

PENDEKAR: Peningkatan Derajat Kesehatan Anak Melalui Akupresur

PENDEKAR: Enhancement Of Children's Health Degree Through Acupressure

**Dewi Nurlaela Sari^{1*}, Irisana Tambunan², Rahmat Santoso³, Maria Oktaviani⁴,
Asep Rahmadiana⁵**

¹Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana, Jl. Soekarno Hatta No. 754 Cibiru Kota Bandung Jawa Barat, 40614 - Indonesia

² Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana, Jl. Soekarno Hatta No. 754 Cibiru Kota Bandung Jawa Barat, 40614 - Indonesia

³ Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Bhakti Kencana, Jl. Soekarno Hatta No. 754 Cibiru Kota Bandung Jawa Barat, 40614 - Indonesia

⁴ Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana PSDKU Serang, Jl. Raya Taktakan Jl. Komp. Makmur Jaya No.KM.1, Drangong, Kota Serang, Banten 42162 - Indonesia

⁵ Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana PSDKU Tasikmalaya. Jl. Ir. H. Juanda No. 2 Kota Tasikmalaya 46181 - Indonesia

*E-mail corresponding author: dewi.nurlaela@bku.ac.id

Received: 30 Desember 2022; Revised: 10 Maret 2023; Accepted: 4 Mei 2023

Abstrak. Indonesia memiliki musim panas dan hujan dalam satu tahun. Saat pergantian musim tersebut banyak masalah kesehatan yang terjadi, terutama pada anak-anak yang lebih rentan terhadap gejala termasuk demam, batuk, pilek, diare, infeksi saluran pernapasan, dan demam berdarah. Penggunaan obat atau terapi farmakologi adalah satu-satunya pilihan untuk mengobati kondisi ini. Namun, Kementerian Kesehatan RI memberikan edaran terkait pembatasan pemberian obat anak dalam bentuk cair atau sirup kecuali dengan resep dokter. Akibatnya, masyarakat menjadi kebingungan dan cemas dengan keadaan tersebut, karena biasanya masyarakat dapat membeli obat sirup khususnya untuk penanganan batuk pilek, demam yang disebabkan oleh pergantian musim ini. Oleh karenanya, berbagai inisiatif diperlukan untuk meningkatkan kesehatan anak-anak, Akupresur menjadi salah satunya. Tujuan dari Pengabdian kepada Masyarakat (pengmas) ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam menjaga kesehatan anak dengan meningkatkan status imunitasnya melalui akupresur. Metode yang digunakan yaitu pemberian edukasi, pelatihan dan pendampingan pelaksanaan akupresur pada anak. Hasil pengmas menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam upaya mencapai kesehatan anak dengan menggunakan teknik akupresur. Disimpulkan bahwa pelaksanaan pengmas berdampak positif terhadap peningkatan kesehatan anak. Akupresur dapat diterapkan secara mandiri terutama di lingkungan yang paling dekat dengan anak-anak, seperti keluarga dan sekolah sehingga peningkatan derajat kesehatan anak dapat terwujud secara komprehensif.

Kata Kunci: Akupresur, kesehatan anak, edukasi, pendampingan

Abstract. Numerous health issues are brought on by Indonesia's significant seasonal variations, particularly in youngsters who are more susceptible to symptoms including fever, coughing, runny nose, diarrhea, respiratory infections, and dengue hemorrhagic fever. The use of medications or pharmacological therapy is the only option for treating these conditions. However, the Indonesian Ministry of Health has been circulating a warning against giving children drugs in liquid or syrup form without first seeing a medical professional. People were terrified as a result. As a result, various initiatives are required to promote children's health, acupressure being one of them. The goal of this volunteer work is to improve people's understanding and proficiency in using acupressure on kids. Demonstrations, training, and mentorship are the methods utilized to impart knowledge and skills. The results show an improvement in knowledge and abilities in an endeavor to achieve children's health using an acupressure technique. It is hoped that acupressure can be a complementary, non-pharmacological therapy that can be used to promote the understanding that everyone has a role to play in maintaining good health, especially in the environments that are closest to children, such as their families and



schools. It has been concluded that implementing community service with acupressure has a positive impact on improving children's health.

