

Pengaruh Terapi Common Cold Massage untuk Mengatasi Batuk Pilek Bayi Usia 3-24 Bulan di PMB Sutimah

The Effect of Common Cold Massage Therapy on Reducing Cough and Cold Symptoms in Infants Aged 3–24 Months at PMB Sutimah

Kurnia Sari ¹⁾, Nila Widya Keswara ²⁾

^{1,2} Fakultas Teknologi dan Kesehatan, Program Studi S1 Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brwijaya, Malang, Indonesia.

Corresponding Author:

kurniasari1180@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [05 Mei 2026]

Revised [22 Juli 2026]

Accepted [29 Juli 2026]

Kata Kunci :

Pijat Batuk Pilek, Batuk Pilek, Bayi Usia 3-24 Bulan, Terapi Non farmakologis.

Keywords :

Common Cold Massage, Cough And Cold, Babies Aged 3-24 Months, Non-Pharmacological Therapy.



ABSTRAK

Batuk pilek atau *common cold* merupakan gangguan kesehatan yang seringkali terjadi oleh bayi, balita atau anak usia dini. Oleh karena itu, diperlukan metode penanganan yang aman dan minim efek samping. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah pendekatan nonfarmakologis berupa terapi *common cold massage* untuk membantu mengurangi gejala batuk dan pilek pada bayi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengkaji pengaruh terapi *common cold massage* pada penurunan gejala batuk dan pilek pada bayi usia 3 hingga 24 bulan di PMB Sutimah. Metode : Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental*. Sebanyak 30 responden dengan bayi usia 3-24 bulan, Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi *pre-test* dan *post-test*, lalu dianalisis dengan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada *pre-test*, 80% responden mengalami gejala batuk pilek kategori sedang. Setelah intervensi, 93,3% bayi usia 3–24 bulan mengalami penurunan gejala hingga kategori ringan. Uji *Wilcoxon* menggunakan SPSS diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya pengaruh signifikan secara statistik terapi *common cold massage* terhadap penurunan gejala batuk pilek. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa *common cold massage* dapat mempengaruhi penurunan gejala batuk pilek pada bayi usia 3-24 bulan.

ABSTRACT

Cough and cold, commonly known as the common cold, are prevalent conditions in infants, toddlers, and young children. Thus, safe treatment approaches with few side effects are required. One non-pharmacological option is common cold massage therapy, which may assist in relieving symptoms in infants. This study aims to examine the effect of common cold massage therapy on reducing cough and cold symptoms in infants aged 3 to 24 months at PMB Sutimah. The present study utilized a quantitative pre-experimental method, with a sample of 30 respondents included, infants aged 3-24 months, selected using a purposive sampling technique. Data were collected through pre-test and post-test observation sheets and analyzed using SPSS. The study showed that at pre-test, 80% of respondents had moderate cough and cold symptoms. After the intervention, 93.3% of infants aged 3–24 months experienced a reduction to mild symptoms. The Wilcoxon test using SPSS produced a significant result ($p = 0.000$, $p < 0.05$), indicating that common cold massage therapy significantly reduced cough and cold symptoms. This study indicates that common cold massage can reduce the occurrence of cough and cold symptoms in infants aged 3 to 24 months.

PENDAHULUAN

Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA) yaitu salah satu penyakit menular yang menjadi beban kesehatan utama, terutama di negara-negara berkembang. Berdasarkan data dari *World Health Organization* tahun 2020, ISPA menyebabkan sekitar 4,25 juta kematian setiap tahun. secara global (WHO, 2020). Penyakit ISPA tidak hanya memberikan dampak secara umum, tetapi juga memiliki prevalensi yang tinggi pada kelompok usia rentan, khususnya anak usia bawah lima tahun (balita). WHO mencatat bahwa pada tahun yang sama, ada sekitar 1.988 masalah ISPA pada anak usia 1 tahun sampai usia 5 tahun, dengan prevalensi mencapai 42,91% (Rosanti F & Royidah A, 2025).

Menurut data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2025, distribusi penyakit ISPA di Indonesia tergolong cukup tinggi dengan presentase mencapai 62,19% . Berikut sepuluh provinsi dengan kasus ISPA tertinggi , antara lain: Jawa Barat (17,43%), Jawa Tengah (15,78 %), DKI Jakarta (14,2%), Jawa Timur (13,1%), Banten (9,0%), DI Yogyakarta (3,5%), Sulawesi Selatan (4,6 %), NTB (3,9%), Sumatra Barat (4,5%), Kalimantan Timur (4,2%) (Kemenkes, 2025) Berdasarkan data Profil Kesehatan Gunung Kidul jumlah kasus ISPA tahun 2023 mencapai 6.251 kasus dengan presentase kasus sebanyak 1,14 % . Meskipun terjadi penurunan pada tahun terakhir, jumlah kasus tetap berada pada angka yang tinggi dan menunjukkan bahwa permasalahan ISPA masih tergolong sebagai permasalahan kesehatan masyarakat yang signifikan dan membutuhkan penanganan serius serta keterlibatan aktif dari berbagai sektor terkait (Dinkes Kabupaten Gunung Kidul,2024)

LANDASAN TEORI

Bayi Usia 3-24 tahun .

