



Efektifitas Terapi Pijat Dalam Mengurangi Gejala Ispa Pada Anak

Selvia Sri Utami ¹⁾; Serly Marlina ²⁾; Riska Silviana ³⁾; Laili Rahmawati ⁴⁾; Dwiyatun ⁵⁾
Liya Lugita Sari ⁶⁾

^{1,2,3,4,5,6)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹ selviasriutami63@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [06 Januari 2026]

Revised [30 Maret 2026]

Accepted [31 Maret 2026]

KEYWORDS

Effectiveness, Therapy,
Respiratory Tract Infection.

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) adalah penyakit infeksi akut yang menyerang sebagian saluran pernapasan, mulai dari hidung hingga alveoli, yang disebabkan oleh virus dan bakteri. Penyebaran virus dan bakteri dapat terjadi melalui droplet dan lingkungan udara yang terkontaminasi. Salah satu yang dapat dilakukan untuk mencegah ISPA adalah dengan memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang pembuatan minuman madu dan jahe yang mengandung antiseptik dan antioksidan. Kontennya fungsional. untuk mengurangi keparahan batuk tanpa menimbulkan efek samping yang dapat membahayakan kesehatan anak. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang ISPA dan pelatihan terapi pijat dalam mengurangi ispa pada anak dapat terlaksana dengan baik. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan pelatihan. Kesimpulan: Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Ponorogo RT 4 Lubuklinggau terhadap pelaksanaan terapi komplementer. Persiapan terapi pijat dalam mengurangi ispa pada anak untuk anggota keluarga yang menderita ISPA. Masyarakat diimbau untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat serta rajin mengajak anak untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah makan.

ABSTRACT

Acute respiratory infection (ARI) is an acute infectious disease that attacks a part of the respiratory tract, from the nose to the alveoli, caused by viruses and bacteria. Viruses and bacteria can spread through droplets and contaminated air environments. One thing that can be done to prevent ARI is to provide advice and training on the preparation of ginger honey drinks that contain antiseptics and antioxidants. These contents serve to reduce the severity of cough without causing side effects that can harm children's health. The purpose of the community service is to increase public awareness of ARI and provide training on the production of therapy massage. The methods used in community service activities are in the form of counseling and training. The conclusion is that the public of Ponorogo village, RT 4, Lubuklinggau, has more knowledge about implementing complementary therapy massage for family members suffering from ARI. The community is encouraged to adopt clean and healthy lifestyle behaviors and diligently encourage children to wash their hands before and after eating.

PENDAHULUAN

Salah satu isu kesehatan penting yang masih menjadi masalah di masyarakat adalah Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada anak. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, ISPA masih menjadi salah satu penyebab utama kunjungan rawat jalan pada fasilitas kesehatan, terutama pada anak usia balita. Tingginya kasus ISPA disebabkan oleh berbagai faktor seperti kondisi lingkungan rumah yang kurang sehat, ventilasi yang buruk, kebiasaan merokok dalam rumah, cuaca yang tidak stabil, serta rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit pernapasan. Ariani, N., & Putra, R. (2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2020) di Indonesia Infeksi saluran pernapasan akut merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas akibat penyakit menular di seluruh dunia. Hampir 4 juta orang meninggal setiap tahun akibat infeksi saluran pernapasan akut.

