

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa bayi dan balita sangat penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Perkembangan dan pertumbuhan pada masa-masa tersebut menentukan seberapa baik seorang anak akan tumbuh dan berkembang dalam jangka waktu berikutnya.¹ Bayi dan balita lebih rentan terhadap penyakit infeksi karena daya tahan tubuh mereka yang lemah dan belum sempurna. Infeksi saluran pernapasan atas dan bawah yang disebut dengan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) adalah salah satu infeksi yang paling sering menyerang balita. ISPA dapat menyebabkan berbagai kondisi, mulai dari yang ringan hingga yang berat.² ISPA merupakan infeksi yang menyerang saluran pernapasan akut, mencakup hidung, tenggorokan, dan paru-paru yang berlangsung hingga 14 hari. Meskipun kondisi ini juga dapat menyerang saluran di atas laring, kondisi ini lebih sering menyerang saluran atas dan bawah secara berurutan atau secara stimulan.¹

Pada tahun 2020, *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) adalah penyebab utama morbiditas dan mortalitas penyakit menular di seluruh dunia. Sekitar empat juta orang setiap tahun meninggal karena infeksi saluran pernapasan akut, dengan infeksi saluran pernapasan bawah bertanggung jawab atas 98% dari kematian tersebut. Jumlah kematian bayi, anak, dan orang dewasa sangat tinggi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Salah satu alasan paling sering untuk konsultasi atau perawatan di lembaga medis, terutama di layanan anak, adalah infeksi saluran pernapasan akut (ISPA).³ Kasus ISPA (terutama pneumonia) tertinggi di dunia dilaporkan terjadi di India, Nigeria, Pakistan, Republik Demokratik Kongo, dan Etiopia, yang bersama-sama menyumbang lebih dari separuh kematian akibat pneumonia pada balita.⁴ Indonesia tidak termasuk dalam 10 besar negara dengan angka kematian pneumonia balita tertinggi namun termasuk dalam kelompok negara dengan beban pneumonia balita yang signifikan, terutama di wilayah dengan angka gizi buruk tinggi dan akses layanan kesehatan rendah.⁵

Data dari *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) menunjukkan penyebab kematian utama pada anak usia di bawah lima tahun (balita) adalah gangguan neonatal, infeksi saluran pernapasan bawah, cacat bawaan, malaria dan diare. Pada tahun 2021 lebih dari 500.000 anak balita meninggal akibat infeksi saluran pernapasan bawah secara global.⁶ Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia tahun 2023 bahwa total kematian balita dalam rentang usia 0-59 bulan mencapai 34.226 kematian. Mayoritas kematian terjadi pada periode neonatal (0-28 hari) dengan jumlah 27.530 kematian (80,4% kematian terjadi pada bayi). Sementara itu, kematian pada periode post-neonatal (29 hari-11 bulan) mencapai 4.915 kematian (14,4%) dan kematian pada rentang usia 12-59 bulan mencapai 1.781 kematian (5,2%). Angka tersebut menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan jumlah kematian balita pada tahun 2022, yang hanya mencapai 21.447 kasus. Penyebab utama kematian pada periode neonatal (0-28 hari) yaitu *Respiratory* dan *Cardiovascular*, pada periode post-neonatal (29 hari-11 bulan) dan pada anak balita usia 12-59 bulan yaitu pneumonia.⁷ Penemuan kasus ISPA di Indonesia pada balita sebesar 36,95% dengan cakupan penemuan ISPA pada balita tertinggi adalah pada provinsi Papua Barat (75%), DKI Jakarta (72,4%), dan Bali (71,6%).⁷

Infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) diklasifikasikan berdasarkan lokasi terjadinya yaitu infeksi saluran napas atas dan infeksi saluran napas bawah. Kondisi rhinitis, sinusitis, faringitis, laringitis, tonsilitis, epiglottitis, dan otitis adalah contoh infeksi saluran pernapasan atas. Sebaliknya, kondisi yang memengaruhi bronkus dan alveoli, seperti pneumonia, bronkhitis, dan bronkiolitis, diklasifikasikan sebagai infeksi saluran pernapasan bawah. Menurut tingkat keparahannya, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dibagi menjadi dua kategori. Pertama, ISPA ringan yang biasanya ditandai dengan gejala seperti flu ringan, batuk kering tanpa dahak, dan sakit kepala ringan. Kondisi ini umumnya bisa ditangani sendiri di rumah dengan mengonsumsi obat yang sesuai dan beristirahat secara teratur. Kedua, ISPA berat, yang ditandai dengan gejala yang lebih serius seperti demam tinggi, menggigil,

sesak napas, dan keluhan lain yang memerlukan penanganan medis segera melalui pemeriksaan dokter.⁸

