

## PENERAPAN *COMMON COLD MASSAGE* UNTUK MENINGKATKAN BERSIHAN JALAN NAFAS: *CASE REPORT*

Yohana Yuni Hastarini<sup>1</sup>, Ethic Palupi<sup>1\*</sup>, Widayanti<sup>2</sup>, Ellysa Okky Gusma<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

<sup>2</sup>RSU St. Elisabeth Purwokerto

e-mail: [ethic@stikesbethesda.ac.id](mailto:ethic@stikesbethesda.ac.id)

### ABSTRAK

Pendahuluan: ISPA merupakan salah satu penyakit pernafasan dengan indikasi dan gejala batuk, pilek, serak, panas, atau demam dan berlangsung selama 14 hari. Salah satu gangguan kesehatan yang sering terjadi pada anak-anak adalah *common cold* atau batuk pilek. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu dengan terapi non farmakologis dengan cara *common cold massage*. Metode: *Case report* penatalaksanaan asuhan keperawatan dengan penerapan *common cold massage* pada pasien dengan masalah keperawatan bersihan jalan napas. Hasil dan pembahasan: Gejala Utama: Gejala batuk, pilek, serak, panas atau demam dan berlangsung selama 14 hari. Selama 3x pertemuan menunjukkan bahwa didapatkan hasil hari pertama sebelum *common cold massage* SPO2 94%, setelah *common cold massage* SPO2 menjadi 96%, pada hari kedua SPO2 : 98%, hari ke tiga SPO2: 100%. Kesimpulan: Dari hasil yang dilakukan *common cold massage* bahwa adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan informasi mengenai *common cold massage*. Serta didapatkan hasil peningkatan SPO2 pada anak dengan perbedaan atau selisih rata-rata SPO2 dari hari ke 1 sampai ke 3 yaitu 4% serta keluarnya secret yang tertahan. Saran: Penerapan *common cold massage* menjadi salah satu alternatif penanganan masalah keperawatan bersihan jalan napas.

Kata kunci: ISPA; *Common Cold*; *Common Cold Massage*

### ABSTRACT

*Introduction: ARI is a respiratory disease with indications and symptoms of cough, runny nose, hoarseness, heat or fever and lasts for 14 days. One of the health problems that often occurs in children is the common cold or cough and cold. The management carried out is non-pharmacological therapy using common cold massage. Method: Case report on the management of nursing care by applying common cold massage to patients with airway clearance nursing problems. Results and discussion: Main Symptoms: Symptoms of cough, runny nose, hoarseness, heat or fever and last for 14 days. During 3 meetings, it showed that the results obtained on the first day before the common cold massage SPO2 were 94%, after the common cold massage the SPO2 was 96%, on the second day SPO2: 98%, on the third day SPO2: 100%. Conclusion: From the results of common cold massage, there was an increase in mothers' knowledge after being given information about common cold massage. And the results obtained were an increase in SPO2 in children with a difference or difference in the average SPO2 from days 1 to 3, namely 4% and the release of retained secretions. Suggestion: Applying common cold massage is an alternative for handling airway clearance nursing problems.*

*Keywords: ISPA; Common Cold; Common Cold Massage*

## PENDAHULUAN

Anak-anak sangat rentan penyakit, hal ini disebabkan karena sistem kekebalan tubuh yang belum sempurna, sehingga mengakibatkan anak mudah tertular penyakit, salah satunya yaitu ISPA (Infeksi saluran Pernafasan Akut) (Damanik & Sitorus, 2020). ISPA merupakan salah satu penyakit pernafasan dengan indikasi dan gejala batuk, pilek, serak, panas atau demam dan berlangsung selama 14 hari (Wulandari et al., 2023). ISPA terjadi akibat mikroorganisme berupa bakteri, virus, maupun fungi. Salah satu gangguan kesehatan yang sering terjadi pada anak-anak adalah *common cold* atau batuk pilek.