Keywords: Acupressure; child health; education; mentorship

DOI: 10.30653/jppm.v8i2.358

1. PENDAHULUAN

Indonesia adalah termasuk negara yang berada di wilayah tropis, karena itu di Indonesia hanya mengenal adanya dua musim yaitu musim kemarau dan musim penghujan. Namun dalam peralihan antara musim kemarau ke musim penghujan demikian pula sebaliknya dikenal dengan adanya musim pancaroba. Saat peralihan musim atau musim pancaroba ini seringkali ditandai dengan keadaan udara yang tidak menentu, angin kencang, curah hujan tinggi yang diselingi dengan panas terik matahari (Pujiarto, 2014).

Perubahan suhu yang signifikan membuat tubuh tidak mampu menyesuaikan dengan baik yang akhirnya berujung terserang penyakit. Karena itu pulalah maka di Indonesia dikenal adanya penyakit musim pancaroba yang memang terjadinya secara musiman. Penyakit musim pancaroba yang sering timbul antara lain: Demam Berdarah Dengue (DBD), Infeksi Saluran Pernafasan Atas (ISPA), Flu, Diare, Tifus, dan penyakit lain akibat virus, seperti Cacar Air dan Campak. Penyakit musiman ini dapat terjadi akibat perubahan suhu udara drastis yang ternyata bisa mempengaruhi sistem kekebalan tubuh serta meningkatkan risiko berkembangnya virus maupun bakteri. Selain itu, angin yang terasa panas saat musim pancaroba banyak mendatangkan debu yang mudah masuk ke dalam saluran pernapasan, yang mengakibatkan terjadi iritasi pada saluran pernapasan dan memicu gangguan Kesehatan (Sarmin et al., 2020). Unit Kerja Koordinasi Infeksi dan Penyakit Tropis IDAI telah menghimpun 10 penyakit yang dapat menyerang anak-anak selama musim hujan yakni DBD, Leptospirosis, Influenza, infeksi jamur, infeksi saluran cerna, kolera, konjungtivitis, demam tipoid, hepatitis A, selesma (Siregar, 2022).

Meningkatnya angka kejadian ISPA, DBD dan keluhan-keluhan seperti demam, batuk flu pada anak-anak di masa pancaroba ini membuat kepanikan tersendiri khususnya bagi para orang tua. Kementerian Kesehatan mencatat di tahun 2022, jumlah kumulatif kasus Dengue di Indonesia sampai dengan Minggu ke-22 dilaporkan 45.387 kasus. Sementara jumlah kematian akibat DBD mencapai 432 kasus. Kasus dengue sudah dilaporkan di 449 kabupaten/kota yang tersebar di 34 provinsi dengan kematian tersebar di 162 kabupaten/kota di 31 provinsi. temuan Incidence rate DBD (jumlah kasus DBD per 100.000) tertinggi terjadi di 10 provinsi termasuk salah satunya Jawa Barat. Kota Bandung merupakan penyebab penyumbang tertinggi kasus tersebut. Tidak hanya DBD tapi keluhan-keluhan lainnya seperti keluhan demam juga meningkat pada anak. Demam pada anak menimbulkan kekhawatiran orangtua yang seringkali menyebabkan pemberian antipiretik tanpa mengukur suhu anak terlebih dahulu. Kebanyakan orang tua memberikan obat penurun panas walau belum ada indikasi yang tepat (Tahira et al., 2022). Beberapa faktor yang mempengaruhi suhu tubuh antara lain adalah waktu dimana suhu berada dititik terendah pada pagi hari dan suhu puncak pada sore hari, tingkat aktivitas, makanan, usia dimana bayi dan anak kecil biasanya memiliki suhu yang lebih tinggi dibandingkan anak yang lebih tua (Sarmin et al., 2020). Demam dan influenza ini akan mengubah pola aktivitas, pola tidur, perilaku, dan juga menurunkan nafsu makan (Pujiarto, 2014). Oleh sebab itu, fokus utama harusnya untuk meningkatkan kebugaran anak. Penanganan pada peningkatan suhu tubuh bisa dilakukan dengan farmakologis, non farmakologis, ataupun gabungan farmakologis dan non farmakologis (Saryanti & Anggraini, 2018). Selama ini upaya mempertahankan imunitas atau kebugaran anak terbatas hanya pada orang tua dan melalui pemberian vitamin sebagai bentuk preventif, yang terkadang membuat anak bosan. Karena kurang maksimalnya upaya tersebut maka perlu adanya upaya lain yang bersifat tidak hanya preventif tetapi promotif, kuratif dan rehabilitatif. Upaya tersebut dapat melalui pendekatan akupresur untuk meningkatkan kebugaran anak serta dapat mandiri dilakukan oleh orang tua atau orang terdekat di lingkungan

sekitar misalnya guru ataupun anak itu sendiri, sehingga kesehatan anak dapat secara optimal tercapai (Yulianti & Yanti, 2021).

