke saluran pernafasan mulai dari hidung, tenggorokan dan laring. Virus tersebut masuk melalui udara yang terinfeksi atau kontak langsung dengan permukaan yang terjangkit virus. Setelah masuk ke saluran pernapasan, virus dan bakteri akan berkembang biak sehingga menyebabkan pembengkakan, iritasi dan peradangan pada

membran mukosa yang menimbulkan rasa gatal dan sakit pada tenggorokan. Sebagai respon dari iritasi dan peradangan, tubuh akan memproduksi banyak lendir yang bertujuan menangkap dan mengangkut virus keluar dari tubuh. Produksi lendir tersebut dapat menyebabkan hidung tersumbat, keluarnya ingus yang berlebihan atau bisa disebut meler. Selain itu, sistem kekebalan tubuh juga merespon dengan memicu peradangan yang dapat menginfeksi saraf-saraf di saluran pernapasan, sehingga menyebabkan batuk. Siklus batuk pilek biasanya berlangsung selama beberapa hari hingga satu minggu tergantung sistem kekebalan tubuh dan jenis virus yang menyebabkan infeksi.

4) Tanda Gejala Batuk Pilek

Batuk-pilek gejalanya cukup ringan, dan hanya berlangsung selama kurun waktu tertentu. Rata-rata batuk-pilek berlangsung selama seminggu hingga sepuluh hari. Bila seorang anak mengalami *common cold*, umumnya gejala yang dirasakan meliputi demam yang tak telalu tinggi, sakit kepala, lemas, bersin-bersin, hidung mampet, hidung meler, radang tenggorokan, dan batuk. Ingus yang encer bening maupun kental, berwarna kuning atau hijau kadang juga menyertai gejala *common cold*.

Tanda gejala batuk pilek pada balita, yaitu :

(1) Frekuensi batuk

Frekuensi batuk pada balita yang terjangkit virus tergantung pada tingkat keparahan penyakit. Frekuensi batuk pilek ringan umumnya jarang mengalami batuk atau paling banyak 14 kali dalam sehari. Sedangkan frekuensi batuk pada gejala batuk pilek sedang paling sering 24 kali dalam sehari. Untuk gejala batuk pilek berat umumnya frekuensi batuknya lebih banyak dan sering sekitar 35 kali sehari.

(2) Wheezing

Pada balita yang terjangkit virus umumnya disertai dengan suara berderak atau mengi akibat tersumbatnya saluran napas. Namun untuk gejala batuk pilek ringan tidak diserai adanya wheezing atau mengi.

(3) Pengeluaran dahak

Pada kasus balita yang terjangkit virus batuk pilek pasti disertai dengan produksi lendir yang banyak. Namun pada kasus batuk pilek ringan cara pengeluaran lendir atau dahak lebih mudah karena produksi nya tidak terlalu banyak hingga menyebabkan saluran pernapasan atau tenggorongan tertutup lendir. Tetapi pada kasus batuk pilek sedang atau berat pengeluaran dahaknya lebih sulit karena produksi lendir yang

berlebih hingga menutupi saluran pernapasan atau tenggorokan.

(4) Frekuensi bersin

Bersin merupakan reaksi tubuh untuk menghilangkan benda asing yang mengganggu saluran pernapasan. Gejala batuk pilek timbul karena adanya virus, bakteri atau jamur, sehingga saat virus menyerang saluran pernapasan maka tubuh bereaksi untuk mengeluarkan virus atau bakteri dengan bersin. Pada kasus gejala batuk pilek ringan frekuensi bersin lebih sedikit sedangkan pada gejala batuk pilek sedang atau berat frekuensi bersin lebih sering sekitar > 10 kali dalam sehari.

(5) Hidung tersumbat

Hidung tersumbat terjadi karena adanya lendir yang menutup saluran pernapasan. Lendir tersebut terproduksi karena adanya virus yang menyerang. Salah satu gejala batuk pilek pada balita yaitu produksi lendir yang berlebih. Saat produksi lendir berlebih, maka lendir tersebut akan menyumbat saluran pernapasan dan menyebakan hidung tersumbat. Pada kasus batuk pilek balita umumnya akan menyebabkan hidung tersumbat jika gejalanya sedang atau berat.