Menurut WHO (World health Organization) tahun 2018, kasus ISPA pada balita di negara berkembang mencapai angka tertinggi yaitu 151,8 juta kasus pertahunnya. Presentase kasus ISPA terfokus pada 6 negara terdiri dari India (43 juta), Tiongkok (21 juta), Pakistan (10 juta), Indonesia, Nigeria maupun Bangladesh (masing-masing 6 juta), yang mencakup 44% dari populasi anak berusia di bawah 5 tahun setiap tahunnya (Khaerunnisa et al., 2022). Prevelensi ISPA di Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan data sebesar 4,4% dengan total 1.017.290 kasus. Kelompok usia 1-4 tahun memiliki prevelensi sebesar 2,0% sementara kelompok usia kurang dari 1 tahun mencapai 4,0% menjadikannya usia dengan prevelensi paling tinggi (Khairunisa et al., 2022).

*Common cold massage* merupakan salah satu pengobatan non farmakologis yang dapat membantu mengurangi gejala batuk dan pilek dengan proses fisiologis. Tujuan *common cold massage* yaitu melemaskan otot-otot pernafasan dan meningkatkan sirkulasi darah. *Common cold massage* merupakan pengobatan yang aman dan sangat efektif untuk bayi baru lahir dan anak-anak yang sedang batuk dan pilek (Putri et al., 2024). Melakukan *common cold massage* yaitu terdiri dari gerakan *massage sinus line*, gerakan *cheek rain drop*, gerakan *big love*, gerakan *butterfly*, gerakan *toby top-intercosta*, gerakan *chest rain drop*, gerakan *back and forth*, gerakan *sweeping neck to feet*, gerakan *back circles*, gerakan *circle over the scapula*, gerakan *back rain drop*, gerakan *pitching*, gerakan *relaxation*, setiap gerakan dilakukan sebanyak 6 kali (Nurjanah & Pratiwi, 2020).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, *case report* ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penerapan *common cold massage* pada pasien anak dengan ISPA di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto.

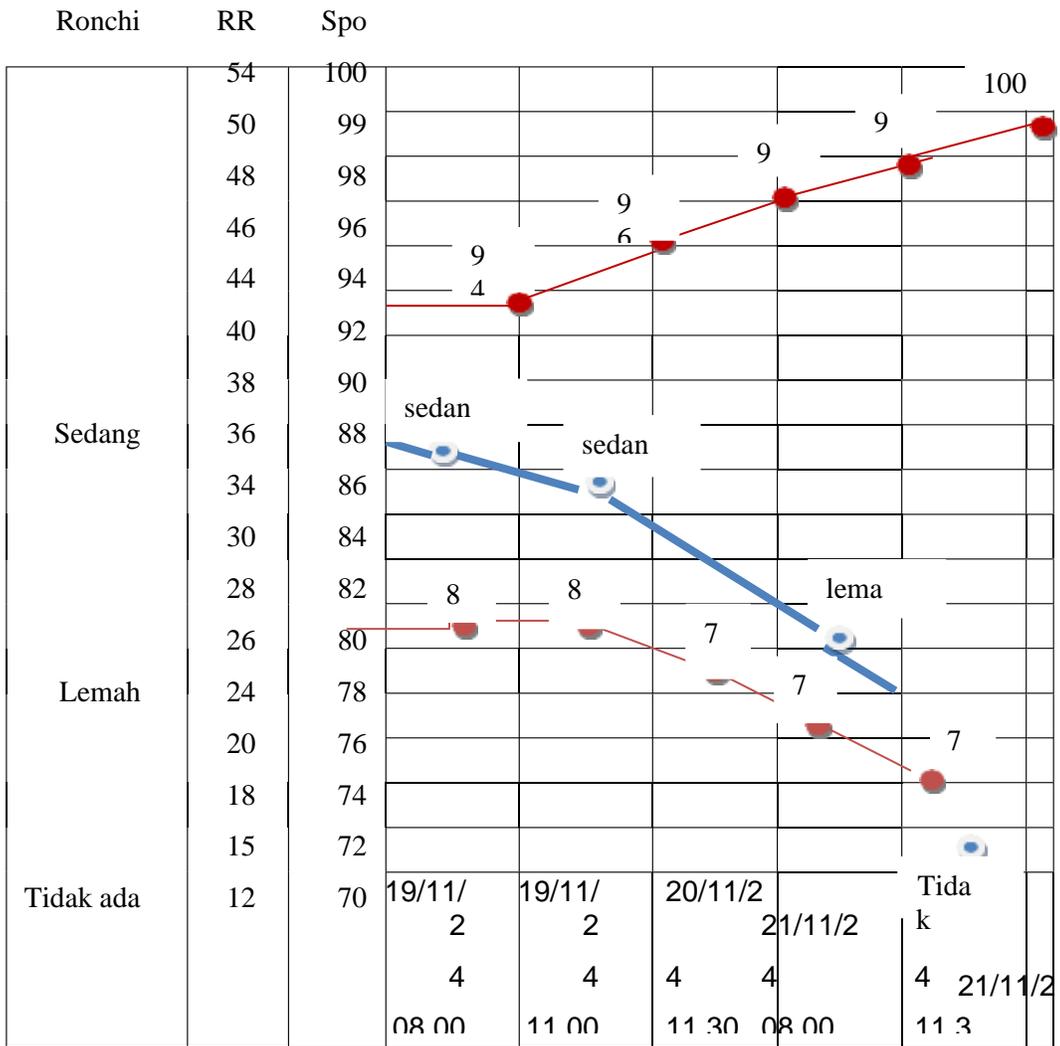
## METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah *Evidence-base case report*, merupakan suatu metode penulisan atau pelaporan sebuah kasus atau masalah klinis dengan pendekatan berbasis bukti (Pudjiastuti, 2020). *Case report* (laporan kasus) merupakan studi kasus yang bertujuan mendeskripsikan manifestasi klinis, perjalanan klinis, dan prognosis kasus. Dan pencatatan *pre-test* dan *post-test design* dengan menggunakan pendekatan *case study*. Sebelum dilakukan intervensi pasien diberi *inform consent* sebagai bukti kesediaan pasien. Setelah itu dilakukan *pre-test* dengan mengukur saturasi oksigen dan respirasi serta menilai suara nafas pasien. Setelah dilakukan intervensi *common cold massage*, dilakukan *post-test* dengan mengukur saturasi oksigen dan respirasi serta mendengarkan bunyi nafas pasien pada kedua lapang paru. Setelah dilakukan *pre-test* dan *post-test*, penulis akan menganalisis dan menilai apakah ada pengaruh penerapan *common cold massage* terhadap saturasi oksigen dan respirasi pada pasien di ruang anak salah satu rumah sakit swasta di Purwokerto tahun 2024.