Batuk dan pilek (*common cold*) merupakan gejala infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) yang paling sering menyerang bayi dan anak-anak. Di Indonesia yang beriklim tropis dan memiliki curah hujan tinggi, penyakit *common cold* yang dikenal sebagai batuk dan flu ringan merupakan salah satu jenis infeksi yang paling sering terjadi.⁹ Salah satu tanda awalnya adalah rasa tidak enak di tenggorokan atau hidung. Kemudian anak merasa sakit ringan, pilek, dan mulai bersin. Kadang-kadang batuk dan pilek disertai dengan demam. Pada masa-masa awal, hidung akan menghasilkan cairan encer dan bening. Selain itu, sekret hidung mengental dan berubah warna menjadi kuning kehijauan.¹⁰ Jika tidak ditangani secara tepat, pada sebagian pasien, infeksi virus dapat menyebar ke organ sekitarnya, menimbulkan gejala klinis yang bervariasi, dan dalam beberapa kasus, dapat memicu komplikasi akibat infeksi bakteri. Komplikasi bakteri yang umum terjadi akibat infeksi saluran pernapasan atas yang disebabkan oleh virus antara lain sinusitis dan pneumonia.¹¹

Kondisi batuk pilek sangat umum terjadi pada anak usia prasekolah, khususnya pada rentang usia satu hingga lima tahun, dengan risiko kejadian mencapai enam hingga sepuluh episode per tahun. Tingginya frekuensi infeksi ini berkaitan erat dengan tingkat pajanan anak terhadap lingkungan yang padat interaksi sosial, seperti di tempat penitipan anak (*daycare*).¹² Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia 2023 prevalensi batuk pilek (*common cold*) yang dimasukkan kategori ISPA bagian atas di Indonesia menurut diagnosis oleh tenaga kesehatan (dokter, perawat atau bidan) atau gejala yang pernah dialami sekitar 23,5% pada semua umur dengan jumlah sekitar 206.220 kasus dan 34,2% pada Balita dengan jumlah 29.536 kasus. Kasus ini lebih tinggi dibanding prevalensi kasus diare, pneumonia, dan TBC pada balita.¹³

Orang tua umumnya menunjukkan kekhawatiran ketika anak mengalami batuk, pilek, atau sakit tenggorokan, karena kondisi tersebut dapat menurunkan nafsu makan anak. Penurunan nafsu makan yang berlanjut berpotensi menyebabkan penurunan asupan nutrisi dan berat badan pada

anak.^{14,15} Dalam upaya mengobati penyakit ini, para ibu umumnya memberikan obat oral sesuai resep dokter. Namun, anak yang mengalami batuk dan pilek sering kali menjadi rewel sehingga sulit diberikan obat. Oleh karena itu, diperlukan terapi tambahan yang dapat membantu mempercepat proses penyembuhan.¹⁶ Berbagai pilihan terapi tambahan nonfarmakologis dapat digunakan untuk membantu proses penyembuhan, antara lain penggunaan obat herbal atau tradisional yang telah diwariskan secara turun-temurun di masyarakat, terapi akupresur yang bertujuan memperpendek durasi batuk, terapi fisik dada untuk membantu membersihkan saluran pernapasan dan meningkatkan fungsi paru, terapi cahaya inframerah, serta pijat yang bermanfaat untuk melegakan pernapasan dan meredakan batuk.^{17,18}

Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat membantu untuk penyembuhan batuk dan pilek pada bayi dan balita adalah pijat. Tidak hanya sekadar rutinitas fisik, tetapi pijat pada bayi juga memuat unsur emosional dan stimulasi perkembangan, karena mengandung elemen-elemen penting seperti sentuhan penuh kasih sayang, interaksi verbal, kontak mata, serta gerakan pijatan yang lembut.¹⁹ Seiring dengan perkembangan ilmu kesehatan anak dan terapi komplementer serta manfaatnya pada bayi sehat, pijat bayi kini dipandang sebagai salah satu kebutuhan dasar yang sebaiknya diberikan kepada anak untuk mendukung optimalisasi proses tumbuh kembangnya.¹⁰ Kemudian pijat bayi berevolusi menjadi bentuk terapi yang lebih luas, dikenal dengan pijat pediatrik. Pijat pediatrik adalah teknik pijat yang diterapkan tidak hanya pada bayi, tetapi juga anak-anak usia prasekolah hingga usia sekolah dasar. Teknik ini merupakan pengembangan dari pijat bayi yang dipadukan dengan pendekatan yang sesuai dengan kondisi fisiologis dan kebutuhan perkembangan anak yang lebih kompleks.^{20,21}

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk terapi tertua di dunia. Seiring perkembangan zaman, pijat tidak lagi dipandang sebagai praktik tradisional yang diwariskan dari nenek moyang semata, tetapi telah berkembang menjadi pijat modern yang memadukan aspek ilmiah, seni, dan kasih sayang. Jika pada masa lalu pijat bayi umumnya dilakukan oleh dukun bayi, maka pada masa kini praktik tersebut lebih banyak dilakukan oleh orang tua atau anggota keluarga

terdekat seperti ibu, ayah, nenek, maupun kakek.¹⁰ Bayi dan balita yang menerima pijatan mendapat manfaat dari peningkatan perkembangan neuromotor, ikatan emosional yang lebih kuat, dan penurunan insiden infeksi nosokomial, termasuk batuk dan pilek (*common cold*).^{22,23}

Pijat bayi termasuk terapi komplementer yang merujuk pada pendekatan non-farmakologis yang digunakan berdampingan dengan terapi medis konvensional, bukan untuk menggantikan, melainkan sebagai pelengkap guna mendukung proses penyembuhan pasien secara holistik. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraan individu, baik secara fisik, emosional, maupun spiritual. Di samping itu, terapi ini juga dapat berfungsi untuk mencegah timbulnya penyakit, mengurangi atau meminimalkan efek samping dari pengobatan medis, meredakan gejala, serta berkontribusi dalam mengontrol dan mempercepat proses penyembuhan penyakit.²⁴

Teknik pijat batuk dan pilek (*common cold*) melibatkan gerakan berupa getaran lembut dan tepukan ringan yang dilakukan secara hati-hati pada area wajah dan punggung anak. Tujuannya adalah untuk membantu mengarahkan lendir yang menumpuk di saluran pernapasan kecil agar berpindah ke saluran yang lebih besar, sehingga lebih mudah dikeluarkan. Dengan demikian, anak dapat secara refleks batuk dan mengeluarkan lendir tanpa perlu dipaksa, yang tentu saja membantu meringankan sesak dan memperbaiki kualitas pernapasan. Selain itu, teknik ini juga dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan kenyamanan, serta mendukung proses penyembuhan secara alami.¹⁴

Dalam praktiknya, tidak banyak ibu yang menerapkan pijat *common cold* ini. Alasan seorang ibu tidak melakukan pijat pada bayinya disebabkan oleh kurangnya keterampilan dalam teknik pijatan serta adanya kekhawatiran akan kemungkinan melakukan kesalahan. Selain itu, ibu belum mengetahui berbagai manfaat pijat bayi yang dilakukan secara rutin. Kurangnya pengetahuan tersebut juga berkaitan dengan belum pernahnya ibu memperoleh pelatihan atau informasi mengenai pijat bayi dari tenaga kesehatan setempat.¹⁹ Pada kenyataannya, pijat bayi dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu, ayah, atau anggota keluarga lainnya. Sentuhan langsung dari

orang tua dianggap sebagai bentuk pijatan terbaik karena mengandung unsur kasih sayang. Namun, sebelum melakukannya, ibu perlu dibekali pengetahuan dan keterampilan melalui pelatihan terlebih dahulu, agar pijat bayi dapat dilakukan secara tepat dan memberikan manfaat yang optimal.²⁵