Berdasarkan data Dines Kesehatan jumlah Kasus ISPA di Indonesia berdasarkan laporan dari seluruh provinsi pada akhir Desember tahun 2020 angka kematian akibat penyakit ISPA masih menduduki peringkat pertama di banding Negara ASEAN, yaitu sebanyak 705.659 kasus (39,2%). Pada tahun 2021 di perkirakan kasus sebanyak 10 juta orang di dunia menderita ISPA dan menyebabkan 1,4 juta orang meninggal setiap tahun. Indonesia merupakan salah satu negara dengan beban penyakit ISPA menempati peringkat pertama untuk penyakit menular. Upaya penanggulangan ISPA di Indonesia dapat di katakan menemui banyak tantangan sehingga tingkat kejadian ISPA meningkat, ini tentunya berisiko meningkatkan jumlah kasus serta penularan ISPA (Kemenkes RI,2021).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Sumsel Kejadian ISPA. Penyakit ISPA termasuk dalam 10 penyakit terbesar di sumsel. ISPA mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2023 kejadian ISPA berjumlah 32.336 Kasus, Pada tahun 2024 berjumlah 519.167 Kasus serta di tahun 2025 mengalami peningkatan berjumlah 539.327 Kasus. Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan, jumlah kasus ISPA di Lubuklinggau pada tahun 2024 berjumlah 249.484 Kasus. mengalami

fluktuasi sepanjang tahun, dengan puncak kejadian biasanya terjadi pada musim transisi antara musim hujan dan kemarau. Hal ini dipengaruhi oleh faktor cuaca yang mempengaruhi kualitas udara serta kebersihan lingkungan, yang dapat memperburuk kondisi saluran pernapasan warga. Selain itu, tingginya angka polusi udara dan kebiasaan merokok juga menjadi faktor penyumbang utama meningkatnya kasus ISPA. Menurut data yang ada, kelompok usia yang paling rentan terinfeksi ISPA adalah balita dan lansia, karena sistem kekebalan tubuh mereka lebih rentan terhadap infeksi. Namun, bukan hanya kelompok tersebut yang terpengaruh; masyarakat umum juga sering mengalami gejala-gejala ringan hingga sedang yang terkait dengan ISPA, seperti batuk, pilek, dan sesak napas.

Berdasarkan data yang dikumpulkan oleh Puskesmas Megang, jumlah kasus ISPA di wilayah Megang cenderung meningkat pada tahun-tahun terakhir. Pada tahun 2025 tercatat sebanyak 7958 kasus ISPA, dengan angka kejadian tertinggi pada bulan Mei berjumlah 1126 dan Juni 1454.

Manifestasi infeksi virus pernapasan akut sering kali meliputi demam ringan, sakit kepala, malaise, dan nyeri otot. Gejala biasanya bertahan selama beberapa hari hingga dua minggu. Jika pertahanan imun saluran pernapasan melemah, hal ini dapat meningkatkan risiko infeksi bakteri yang lebih serius, seperti sinusitis atau otitis media. Kartini 2023.

Mengingat banyaknya kejadian ISPA, maka perlu dilakukan tindakan penanggulangan untuk mencegah terjadinya kejadian ISPA. Pengobatan ISPA dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dengan antibiotik. Efek samping penggunaan antibiotik tidak efektif dan hanya boleh digunakan jika diduga terjadi infeksi. Sementara untuk terapi nonfarmakologis, Anda dapat menggunakan rempah-rempah herbal seperti jeruk nipis, kunyit, lengkuas, jahe, sirih putih dan inhalasi. aromaterapi dengan minyak peppermint serta melakukan pijatan (Azizah et al., 2020).

Sebuah studi yang membandingkan faktor risiko bersin dan batuk berulang pada anak prasekolah dan mengidentifikasi beberapa faktor risiko yang dapat terjadi pada kedua kondisi tersebut. Faktor-faktor tersebut adalah usia anak, tingkat pendidikan ibu, usia kehamilan anak saat lahir, riwayat asma ibu dan riwayat dermatitis topikal atau rinitis alergi, riwayat bronkitis orang tua, dan kebiasaan merokok orang tua selama 5 tahun pertama kehidupan anak tersebut dan standar hidupnya yang rendah. kondisi kehidupan keluarga Antara usia 1 dan 5 tahun, anak-anak memelihara hewan berbulu seperti kucing dan anjing di rumah. Semua faktor berkontribusi terhadap terjadinya bersin pada anak, tetapi tidak pada batuk berulang.