## HASIL

### Data Klinis Klien

Tanggal	Hasil Intervensi
19/11/2024 (pagi dan sore)	Anak demam batuk ngiklik, hidung tersumbat, terdengar ronchi dilapang paru, dan ada sekresi sedikit pada hidung.
20/11/2024 (siang)	Anak batuk ngiklik, hidung masih kadang tersumbat, masih terdengar ronchi dilapang paru, sekresi mulai dapat di keluarkan.
21/11/2024 (pagi)	Anak masih batuk ngiklik berkurang, sekresi berkurang dan dapat dikeluarkan, terdengar ronchi dilapang paru berkurang.
21/11/2024 (siang)	Anak batuk ngiklik berkurang, sekresi dapat dikeluarkan, terdengar ronchi minimal dilapang paru.
21/11/2024 (sore)	Batuk ngiklik berkurang, sekresi berkurang, tidak terdengar ronchi dilapang paru kanan dan kiri.



**Gambar 1.** Saturasi, Respirasi Rate dan Ronchi sebelum dan sesudah Tindakan *common cold massage*

Sumber: Data Primer, 2024.

## PEMBAHASAN

Hasil pengkajian ditemukan beberapa data senjang atau masalah kesehatan yang dialami oleh klien. Pengkajian dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18 November pukul 10.00 WIB. Hasil pengkajian yang diperoleh penulis yaitu An.L adalah anak berusia 1 tahun 11 bulan, masuk ke rumah sakit dengan diagnosis medis yaitu ISPA. Keluhan utama klien yaitu Ibu pasien mengatakan jika anaknya batuk, pilek dan hidung tersumbat. Hasil pemeriksaan menunjukkan RR 22x/menit, spo 94%, terdapat sekret yang tertahan dan suara ronchi.