(6) Mata berair

Gejala ini disebabkan karena ketiba balita mengalami pilek atau flu. Pada beberapa kasus mata berair ada jika gejala batuk pilek nya sedang atau parah.

5) Tanda gejala kesembuhan batuk pilek

Batuk pilek pada balita bisa dikatakan sembuh apabila gejala batuk pilek telah berkurang secara signifikan dan tubuh sudah kembali ke kondisi sehat secara keseluruhan.

Berikut adalah tanda-tanda gejala batuk pilek pada balita dikatakan sembuh adalah :

(1) Pemulihan gejala batuk pilek

Gejala batuk pilek pada balita dikatakan sembuh apalabila batuk, wheezing, pilek, hidung tersumbat, dan mata berair secara bertahap mulai mereda dan menghilang.

(2) Peningkatan energi

balita yang telah sembuh dari batuk pilek akan kembali berenergi dan sehat secara keseluruhan.

(3) Aktivitas normal

Balita yang sembuh dari batuk pilek akan kembali ke aktivitas sehari-hari tanpa gangguan apapun.

6) Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Batuk Pilek

(1) Umur

Umur sangat berpengaruh terhadap kejadian ISPA, balita lebih mudah terkena ISPA dan lebih berisiko dibandingkan dengan orang dewasa, hal ini disebabkan imunitas balita yang belum sempurna. ISPA cenderung menyerang pada anak balita dikarenakan pada masa itu sistem kekebalan tubuhnya masih kurang sehingga bibit penyakit mudah masuk khususnya penyakit infeksi seperti ISPA. Balita usia 2-5 tahun rentan terkena batuk pilek karena sistem kekebalan tubuh balita yang masih belum sempurna(Keperawatan et al., 2022)

(2) Jenis Kelamin

Ada kecendrungan anak laki-laki lebih sering terserang infeksi dari pada anak perempuan, tetapi belum diketahui faktor yang mempengaruhinya.

(3) Status Gizi

Masukan zat-zat gizi yang diperoleh pada tahap pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh umur, keadaan fisik, kondisi kesehatannya, kesehatan fisiologis pencernaannya, tersedianya makanan dan aktifitas dari si anak itu sendiri. Balita dengan gizi kurang akan lebih mudah terserang infeksi saluran pernafasan dibandingkan balita dengan gizi normal karena faktor daya tahan tubuh yang

kurang. Penyakit infeksi sendiri akan menyebabkan balita tidak mempunyai nafsu makan mengakibatkan kekurangan gizi. Pada keadaan gizi kurang, balita lebih mudah terserang infeksi saluran pernafasan bahkan serangannya lebih lama.

(4) Lingkungan

Penggunaan obat anti nyamuk bakar sebagai alat untuk menghindari gigitan nyamuk dapat menyebabkan gangguan saluran pernapasan karena asap dan bau yang tidak baik untuk kesehatan. Adanya pencemaran udara di lingkungan rumah akan juga merusak paru-paru sehingga mempermudah timbulnya gangguan pernapasan.

7) Penatalaksanaan Batuk Pilek

Penatalaksaan pengobatan batuk pilek pada Balita dibagian menjadi 2 yaitu:

(1) Terapi Farmakologis

Asuhan Kebidanan Yang Diberikan pada balita batuk pilek yaitu :

a. Dekongestan

Bertujuan melegakan hidung tersumbat. Obat ini bekerja dengan menyempitkan pembulu darah sehingga mengurangi produksi lendir berlebihan.

b. Antihistamin

Ditunjukan untuk anak meredakan gejala bersin-bersin.

c. Guaifenesin

Guaifenesin merupakan obat flu dan batuk yang aman untuk anak. Guafenesin bekerja dengan mengencerkan dahak dari saluran pernapasan.

d. Antipiretik

Digunakan jika anak mengalami demam dan rewel.