Beberapa penelitian telah mengkaji efek terapi pijat terhadap fungsi sistem pernapasan pada bayi, baik dari dalam atau luar negri. Sebuah penelitian oleh Duken, Yayan dan Arslan (2024) menemukan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan fungsi paru dan memperbaiki pola pernapasan pada bayi. Meskipun belum secara spesifik meneliti hubungan pijat dengan kondisi batuk pilek, temuan ini menunjukkan potensi terapi pijat sebagai intervensi non-farmakologis untuk keluhan pernapasan, termasuk batuk pilek yang umum terjadi pada bayi dan balita.²⁶ Pada penelitian Pratiwi, Kasjono dan Maimunah (2023) bahwa terdapat pengaruh pijat *common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita.²⁷ Riyanti dan Haque (2023) menyatakan kelompok balita yang diberi intervensi pijat bayi untuk peredaan batuk dan pilek pulih rata-rata satu hari lebih cepat dibandingkan kelompok kontrol, yang membutuhkan rata-rata tiga hari untuk pulih.¹⁸ Mulyana, dkk (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa dalam mengatur proses peradangan, pijat bayi dapat menurunkan hormon kortisol dan meningkatkan daya tahan tubuh. Ketika kadar hormon stres kortisol turun, bayi akan menjadi lebih tenang dan tidak terlalu gelisah.²⁸

Terapi pijat telah terbukti membantu mengatasi berbagai masalah kesehatan pada bayi, termasuk prematuritas, gangguan pencernaan (sembelit dan diare), serta penyakit saluran pernapasan seperti batuk dan pilek. Pijat *common cold* adalah jenis terapi sentuhan yang menggabungkan manfaat fisik dari sentuhan manusia dengan manfaat emosional seperti ikatan.¹⁶

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa pijat bayi pada bayi dan balita saat mengalami batuk dan pilek sangat bermanfaat untuk meredakan gejala dan lama penyembuhannya serta membuat balita menjadi rileks. Meninjau dari penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan studi literatur terkait dengan efektivitas pijat bayi terhadap peredaan gejala dan lama batuk pilek pada bayi dan balita.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam studi literatur ini adalah “Bagaimanakah tinjauan naratif efektivitas pijat bayi terhadap peredaan gejala dan lama batuk pilek pada bayi dan balita?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap peredaan gejala dan lama batuk pilek pada bayi dan balita.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui penyebab, karakteristik dan kelompok rentan batuk pilek pada bayi dan balita,
- 2) Mengetahui manfaat pijat bayi terhadap kesehatan bayi dan balita,
- 3) Mengetahui efektivitas pijat bayi untuk peredaan gejala batuk pilek pada bayi dan balita,
- 4) Mengetahui efektivitas pijat bayi untuk lama batuk pilek pada bayi dan balita,
- 5) Mengetahui teknik pijat bayi dalam peredaan gejala dan lama batuk pilek pada bayi dan balita,
- 6) Mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap batuk pilek pada bayi dan balita.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Studi literatur ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terkait pijat bayi, pengaruh pijat bayi terhadap batuk pilek pada balita, memperkaya wawasan dalam bidang pengobatan komplementer beserta meningkatkan pengalaman dalam melakukan studi literatur.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah bahan referensi yang bisa digunakan oleh dosen dan mahasiswa dalam mempelajari perawatan non-farmakologis dalam pendidikan kesehatan. Selain itu diharapkan hasil penelitian ini mampu mendorong minat penelitian mahasiswa dalam bidang terapi alternatif.

1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan

Dapat digunakan oleh tenaga kesehatan sebagai informasi mengenai pijat bayi, pengaruhnya terhadap kesehatan beserta manfaat pijat bayi bagi tubuh bayi. Selain itu dapat digunakan sebagai bukti ilmiah sehingga tenaga kesehatan dapat memberikan rekomendasi berbasis data kepada orang tua terkait metode pijat.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Diharapkan mampu memberikan informasi yang dapat diakses masyarakat tentang manfaat pijat bayi sebagai metode sederhana untuk mendukung kesehatan bayi dan mendorong masyarakat untuk mengadopsi metode pijat bayi sebagai bagian dari perawatan sehari-hari bagi bayi.