Pada pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 19 November pukul 08.00 WIB. Dilakukan tindakan fisioterapi dada selama 10 menit, dengan hasil sekret masih tertahan ditandai pasien masih sulit bernafas dan masih terdapat suara ronchi. Pada pertemuan kedua dilakukan pada tanggal 20 November pukul 11.00 WIB. Dilakukan tindakan *common cold massage* selama 15 menit, dengan hasil sekret keluar, suara ronchi berkurang. Spo2 98%. Selama 2x pertemuan menunjukkan bahwa didapatkan perbedaan setelah dilakukan tindakan *common cold massage*. Perbedaan atau selisih rata – rata spo2 dari hari ke 1 sampai ke 2 yaitu 4%.

Setelah peneliti melakukan 3 kali selama 3 hari intervensi penerapan *common cold massage* pada pasien didapatkan hasil batuk berkurang jauh, hidung tersumbat berkurang, tidak terdengar *ronchi* pada lapang paru, peningkatan saturasi oksigen dan penurunan respirasi rate setelah penerapan *common cold massage* diberikan.

*Common cold massage* adalah jenis tindakan terapeutik edukasi yang memberikan pijatan dan stimulasi pada bagian tubuh. Prosedur penerapan *massage therapy* pada *common cold*: *Sinus line, Ears, Neck and chin cheek rain drop, Big love, Butterfly, Toby top-intercosta, Chest rain drop, Back and forth, Sweeping neck to feet, Back circles, Circle over the scapula, Back rain drop, Pitching, Relaxation*. Setiap Gerakan dilakukan

sebanyak 6 kali. Sebelum dilakukan intervensi *Common cold massage* didapatkan suara ronkhi dan spo2 93-98%, kemudian setelah dilakukan intervensi *Common cold massage* selama 3 hari pada sore hari tanggal 19, pada pagi hari di tanggal 20 dan 21 November 2024 terjadi peningkatan kestabilan spo2 98% dan berkurangnya suara ronkhi. Peneliti menggunakan SOP literatur yang sudah ada. *Common cold massage* dilakukan selama kurang lebih 3 menit setiap gerakan dengan mengukur tekanan tangan agar pasien merasa nyaman dan aman. Ibu pasien mengatakan setelah dilakukan tindakan *Common cold massage* hidung tersumbat dan bapil mulai membaik, tidur lebih nyenyak.