(2) Terapi Non Farmakologis

a. Jeruk Nipis dan Garam

Sari buah jeruk nipis berkhasiat untuk melarutkan lendir kental yang timbul pada saat pilek. Campuran jeruk nipis dan garam dapat menyembuhkan batuk karena radang tenggorokan. Cara pengolahannya yaitu dengan mengambil sarinya jeruk nipis, lalu ditampung kedalam gelas, tambahkan sedikit garam dan air putih, kemudian aduk hingga garam larut. Minuman ini dapat langsung diminum, dan diulangi sebanyak 2 kali sehari.

b. Madu dan Kayu Manis

Madu bersifat antibakteri yang menangkal infeksi yang merusak tubuh. Sedangkan kayu manis bermanfaat untuk anti peradangan. Campuran madu dan kayu manis sangat bermanfaat untuk mengobati batuk pilek pada anak. Cara pengolahannya yaitu dengan 1 sdm madu dan ¼ sdt bubuk kayu manis setiap hari selama tiga hari.

c. Pijat *Common cold*

Pijat *Common cold* merupakan salah satu metode pengobatan atau penyehatan dengan melakukan pemijatan atau penekanan. Pemijatan atau penekanan tersebut akan mengurangi ketegangan, meningkatkan sirkulasi darah dan merangsang kekuatan energi tubuh sehingga dapat menyembuhkan anak yang terjangkit batuk pilek.

8) Pengukuran Gejala Batuk Pilek

Penilaian gejala batuk pilek dapat diukur menggunakan observasi yang ada. Menurut Bina Nusantara 2022, berikut merupakan pengukuran gejala batuk pilek :

Frekuensi Batuk Dalam Sehari

0 kali : 0

1-14 kali : 1

15-24 kali : 2

25-35 kali : 3

Tabel 2.1 Pengukuran Gejala Batuk Pilek

No	**Gejala**	**Nilai**	
		1	**2**
1	Wheezing	Tidak ada	ada
2	Pengeluaran dahak	Mudah	Sulit
3	Frekuensi bersin dalam sehari	<10 kali	≥ 10 kali
4	Hidung tersumbat	Tidak ada	ada
5	Mata berair	Tidak ada	ada

(Bina Nusantara, 2022)

Hasil observasi gejala kemudian diberikan skor (Ummah & Badrus, 2022), dengan kriteria sebagai berikut:

1) Ringan, jika hasil skor 6-9
2) Sedang, jika hasil skor 10-12
3) Berat, jika hasil skor 13-15

Pada gejala batuk ringan biasanya ditandai dengan frekuensi batuk 1-14 kali dalam sehari, tidak ada radang tenggorokan, tidak ada wheezing, pengeluaran dahak mudah, bersin kurang dari 10 kali, dan hidung tidak tersumbat serta mata tidak berair dengan skor akhir 6-9. Sedangkan pada gejala batuk yang sedang umumnya ditandai dengan frekuensi bantuk 15-25 kali dalam sehari, frekuensi bersin kurang dari 10 kali atau bisa lebih, terdapat wheezing, dan hidung tersumbat dengan skor akhir 10-12. Pada batuk pilek dengan gejala berat, tanda yang paling umum dijumpai yaitu frekuensi batuk 25-35 kali, terdapat radang tenggorokan, frekuensi bersin lebih dari 10 kali, pengeluaran dahak sulit, terdapat wheezing, hidung tersumbat disertai mata berair dengan skor akhir 13-15 (Ummah & Badrus, 2022).

2.1.3 Pijat *Common Cold*

1) Pengertian Pijat *Common Cold*

Pijat *common cold* merupakan salah satu metode pengobatan atau penyehatan dengan melakukan pemijatan atau penekanan jari dipermukaan kulit, dimana pemijatan atau penekanan tersebut akan mengurangi ketegangan, meningkatkan sirkulasi darah dan

merangsang kekuatan energi tubuh untuk menyembuhkan dan menyehatkan

Pijatan *Common Cold* disepanjang meridian tangan (paru-paru) dapat mengatasi batuk pilek, karena sepanjang titik meridian tangan paru-paru terdapat titik-titik dimana darah yang mengalir akan diangkut ke permukaan tubuh. Pijatan berfungsi mengoptimalkan penyebaran darah dan mendistribusikan ke seluruh tubuh, dimana pada saat pemijatan menciptakan sesasi nyaman, tegang, kesemutan dll. Apabila pemijatan dilakukan dengan benar maka sirkulasi energi dan darah menjadi lancar. Selain itu pijatan *Common Cold* dapat merangsang keluarnya hormon endomorfin (hormon yang dihasilkan dari dalam tubuh untuk memberikan rasa tenang). Pijatan yang dilakukan pada titik-titik batuk pilek akan membuat relaksasi otot, termasuk organ paru ikut menjadi relaksasi dan aliran darah menjadi lebih lancar, sehingga kebutuhan oksigen menjadi optimal dan mengurangi produksi sekret yang berlebihan, hal ini mengakibatkan terjadinya penurunan batuk pilek.