Salah satu Yayasan pendidikan di Kota Bandung yang terdiri dari *day care*, taman kanak-kanak (TK), dan juga Sekolah Dasar merupakan tempat anak-anak beraktivitas selain menimba ilmu juga menjalankan aktivitas lain di luar rumah. Oleh karena itu diharapkan tingkat kebugaran masing-masing anak harus dapat terjaga untuk meminimalisir proses penularan penyakit umum khususnya pada musim pancaroba. Salah satu upayanya yaitu dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua murid dan guru untuk dapat menjaga upaya peningkatan kesehatan.

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat (pengmas) dengan tema “Pendekar” ini dilakukan dengan target sasaran yaitu masyarakat umum namun dalam hal ini dibatasi sesuai mitra kerjasama yaitu guru dan persatuan orang tua murid di salah satu Yayasan Pendidikan di Kota Bandung. Kegiatan dilakukan secara bertahap dimulai dari tanggal 12 November 2022 dan berakhir di tanggal 30 November 2022. Berdasarkan analisis kebutuhan mitra yang telah dilakukan, sehingga dalam kegiatan pengmas ini ditentukan beberapa metode yaitu:

- a) Edukasi pengetahuan tentang kesehatan anak dan upaya untuk mencapainya, hal ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman sasaran dalam menjaga kesehatan anak serta dapat mempertimbangkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan anak untuk bisa dihindari. Selain itu juga diberikan edukasi pengetahuan mengenai *essential oil* ramah anak yang bertujuan memberikan wawasan masyarakat terkait perbedaan masing-masing *essential oil* yang sering digunakan untuk kebutuhan anak dapat disesuaikan dengan usia anak dan faktor anak lainnya sehingga penggunaannya dapat efektif.



Gambar 1. Pemberian edukasi

- b) Demonstrasi, dan praktik langsung (pelatihan) terkait teknik akupresur dalam mewujudkan kesehatan anak. Sasaran diajarkan mengenai konsep dasar akupresur, titik-titik meridian, cara penekanan dan bagaimana mengelola suatu penyakit anak atau pun keluhan kesehatan anak dengan akupresur.



Gambar 2. Demonstrasi dan pelatihan

- c) Pendampingan mitra dalam penerapan akupresur baik di lingkungan rumah maupun sekolah. Pengetahuan dan keterampilan yang diberikan akan terasa kebermanfaatannya jika dilakukan terus menerus dan diterapkan di kehidupan sehari-hari untuk mencapai tujuan yang optimal yaitu kesehatan anak, sehingga diberlakukan pendampingan terhadap mitra terkait penerapan akupresur. Tujuan dari pendampingan ini yaitu mitra dapat melakukan teknik akupresur dengan benar dan tepat. Mitra juga dibekali dengan buku saku terkait teknik akupresur pada anak, yang telah di siapkan oleh tim pengmas sebagai panduan melakukan akupresur di rumah ataupun di sekolah.



Gambar 3. Pendampingan penerapan akupresur di sekolah

Salah satu tolak ukur keberhasilan dari pengmas ini yaitu dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah di berikannya edukasi pengetahuan meliputi kesehatan anak secara umum, essential oil sebagai media akupresur yang ramah anak serta konsep akupresur yang disajikan melalui distribusi frekuensi sehingga dapat terlihat perbedaannya. Selain itu dilakukan juga pengukuran keterampilan melakukan teknik akupresur sebelum dan setelah dilakukan pendampingan dan disajikan dalam distribusi frekuensi. Kedua penilaian tersebut dilakukan dengan menggunakan instrumen untuk pengetahuan berupa kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan dengan pilihan jawaban. Sedangkan instrumen keterampilan yaitu daftar tilik penilaian sesuai standar operational prosedur (SOP) melakukan akupresur, sehingga penilaian tersebut bersifat objektif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat dengan tema pendidikan dan kesehatan serta dengan judul yang diangkat adalah Peningkatan Derajat Kesehatan Anak Dengan Akupressure (Pendekar) menghasilkan hasil seperti di bawah ini :