METODE

Pentingnya Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posko kelurahan Ponorogo RT 04 Kota Lubuklinggau. Kegiatan ini dinilai sangat penting untuk memberikan informasi atau saran tentang pemberian terapi pijat untuk mengurangi gejala ispa pada anak

Program Kegiatan

Diselenggarakan pada hari Selasa, 2 Desember 2025

Tempat pelaksanaan

Dilaksanakan di posko RT 04, Kota Lubuklinggau. Dengan metode aktivitas Memberikan saran dan pengetahuan tentang manfaat terapi pijat yang dikenal sebagai pengobatan kesehatan komplementer yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh.



Gambar 1. Work breakdown structure Pengabdian kepada Masyarakat



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Hasil kegiatan penyuluhan “Pemberian terapi pijat pada anak di posko Kelurahan Ponorogo RT 04 Kota Lubuklinggau menunjukkan bahwa banyak faktor yang menjadikan anak rentan mengalami gangguan pernafasan yaitu struktur dan anatomi organ tubuh. sistem kekebalan tubuh yang terlalu aktif sehingga membuat mereka rentan terhadap alergi atau defisiensi yang membuat mereka rentan terhadap alergi infeksi, penyakit menular yang sepenuhnya dapat diobati. faktor genetik dan kondisi geografis

Penyelesaian Masalah

Pemberian terapi pijat dapat mengurangi keparahan batuk pada anak karena memberikan pijatan di daerah titik wajah dan punggung pada anak serta memberikan sinar hangat dapat mengobati batuk, dapat menyembuhkan penyakit menular tertentu seperti batuk anak akibat ISPA. Anak-anak yang diberi terapi pijatan oleh peneliti mengalami pengurangan keparahan gejala batuk, seperti batuk basah, pilek, , kehilangan nafsu makan, dan gejala lainnya. Dengan demikian, pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi pijat pada anak dapat mengurangi keparahan batuk pada anak penderita ISPA. (Ramadhani dkk., 2020).



Gambar 2



Gambar 3

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan laporan implementasi pemberian terapi pijat pada anak penderita ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) di RT 04 Kelurahan Ponorogo pada tanggal 2 Desember 2025, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan baik dan memberikan hasil yang positif. Anak-anak yang diberikan pijatan telah menunjukkan pemahaman mengenai manfaat dari pemberian pijatan pada anak dapat membantu meredakan gejala ISPA, serta langkah-langkah yang harus diikuti dalam pemberian terapi pijatan pada anak. Proses edukasi yang dilakukan melalui sesi teori dan praktik menunjukkan bahwa orang tua dari anak-anak yang diberikan terapi pijatan mulai mengerti manfaat pemberian terapi pijat pada anak dengan ispa tersebut dalam meningkatkan daya tahan tubuh.

Saran

1. Masyarakat diharapkan dapat terus menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan keluarga, terutama dalam hal menjaga kebersihan rumah, ventilasi yang memadai, dan menghindari paparan asap rokok.
2. Perlu dilakukan peningkatan kesadaran warga melalui pengumuman atau kegiatan komunitas agar masyarakat lebih peduli terhadap faktor risiko ISPA.
3. Diharapkan kegiatan seperti ini dapat menjadi inspirasi program selanjutnya sehingga permasalahan kesehatan di masyarakat dapat ditangani secara terpadu dan berkelanjutan

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, N., & Putra, R. (2020). *Penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut pada Anak*. Jakarta: EGC.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian ISPA pada Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Halimah, S. (2018). Faktor Risiko Kejadian ISPA pada Balita di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 115–123.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lubis, T. (2020). *Ilmu Kesehatan Anak: Infeksi Saluran Pernapasan*. Medan: Universitas Sumatera Utara Press.
- Oktaviani, R. (2009). Pertolongan Pertama pada Penyakit Infeksi Pernapasan pada Anak. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 33–39