2) Manfaat Pijat *Common Cold*

Berikut manfaat pijat *common cold* bagi anak:

(1) Meningkatkan sirkulasi darah

Pemijatan dan penekanan dapat membantu melancarkan peredaran darah. Sirkulasi darah yang lancar dapat membantu

menghilangkan infeksi dan mempercepat proses penyembuhan batuk pilek.

(2) Mengurangi kegelisahan

Pijatan dan penekanan yang lembut dapat membantu memberikan rasa nyaman, tenang, sehingga dapat mengurangi kegelisahan balita karena pilek.

(3) Melancarkan pernapasan

Pijatan dan penekanan pada dada dan punggung dapat membantu membebaskan jalan nafas sehingga pernapasan lebih lancar sehingga mengembuhkan hidung tersumbat.

(4) Mengurangi kekakuan

Pijatan dan penekanan pada area leher dan bahu balita dapat membantu mengurangi kekakuan dan ketegangan otot yang terjadi akibat batuk dan pilek.

3) Indikasi Pijat *Common Cold*

Pijat *common cold* pada balita dapat membantu meredakan gejala batuk pilek dengan cara memperlancar peredaran darah dan melancarakan saluran pernapasan. Berikut beberapa indikasi pijat untuk meredakan batuk pilek:

(1) Pijatan disertai penekanan pada bagian tangan dan kaki untuk meredakan batuk dan mengencerkan dahak

(2) Pijatan pada daerah dada dan punggung untuk meredakan batuk

(3) Balita yang tidak mengalami gejala batuk pilek parah hingga pneunomia

(4) Pemijatan pada balita dilakukan penekanan secara lembut sesuai dengan prosedur (SOP)

(5) Pijatan dilakukan oleh tenaga ahli profesional

(6) Untuk hasil maksimal, pemijatan dilakukan 1x sehari selama 3 kali berturut-turut. Namun, pada kasus batuk pilek ringan untuk 1x pemijatan sudah dapat menurunkan gejala batuk pilek. Tetapi untuk hasil maksimal, pemijatan dilakukan 3 hari berturut-turut.

4) Hal-hal Yang Harus Diperhatikan Dalam Pijat *Common Cold*

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pemijatan, yaitu:

(1) Kebersihan terapis

Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun antiseptik sebelum dan sesudah melakukan tindakan sangatlah penting karena hal tersebut dilakukan dengan tujuan mencegah penularan penyakit antara terapis dan pasien.

(2) Bagian-bagian yang tidak dapat dipijat

Pemijatan tidak dapat dilakukan pada kondisi kulit terkelupas, tepat pada bagian tulang yang patah, dan tepat bagian yang bengkak atau luka.

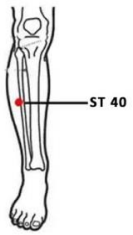
(3) Pasien dalam kondisi gawat

Penyakit-penyakit yang tidak boleh dipijat adalah tiga penyakit yang dapat menyebabkan kematian tiba-tiba, yaitu ketika serangan jantung, gagal napas, dan penyakit saraf otak. Apabila menemukan gejala demikian segera rujuk kerumah sakit karena penanganan yang keliru dapat menyebabkan pasien terlambat mendapatkan pengobatan yang lebih baik.

5) Lokasi Titik Pemijatan

(1) ST 40 (Fenglong)

Titik ST 40 (Fenglong) berfungsi untuk melonggarkan tenggorokan dan mengencerkan dahak. Letaknya di pertengahan antara tempurung lutut dan mata kaki 27 luar, 2 jari tepi. Pemijatan dilakukan dengan menekan dengan ibu jari atau jari telunjuk.