a) Pemberian Edukasi Kesehatan

Pemberian edukasi kesehatan dalam pengmas ini terdiri dari beberapa topik bahasan yaitu tentang kesehatan anak, essential oil yang sesuai dengan kebutuhan anak guna sebagai bahan pendukung pelaksanaan akupresure, serta konsep dasar akupresure pada anak. Materi diberikan oleh dosen tim pengmas dan pakar dalam akupresure. Keberhasilan edukasi kesehatan yang diberikan dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan

Tingkat Pengetahuan	Edukasi Kesehatan			
	Sebelum Pemberian Edukasi	Prosentase (%)	Setelah Pemberian Edukasi	Prosentase (%)
Baik	2	5.4	18	48.6
Cukup	17	46	18	48.6
Kurang	18	48.6	1	2.8
Total	37	100	37	100

Tabel 1. Menunjukkan terjadi perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah di berikan Edukasi kesehatan. Sebelum dilakukan edukasi kesehatan sebagian besar (48.6%) masyarakat memiliki pengetahuan yang kurang terkait kesehatan anak dan akupresur. Sedangkan setelah pemberian edukasi kesehatan sebagian kecil masyarakat (2.8%) memiliki pengetahuan yang kurang.

Edukasi kesehatan adalah aplikasi atau penerapan pendidikan didalam bidang kesehatan. Secara operasional edukasi kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat (Luthfi et al., 2021). Intervensi Edukasi kesehatan merupakan salah satu tindakan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku individu, kelompok ataupun masyarakat. Edukasi kesehatan sebagai sekumpulan pengalaman yang mendukung kebiasaan, sikap, dan pengetahuan yang berhubungan dengan kesehatan individu, masyarakat, dan ras (Mab'uroh, 2018).

Proses belajar dalam Edukasi kesehatan merupakan proses terjadinya perubahan kemampuan pada subjek belajar dengan keluaran yang diharapkan adalah kemampuan sebagai hasil perubahan perilaku dari sasaran didik. Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah diberikan pendidikan kesehatan merupakan salah satu aspek kemampuan yang dicapai oleh sasaran didik (peserta pengmas) sebagai akibat adanya proses belajar (Utari et al., 2014). Pencapaian tujuan pendidikan kesehatan akan lebih mudah dengan penggunaan media pembelajaran yang sesuai dan dapat meningkatkan kemudahan penerimaan informasi, bahwa penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga orang tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Luthfi et al., 2021). Dalam konteks pengmas ini yaitu menjaga kesehatan anak dengan pendekatan akupresur.

Edukasi akupresur pada pengabdian masyarakat ini memberikan pengetahuan terkait titik-titik akupresur untuk meningkatkan imunitas pada anak khususnya terkait pencegahan dan penanganan batuk pilek yang merupakan penyakit musiman sebagai penyakit pancaroba. Flu, salesma atau batuk pilek sebagian besar (90%) disebabkan oleh virus saluran pernapasan, umumnya rhinovirus, dan penderita dapat sembuh sendiri (self limitingdisease) bergantung pada daya tahan tubuhnya (Gitawati, 2014).

Batuk pilek menurut ilmu pengobatan timur disebabkan karena penyebab penyakit luar, akibat serangan dingin pada permukaan tubuh, misalnya pada perubahan cuaca. Hidung merupakan

bagian saluran pernapasan yang langsung berhubungan dengan alam semesta, dan berfungsi memasukkan udara luar ke dalam paru-paru. Ketika yang dihirup adalah cuaca dingin, atau kering maka memicu terjadinya pilek dan batuk. Batuk pilek juga dipicu oleh lemahnya energi (qi) pada paru, limpa dan serangan pathogen dingin pada permukaan tubuh, menyebabkan timbulnya gejala seperti hidung tersumbat, keluar ingus dari hidung dan sesak napas yang merupakan tanda dan gejala pilek (Nugraeny & Andriani, 2021).