Tindakan keperawatan terapi *common cold massage* adalah salah satu intervensi keperawatan yang bersifat terapeutik dan edukasi. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan efektivitas yang beragam. Yanti (2022) menunjukkan perbaikan batuk pilek pada anak yang menerima pijat dengan durasi selama 5-10 menit dalam 3 kali kunjungan yang dilakukan pada pagi dan sore hari. Sebaliknya pada hasil penelitian Yulianti (2021) menunjukkan perbaikan batuk, tanpa perubahan signifikan pada pilek, dilakukan dengan durasi yang sama, namun hanya dilakukan pada sore hari. Penelitian didukung oleh Ramadhana et al., 2024 yang menjelaskan bahwa pijatan lembut di dada atau punggung dapat membantu meredakan gejala ini dengan melonggarkan saluran pernapasan, melancarkan drainase lendir, dan mengurangi ketidaknyamanan. Pijatan juga dapat menstimulasi sistem imun, membantu tubuh melawan infeksi. Meskipun beberapa studi dalam terapi komplementer menyarankan pijatan sebagai pengobatan tambahan untuk pilek ringan, pengobatan medis tetap menjadi prioritas.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Intervensi keperawatan yang diberikan merupakan penerapan dari *Evidence Based Nursing Practice* (EBNP) berupa terapi *Common Cold Massage* yang dilakukan selama 3 hari selama 5-15 menit. Spo2 dan RR membaik atau DBN dari spo2 93% dan RR 28x/menit menjadi spo2 98% dan RR 24x/menit, suara ronkhi jauh berkurang.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti berterimakasih pada pasien yang telah bersedia menjadi responden dalam case study ini. Selain itu, peneliti juga berterimakasih kepada rumah sakit serta STIKES Bethesda Yakkum.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baidah, B., Ariani, S. P., & Nahdi, R. Al. (2024). Pendidikan Kesehatan Batuk, Pilek dan Pijat *Common Cold* dalam Upaya Mengatasi Ketidakefektifan Bersihan Jalan Napas pada Balita. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 158–165. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i2.267>
- Bria, K. L., Sofiyanti, I., Yuliana, R. L., & Mali, Y. P. (2022). Edukasi Pijat *Common Cold* dalam Mengatasi Batuk Pilek pada Bayi Balita di UPTD Puskesmas Ainiba Kakuluk Mesak Kabupaten Belu. *Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan*, 1(2), 939.
- Damanik, S. M., & Sitorus, E. (2020). Buku Materi Pembelajaran Praktikum Keperawatan Anak. <http://repository.uki.ac.id/2733/1/BukuMateriPembelajaranPraktikumKeperawatanAnak.pdf>
- Fitria, L. (2019). Percepatan Kesembuhan Gejala *Common Cold* pada *Hylocereus Polyrhizus Leather Jelly In Organoleptic and Acceleration of Healing of Common Cold Symptoms in Toddlers* yang Dimanfaatkan Masyarakat sebagai Komplikasi antara Lain Otitis Media Akut Anak Kecil , or. VI(1), 38–44.
- Halimah. (2019). Kondisi Lingkungan Rumah pada Balita Penderita Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) di Desa Teke Kecamatan Palibelo Kabupaten Bima Tahun 2019. <http://repository.poltekeskupang.ac.id>
- Handayani, N. (2023). Faktor Risiko Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada Balita. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(Sup). <https://doi.org/10.15294/HIGEIA.V7ISUP.65159>
- H. Masriadi, S. K. (2017). Epidemiologi Penyakit Menular.
- Khairunisa, P. J., Kustiyah, R. A., & Ayuningtyas, P. R. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian ISPA pada Balita di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2019. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)* 7, 242–252.
- Khasanah, N. (2022). Asuhan Keperawatan pada an. G dengan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) di Ruang Baitunnisa I Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. *Karya Tulis Ilmiah*, 10.
- Meihindra, Setyowati, E., Wijayanti, N., & Katmini. (2021). *Teori Praktis Penyakit Berbasis Kesehatan Lingkungan*.
- Nasution, D. S. (2023). SOP, Skill Lab, Tes Formatip. Scribd. <https://id.scribd.com/document/460635211/sop-skil-lab-tes-formatip>

- Nida, C. (2021). LP Bersihan Jalan Nafas Tidak Efektif. Scribd. <https://www.scribd.com/document/528220420/Lp-Bersihan-Jalan-NafasTidak-Efektif>
- Nurjanah, S., & Pratiwi, E. N. (2020). *Common Cold Massage Therapy* di Wilayah Pada Balita dan Anak-Anak. Gejala Lebih Kental, Berwarna Kuning Hijau Cukup Dijadikan Andalan untuk Obat. Sehingga Diperlukan Metode Penyembuhan Anak (Sutarmi, 2018). *Positif dalam Hal Penambahan Berat Peningkat*. 2(1), 75–81.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Indonesia.
- Putri, A. R., Argarini, D., & Nursasmita, R. (2024). Pengaruh *Common Cold Massage* terhadap Gejala *Common Cold* pada Anak Pra Sekolah di Kelurahan Cipedak Jakarta Selatan. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(4), 1189–1200. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i3.14123>
- Raja Grafindo. Febrianti, R., & Selvi Yanti, J. (2021). Pijat Batuk Pilek pada Bayi di Kelurahan Maharani Kecamatan Rumbai Pesisir. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 95–98. <https://doi.org/10.25311/prosiding.vol1.iss2.92>
- Ramadhana, I. N., Arrachim, S., & Listiyaningsih, M. D. (2024). Pijat *Common Cold* untuk Mengatasi Batuk Pilek pada Bayi Balita di Klinik Ibnu Sina Balikpapan. 3(1), 277–284.
- Sugiarto. (2016). Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif. 4(1), 1–23.
- Wulandari, A., Sutarti, H. C., & Theodora. (2023). Hubungan Sosiodemografi dengan Tingkat Pengetahuan terhadap Perilaku Swamedikasi Terapi *Common Cold*. *Pharmauho: Jurnal Farmasi, Sains, Dan Kesehatan*, 9(1), 7–14. <https://doi.org/10.33772/pharmauho.v9i1.10>