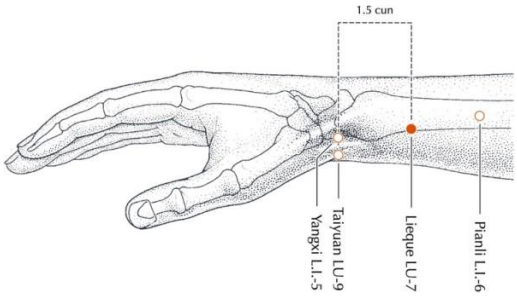


Gambar 2.1 Titik ST 40

(2) LU 7 (Lieque)

LU 7 (Lieque) terletak pada 2 jari diatas pergelangan tangan, segaris ibu jari tangan. Titik ini diindikasikan untuk batuk, sesak nafas dan faringitis. Pemijatan dilakukan searah jarum

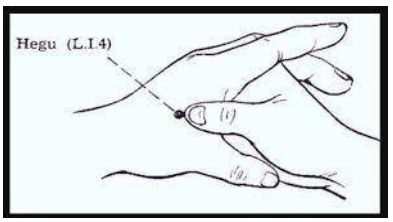
jam dengan tekanan sedang atau tidak kuat sebanyak 30 kali putaran atau tekanan.



Gambar 2.2 Titik LU 7

(3) LI 4 (Hegu)

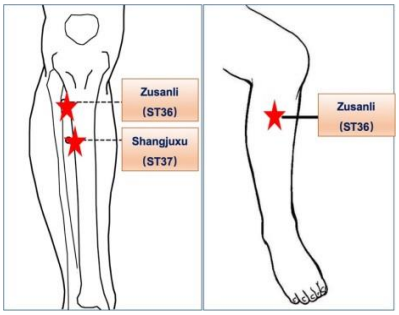
Titik LI 4 (Hegu) berfungsi untuk meredakan batuk dan pilek serta memperkuat sistem kekebalan tubuh. Titik ini terletak di bagian atas jari telunjuk dan ibu jari di sisi punggung tangan atau pada tonjolan tertinggi saat ibu jari dan jari telunjuk dirapatkan. Titik ini diperuntukan untuk sakit kepala, sakit gigi, radang tenggorokan yang disebabkan oleh virus Rhinovirus, virus Influenza, virus Parainfluenza, dan Adenovirus. Pemijatan dilakukan dengan cara menekan dengan ibu jari atau jari telunjuk ke arah yang berlawanan dengan arah jarum jam (gerakan memutar).



Gambar 2.3 Titik LI 4

(4) ST 36 (Zusanli)

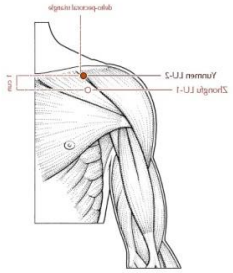
Titik ST 36 (Zusanli) berfungsi untuk meningkatkan imunitas dan stamina. Titik ini terletak pada 4 jari dibawah lutut, 1 jari di tepi luar tulang kering. Titik ini dapat digunakan untuk terapi penyakit lambung seperti membantu meredakan gejala pilek, diare, sembelit, perut kembung, pusing, badan terasa lesu, serta dapat menguatkan sistem pencernaan. Pemijatan dilakukan dengan cara menekan dengan ibu jari, diputar searah jarum jam.



Gambar 2.4 Titik ST 36

(5) LU 1 (Zhongfu)

Titik LU 1 (Zhongfu) berfungsi untuk menguatkan paru-paru). Letaknya pada garis lateral dada III, setinggi sela iga 1 dan iga 2. Indikasi batuk, sesak nafas, nyeri dada atau nyeri punggung. Pemijatan dilakukan searah jarum jam dengan tekanan sedang atau tidak kuat sebanyak 30 kali putaran atau tekanan.



Gambar 2.5 Titik LU 1

(6) BL-13 (Fei Shu)

BL-13 (Fei Shu) digunakan untuk meredakan gejala seperti batuk, sesak napas, asma, dan masalah pernapasan. Titik BL-13 terletak di punggung, pada tingkat vertebra toraks ke-3. Titik ini dianggap dapat membantu mengatur energi (qi) dalam organ paru-paru, serta memperbaiki fungsi pernapasan. Pijatan dilakukan dengan dengan memberikan tekanan pada titik tersebut dengan jari atau jempol.