Penyembuhan penyakit dengan terapi akupresur didasarkan pada teori meridian. Menurut teori ini chi atau qi atau energi vital dan darah bersirkulasi dalam tubuh melalui sistem saluran yang sama yang disebut meridian. Jalur meridian ini menghubungkan jaringan atau organ-organ internal dalam tubuh. Penekanan pada accupoint tertentu pada jalur meridian, akan mengalirkan kembali chi atau energi yang lemah akibat proses penyakit. Sehingga seluruh organ tubuh akan memperoleh chi atau energi yang cukup, sehingga terjadi keseimbangan energi. Batuk pilek menurut teori tradisional timur akibat paparan dingin pada permukaan tubuh dan lemahnya energi pada limpa dan paru, dan tidak lancarnya sirkulasi darah. Dengan akupresur pada titik LU 1, LU7, ST 36 secara tonifikasi dan titik ST40, L120 secara sedasi, akan melancarkan dan menguatkan energi kembali (Fairus et al., 2021).

b) Pemberian Keterampilan Akupresur

Pengabdian masyarakat kali ini tidak hanya peningkatan pengetahuan masyarakat tetapi juga peningkatan keterampilan masyarakat terkait upaya mencapai kesehatan melalui akupresur. Hal ini bertujuan untuk tercapainya kesehatan masyarakat yang optimal dan maksimal. Upaya mewujudkan kesehatan dapat dilakukan dari lingkungan terkecil yaitu keluarga dan sekolah. Masyarakat diberikan demonstrasi dan juga pelatihan dalam mempelajari teknik akupresur baik dalam pelaksanaan kegiatan ataupun pada saat pendampingan guna terwujudnya upaya peningkatan kesehatan anak di lingkungan rumah dan sekolah.

Keberhasilan pendidikan keterampilan tentang akupresur juga dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi keterampilan masyarakat dalam melakukan akupresur sebagai upaya kesehatan anak sebelum dan sesudah di berikan pelatihan dan pendampingan.

Kategori Keterampilan	Pelatihan & Pendampingan Akupresur			
	Sebelum Pemberian Pendampingan	Prosentase (%)	Setelah Pemberian Pendampingan	Prosentase (%)
Baik	0	0	22	59.5
Cukup	5	13.5	15	40.5
Kurang	32	86.5	0	0
Total	37	100	37	100

Tabel 2. menjelaskan gambaran mengenai kemampuan masyarakat sebagai peserta pengmas sebelum dan sesudah diberikan pelatihan dan pendampingan terkait teknik akupresur. Terjadi peningkatan yang signifikan yaitu sebelum dilakukan pelatihan tidak ada yang memiliki keterampilan yang baik tentang akupresur pada anak namun setelah dilakukan pelatihan sebagian besar (59.5%) masyarakat memiliki keterampilan yang baik tentang penerapan akupresur pada anak.

Akupresur adalah bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik – titik tertentu pada tubuh dengan metode yang sama dengan akupuntur, yang membedakannya terapi akupresur tidak menggunakan jarum dalam proses pengobatannya. Sejalan dengan waktu dan bertambahnya pengalaman, terapi pijat kemudian berkembang dalam dua arah: pijat atau masase

yang termasuk dalam disiplin ilmu fisioterapi dan akupresur termasuk dalam pengobatan alternatif atau ilmu komplementer (Rahmat, 2017).

Peningkatan daya tahan tubuh dan penyembuhan penyakit dengan terapi akupresur didasarkan pada teori meridian. Menurut teori ini chi atau qi atau energi vital dan darah bersirkulasi dalam tubuh melalui system saluran yang sama yang disebut meridian. Jalur meridian ini menghubungkan jaringan atau organ-organ internal dalam tubuh. Penekanan pada acupoint tertentu pada jalur meridian, akan mengalirkan kembali chi atau energi yang lemah akibat proses penyakit. Sehingga seluruh organ tubuh akan memperoleh chi atau energi yang cukup, sehingga terjadi keseimbangan energi (Fairus et al., 2021).

