

BAB 6

PENUTUP

6.1 Simpulan

Berdasarkan tujuan studi literatur mengenai Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peredaan Gejala dan Lama Batuk Pilek pada Bayi dan Balita, maka disimpulkan sebagai berikut :

1. Batuk pilek pada bayi dan balita dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya nutrisi sejak kehamilan, tidak terpenuhinya ASI eksklusif, perbedaan jenis kelamin, serta sistem imun yang belum berkembang sehingga anak lebih rentan terhadap infeksi. Faktor eksternal meliputi infeksi virus atau bakteri, kondisi lingkungan seperti cuaca dan polusi, serta kepadatan hunian yang mempermudah penularan melalui droplet.
2. Pijat bayi merupakan terapi komplementer yang aman dan efektif untuk mempercepat penyembuhan batuk pilek, sekaligus memberi manfaat lain seperti meningkatkan imun, fungsi organ, kualitas tidur, nafsu makan, serta perkembangan neuromotorik dan emosional. Selain itu, pijat bayi juga bermanfaat bagi bayi dengan asma, kolik, sembelit, maupun bayi prematur.
3. Pijat bayi terbukti efektif meredakan gejala batuk pilek pada bayi dan balita berupa batuk, hidung tersumbat, menurunkan suhu tubuh pada kondisi demam, serta meningkatkan nafsu makan bayi. Pijat bayi juga mampu menstabilkan denyut nadi, laju atau frekuensi pernapasan dan jumlah bakteri yang terdapat pada tubuh saat mengalami batuk pilek.
4. Pijat bayi terbukti efektif membantu mempercepat penyembuhan batuk pilek pada bayi dan balita dibandingkan yang tidak diberikan terapi tambahan berupa pijat bayi dan hanya mengandalkan obat farmakologis saja.
5. Teknik pijat bayi pada bayi yang mengalami batuk pilek terfokus pada teknik sentuhan lembut dan sistematis yang dapat dilakukan pada bagian tubuh tertentu seperti punggung, kaki, dan tangan maupun secara menyeluruh. Terapi ini bertujuan untuk mendukung proses penyembuhan dan memberikan efek relaksasi melalui stimulasi mekanis pada jaringan lunak tubuh, seperti

otot, kulit, dan jaringan ikat. Gerakan terapi pijat batuk pilek berupa menepuk dan menggetarkan dada serta punggung untuk memasukkan lendir ke dalam saluran besar sehingga anak akan otomatis batuk dan lendir akan keluar sendirinya.

6. Pijat bayi terbukti efektif dan holistik dalam mempercepat penyembuhan batuk pilek, terutama bila dikombinasikan dengan aromaterapi, minyak pijat khusus, maupun fisioterapi dada, bahkan lebih efektif dibanding akupresur.

6.2 Implikasi dan Rekomendasi

6.2.1 Implikasi

Literatur Review ini berimplikasi pada peningkatan pengetahuan dan pandangan baru mengenai pijat bayi yang merupakan terapi non-farmakologis yang mampu membantu mengurangi gejala dan lama penyembuhan pada bayi dan balita yang mengalami batuk pilek. Teknik ini dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan ataupun orangtua. Selain itu, pijat bayi merupakan terapi non-farmakologis yang tidak hanya mendukung kenyamanan dan ketenangan bayi, tetapi juga berpotensi meningkatkan fungsi fisiologis lainnya, seperti kualitas tidur, sirkulasi darah, sistem imun dan keseimbangan hormonal.

6.2.2 Rekomendasi

Sesuai dengan kesimpulan sebelumnya, berikut saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan :

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian lebih mendalam mengenai efektivitas penerapan pijat bayi terhadap batuk pilek melalui desain penelitian eksperimental, sehingga dapat diamati secara langsung pengaruhnya sebagai terapi nonfarmakologis dalam menurunkan gejala dan mempercepat penyembuhan pada bayi dan balita. Selain itu, penelitian lanjutan juga diperlukan untuk mengeksplorasi kombinasi pijat bayi dengan bentuk terapi lain dalam upaya meningkatkan efektivitas penyembuhan batuk pilek.
2. Bagi pihak akademik Program Studi Kebidanan Program Sarjana diharapkan menjadikan tulisan ini sebagai sumber untuk mempelajari terapi komplementer berupa pijat bayi yang merupakan bentuk upaya

membantu mengatasi masalah kesehatan pada bayi dan balita terutama terhadap masalah batuk pilek yang sering terjadi.

3. Bagi tenaga kesehatan terutama bidan diharapkan dapat memberikan peran dengan mengedukasi orangtua serta mengadakan pelatihan pijat bayi terhadap batuk pilek secara terbuka kepada masyarakat.
4. Bagi masyarakat terkhusus bagi orangtua yang memiliki bayi dan balita diharapkan lebih aktif dalam mencari informasi yang terpercaya serta memahami manfaat dan teknik dari pijat bayi terhadap batuk pilek agar dapat diterapkan di rumah dalam kehidupan sehari-hari.