Gambar 2.6 Titik BL-13

6) Gerakan pijat *Common Cold*

(1) Mengusap

Adalah gerakan mengusap dengan menggunakan telapak tangan atau bantalan jari tangan. Gerakan dilakukan dengan

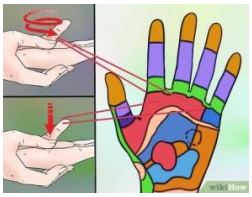
meluncurkan tangan dipermukaan tubuh searah dengan peredaran darah menuju jantung maupun kelenjar-kelenjar getah bening. Tekanan diberikan secara bertahap dan disesuaikan dengan kenyamanan klien. Gerakan ini dilakukan untuk mengawali dan mengakhiri pemijatan. Gerakan mengusap dilakukan pada titik LU 1 (Zhongfu). Manfaat gerakan ini adalah untuk merelaksasi otot dan ujung-ujung saraf.



Gambar 2.7 Gerakan Mengusap

(2) Meremas

Adalah gerakan memijat atau meremas dengan menggunakan telapak tangan atau jari-jari tangan. Teknik ini digunakan pada area tubuh yang berlemak dan jaringan otot yang tebal seperti titik LU 7 (Lieque), LU 4 (Hegu). Dengan meremas remas terjadi pengosongan dan pengisian pembuluh darah vena dan limfe. Suplai darah yang lebih banyak dibawa ke otot yang sedang dipijat.



Gambar 2.8 Gerakan Meremas

(3) Menekan

Adalah gerakan melingkar kecil-kecil dengan penekanan yang lebih dalam menggunakan jari, ibu jari, buku jari bahkan siku tangan. Gerakan ini dilakukan pada titik seperti ST 40, LU 7, LI 4, ST 36 dan LU 1. Gerakan ini bertujuan melepaskan bagian-bagian otot yang kejang juga menyingkirkan akumulasi dari sisa-sisa metabolism. Pijat friction juga membantu memecah deposit lemak karena bermanfaat dalam kasus obesitas. Friction juga dapat meningkatkan aktivitas sel-sel tubuh sehingga aliran darah lebih lancar di bagian yang terasa sakit sehingga dapat meredakan rasa sakit.



Gambar 2.9 Gerakan Menekan

7) Prosedur Terapi Pijat *Common Cold*

Menurut Buku Modul CPHCT Amazing Mom and Baby Spa Pijat Untuk Mengatasi Masalah Kesehatan Pada Bayi (2023) terdapat beberapa tahap prosedur pelaksanaan terapi pijat *Common Cold* :

(1) Persiapan bidan

Mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir

(2) Persiapan alat

1. Alas atau tempat yang nyaman

2. Minyak (baby oil atau minyak zaitun)
3. Handuk

(3) Membersihkan tubuh bayi yang akan dipijat agar terbebas dari kotoran dan keringat

(4) Melakukan pijatan pada bagian kaki terlebih dahulu dengan menggunakan teknik pijat dari mengusap, meremas dan menekan.

1. Lakukan pemijatan pada titik ST 40 dengan gerakan memutar searah jarum jam.
2. Lakukan pemijatan pada titik ST 36 dengan menekan pada titik tersebut menggunakan jari telunjuk

(5) Melakukan pemijatan pada bagian tangan dengan menggunakan teknik pijat mengusap, meremas dan menekan.

1. Melakukan pemijatan pada titik LU 7 dengan gerakan memutar searah jarum jam.
2. Melakukan pemijatan pada titik LI 4 dengan cara menekan dengan jari telunjuk lalu memutar searah jarum jam.