Metode demonstrasi dan pendampingan tentang penerapan teknik akupresur diharapkan dapat memperkuat keterampilan masyarakat sehingga cita-cita mewujudkan kesehatan anak dapat terwujud secara optimal dimulai dari lingkungan terdekat dengan anak, yakni dalam hal ini adalah rumah atau keluarga dan sekolah tempat mereka menghabiskan sebagian waktunya. Keterampilan yang dilatih dalam pengmas ini yaitu teknik akupresur untuk meningkatkan daya tahan tubuh khususnya terakit pencegahan dan penanganan batuk pilek, demam dalam musim pancaroba. Pemberian keterampilan ini dilakukan secara berkelanjutan yaitu pada saat awal dan juga pendampingan. Peserta / mitra diajarkan terkait titik-titik meridian untuk meningkatkan imunitas khususnya yang dapat mencegah atau mengatasi batuk pilek. Terdapat titik meridian sebagai titik akupresur untuk meningkatkan daya tahan tubuh yaitu titik ST 36, titik SP 6, titik LI 4, titik LI 11, titik LV 3, titik K27, titik KD 3, titik LV 3, titik CV 17, titik GB 39, titik KI 1, titik CV 12, dan BL 23. Titik-titik tersebut jika dilakukan

akupresur dapat memberikan beberapa pengaruh seperti efek rasa nyaman, mengurangi pusing, mengurangi nyeri, dan meningkatkan stamina tubuh. Tetapi dalam pengmas ini hanya terbatas dalam 5 titik yang diajarkan yaitu titik LI 4 (yaitu titik yang berada di jari tangan, posisinya di bagian lunak antara jari telunjuk dan ibu jari), titik LI 11 (antara lipatan siku sebelah luar dan tonjolan tulang siku), titik ST 36 (terletak di bagian depan kaki dan di bawah lutut), titik SP 6 (titik yang berada sekitar tiga jari di atas pergelangan kaki, tepatnya pada bagian lunak atau otot betis bagian bawah), dan titik LV 3 (terletak pada bagian atas kaki dan di antara jari kaki kedua dan pertama) (Endah & Patriyani, 2022).

Teknik akupresur tersebut dapat di aplikasikan secara mandiri oleh para orang tua ataupun guru sebagai mitra sehingga perwujudan kesehatan dapat dilakukan dari lingkungan terkecil yaitu rumah dan ketika anak diluar rumah yaitu disekolah dapat dilakukan oleh guru sehingga masalah kesehatan pada anak yang berhubungan dengan masa pancaroba seperti batuk, pilek dan demam ataupun masalah-masalah lainnya yang berhubungan selama pandemi dapat tratasi sedini mungkin sebagai tindakan awal tanpa berpatokan pada obat kimia terlebih dahulu (Endah & Patriyani, 2022).

4. SIMPULAN

Pemberian pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat khususnya orang tua murid dan guru memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku guna mewujudkan kesehatan. Orang tua dan guru dapat mengaplikasikan teknik akupresure untuk mengurangi keluhan gejala sakit pada anak ataupun untuk meningkatkan imunitas anak. Diharapkan dengan pendidikan kesehatan dan pemberian keterampilan tersebut sehat menjadi tanggung jawab Bersama dimulai dari lingkup terkecil yaitu keluarga dan sekolah. Disarankan guna mendapatkan hasil yang maksimal dan optimal penerapan akupresure dilakukan secara simultan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian kepada masyarakat ini tidak dapat terlaksana dengan baik tanpa dukungan berbagai pihak khususnya Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Bhakti Kencana yang telah memberikan dukungan baik materil maupun moril.

