

## BAB 5

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 4.1 Simpulan

Berdasarkan hasil temuan peneliti, dapat disimpulkan bahwa gejala batuk pilek setelah diberikan terapi batuk pilek komplit (*baby massage*, terapi uap, dan *Infrared*) di Wawa *Holistic Care* adalah gejala batuk pilek ringan. Hal ini dikarenakan setelah diberikan terapi komplit (*baby massage*, terapi uap, dan *Infrared*), dahak atau sumbatan pada saluran pernapasan menjadi encer dan saluran pernapasan melebar. Sehingga dahak mudah keluar dan udara dapat keluar masuk dengan lancar dan tidak menimbulkan bunyi.

#### 4.2 Saran

##### 4.2.1 Bagi Tempat Penelitian

Melakukan pemberian pendidikan kesehatan kepada masyarakat melalui penyuluhan dan kegiatan simulasi tentang pencegahan penularan batuk pilek dan melakukan perawatan lingkungan.

##### 4.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Melakukan kerja sama dengan organisasi kemahasiswaan dan tokoh masyarakat dalam memberikan penyuluhan tentang pencegahan batuk pilek agar tidak terjadi batuk pilek berulang pada balita karena banyak sekali faktor yang menyebabkan batuk pilek pada balita.

##### 4.2.3 Bagi Orang Tua

Menambah wawasan orang tua tentang pencegahan batuk pilek sehingga dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah batuk pilek pada balita,

memperhatikan gizi balita dengan memberikan makanan bergizi seimbang pada balita, tidak harus mahal karena banyak makanan bergizi dengan harga terjangkau bila orang tua pandai mengolah masakan.

#### **4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Melakukan pengembangan penelitian tentang faktor lain yang menyebabkan batuk pilek karena belum ditemukan faktor determinan penyebab batuk pilek terutama pada balita.