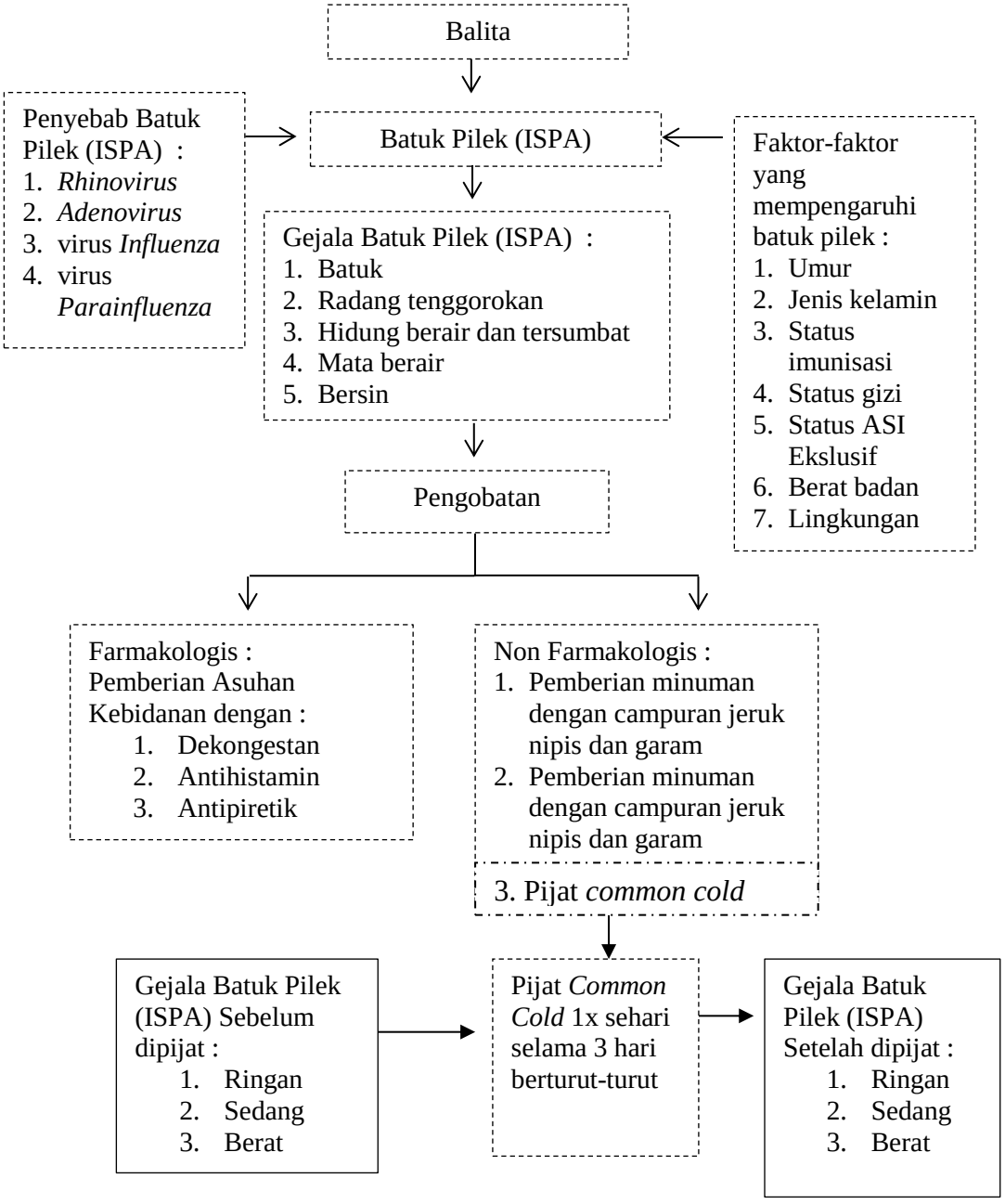
(6) Melakukan pemijatan pada bagian dada dengan menggunakan teknik mengusap dan menekan. Melakukan pemijatan pada titik LU 1 dengan pijatan tekanan sedang laku diputar searah jarum jam.

(7) Melakukan pemijatan pada bagian punggung dengan menggunakan teknik mengusap, menekan. Lakukan pemijatan pada titik BL-13 dengan tekanan sedang.

(8) Bersihkan area tubuh bayi menggunakan handuk.

(9) Cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir

2.2 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.10 Kerangka Konsep

Keterangan :

▭ : diteliti

▭ : tidak di teliti

2.3 Hipotesis

2.3.1 Konsep Hipotesis

Hipotesis adalah suatu pernyataan asumsi tentang hubungan antara dua atau lebih variabel yang diharapkan bisa menjawab suatu pertanyaan dalam penelitian (Nursalam, 2020).

1) Hipotesis Nol (H0)

   Merupakan hipotesis yang menyatakan tidak ada perubahan antara variabel yang satu dengan variabel lainnya.

2) Hipotesis Alternatif (Ha)

   Merupakan hipotesis yang menyatakan ada perubahan antara variabel yang satu dengan variabel lainnya.

2.3.2 Hipotesis Penelitian

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha: Ada Perubahan Gejala Batuk Pilek (ISPA) Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat *Common Cold* Pada Balita Di Puskesmas Sukorambi

Ho: Tidak ada Perubahan Gejala Batuk Pilek (ISPA) Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat *Common Cold* Pada Balita Di Puskesmas Sukorambi