REFERENSI

- Endah, R., & Patriyani, H. (2022). Pelatihan Akupresur Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Masyarakat. *Jurnal Emphaty*, 3(2), 139–145.
- Fairus, M., Triwijayanti, Y., Poltekkes, Cindy, C., Maylina, M. & Maya, M. (2021). Edukasi Teknik Akupresur Untuk. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian 2021, "Penelitian Dan Pengabdian Inovatif Pada Masa Pandemi Covid-19"*, Isbn: 978-623-6535-49-3, 928–932.
- Gitawati, R. (2014). Bahan Aktif Dalam Kombinasi Obat Flu Dan Batuk-Pilek, Dan Pemilihan Obat Flu Rasional Active Ingredients In Common Cold Fixed-Dose Combination Products And Analysis Of Its Rationale. *Media Litbangkes*, 24(1), 10–18. <https://Media.Neliti.Com/Media/Publications/20690-Id-Bahan-Aktif-Dalam-Kombinasi-Obat-Flu-Dan-Batuk-Pilek-Dan-Pemilihan-Obat-Flu-Yang.Pdf>
- Kemendes RI. Hadapi Musim Pancaroba Dengan Menerapkan Pola Hidup Bersih Dan Sehat. 2022. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1237/hadapi-musim-pancaroba-dengan-menerapkan-pola-hidup-bersih-dan-seha.
- Luthfi, A., Khairunnas, Siregar, M., & Zakiyuddin. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Covid-19 Pada Siswa Sdn Peunaga Kec Meureubo Kab Aceh Barat. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2(1), 1. [Http://Books.Google.Com/Books?Id=Ial3aaaqbj&Printsec=Frontcover&Dq=Intitle:Market+Research+In+Practice+Inauthor:Hague&HI=&Cd=1&Source=Gbs_Api%0apapers3://Publication/Uuid/4eea28e9-41a0-4677-9426-7b552915d62f%0ahttps://Doi.Org/10.1080/23311886.2019.16](http://Books.Google.Com/Books?Id=Ial3aaaqbj&Printsec=Frontcover&Dq=Intitle:Market+Research+In+Practice+Inauthor:Hague&HI=&Cd=1&Source=Gbs_Api%0apapers3://Publication/Uuid/4eea28e9-41a0-4677-9426-7b552915d62f%0ahttps://Doi.Org/10.1080/23311886.2019.16)
- Mab'uroh, U. (2018). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Santri Husada Dalam Membentuk Santri Sehat Berdasarkan Teori Health Promotion Model. *Tesis Repository Unair*, 1–108.
- Nugraeny, L., & Andriani, L. (2021). Pengaruh Akupresur Terhadap Induksi Alami Pada Ibu Bersalin Di Klinik Pratama Niar Medan Amplas Tahun 2020. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehatan (J-Bikes)*, 1(1), 1–8.
- Pujiarto, P. S. (2014). *Batuk Pilek (Common Cold) Pada Anak*. November, 1–8.
- Sarmin, S., Hijrawati, H., Pertiwi, R., Ningsi, C. N., Wulandari, W., & Tosepu, R. (2020). Hubungan Iklim Dengan Penyakit Influenza : Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Lingkungan: Jurnal Dan Aplikasi Teknik Kesehatan Lingkungan*, 17(1), 27–32. <https://Doi.Org/10.31964/Jkl.V17i1.210>
- Saryanti, D., & Anggraini, T. D. (2018). Edukasi Pemilihan Obat Dalam Swamedikasi Penyakit Flu Dan Batuk Pada Anak. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(2), 220. <https://Doi.Org/10.26877/E-Dimas.V9i2.1804>
- Siregar. (2022). "IDAI: Waspada 10 Penyakit yang Mengintai Anak di Musim Hujan": <https://www.kompas.com/sains/read/2022/02/25/194500123/idai--waspada-10-penyakit-yang-mengintai-anak-di-musim-hujan?page=all>.
- Rahmat, S. (2017). *Pengaruh Akupresur Terhadap Napsu Makan*. 001, 1–9.

- Tahira, A., Sukmara Putri, R., & Prifiantari, S. (2022). Under A Creative Commons Attribution-Sharealike 4.0 International Menerapkan Pemahaman Penyakit Influenza Pada Anak Usia Dini. *Menerapkan Pemahaman Penyakit Influenza Pada Anak Usia Dini*, 7(1), 41–50. [Http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/assibyan/article/view/5308/3455](http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/assibyan/article/view/5308/3455)
- Utari, W., Arneliwati, & Novayelinda, R. (2014). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Keluarga Tentang Infeksi Saluran Pernapasan Akut (IsPa). *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 1–7. [Jom.unri.ac.id/index.php/jompsik/article/download/3489/3385?](http://jom.unri.ac.id/index.php/jompsik/article/download/3489/3385)
- Yulianti, E., & Yanti, J. S. (2021). *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal) Therapy Pijat Guna Mengurangi Keluhan Batuk Pilek Pada Bayi (Massage Therapy To Reduce Complaints Coughing Of The Common Cold In Babies). 1*, 126–132.