Usia bayi < 2 tahun merupakan usia yang memiliki pengaruh besar pada kerentanan terhadap penyakit, memiliki kekebalan yang belum matang dan saluran pernafasan yang masih sempit. Dimana usia 3-24 bulan termasuk dalam usia rentan terhadap penyakit. Batuk pilek atau *common cold* ialah gejala kejadian infeksi pertama pada balita termasuk bayi < 2 tahun dan sistem kekebalan secara alami belum berkembang secara optimal (Maharani Shinta dkk, 2024).

Common Cold (Batuk Pilek)

Common cold sendiri menurut *National Institute for Health and Care Excellence (NICE)* didefinisikan berupa infeksi saluran nafas bagian atas dalam kategori ringan yang memiliki prinsip *self-limiting* dengan gejala yang meliputi; mengeluarkan lendir atau cairan, hidung terumbat, bersin-bersin, radang, dan batuk (Kumala Reza Rahma dkk, 2025). Batuk pilek dan kemampuan imunitas manusia memiliki keterkaitan dalam menghadapi infeksi virus (Putri A dkk, 2024). *Common cold* membutuhkan penanganan dengan tepat, jika dibiarkan tanpa pengobatan, kondisi ini memiliki resiko yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti bronkitis, pneumonia, sinusitis, demam serta kejang (Heriyana D & Musni, 2025). *Common cold* (batuk pilek) dapat diatasi dengan terapi yang berkaitan dengan penggunaan obat-obatan (farmakologis) dan terapi yang berfokus pada pemanfaatan mekanisme fisiologis alami tubuh (non farmakologis), salah satunya adalah terapi pijat *common cold* (Kumala Reza Rahma dkk, 2025).

Common Cold Massage

Dalam terapi non farmakologis, *Common cold massage* menjadi salah satu jenis terapi dengan metode terapi tanpa disertai dengan pemberian obat-obatan, melainkan dengan mengandalkan proses fisiologis dalam mengurangi gejala batuk pilek pada anak (Hastarini Yohana Yunu dkk,2025). *Common cold massage* merupakan sentuhan yang berguna untuk mengurangi saluran pernafasan yang tersumbat. Terapi pijat *Common cold* bekerja dengan memberikan tepukan menggunakan telapak tangan yang di bungkukan dengan jari-jari dirapatkan, sehingga menghasilkan gerakan yang mendorong lendir keluar. Teknik ini akan memberikan respon pada anak berupa batuk dan lendir dapat keluar dalam bentuk dahak. Pada anak-anak, secara umum lendir juga dapat ikut terbuang melalui kotoran ketika buang air besar (Kumala, Reza Rahma dkk.2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut, dibutuhkan penelitian yang lebih *inflexibility* untuk mengevaluasi efektivitas terapi *common cold massage* sebagai intervensi tunggal untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *common cold massage* pada anak usia 3-24 bulan dengan batuk pilek. Diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi terhadap penguatan bukti ilmiah serta menjadi dasar dalam pengembangan intervensi non-farmakologis yang aman, efektif, dan berbasis komunitas dalam praktik perawatan bayi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen post-test pre-test*. Menurut Sugiyono (2022) *Pre-eksperimen* adalah suatu rancangan penelitian yang melibatkan satu kelompok atau kelas di mana di dalamnya dilakukan *pre-test* sebelum diberi perlakuan kemudian dilakukan *post-test* sesudah diberi perlakuan (Romodhon R dkk, 2023). Banyaknya sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden. Teknik pengumpulan data yang dipakai yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan metode pengambilan sampel di mana peneliti memilih responden dari populasi yang memenuhi syarat tertentu sesuai tujuan penelitian. (Jailani M Syahrani dkk, 2023). Lokasi penelitian dilakukan di PMB Sutimah. Penelitian ini menggunakan *common cold massage* sebagai variabel independen (X) dan gejala batuk serta pilek bayi usia 3-24 bulan sebagai variabel dependen (Y), dengan menggunakan *instrument* berupa SOP *common cold massage*. Penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti mengisi lembar *pre-test* batuk pilek yang dilakukan sebelum intervensi terapi pijat *common cold* diberikan.

Sedangkan, *post-test* dilakukan setelah pelaksanaan terapi pijat. Perbandingan antara kedua hasil ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pemijatan terhadap variabel yang diteliti pada selama 3 hari, pemijatan dilakukan selama 10-15 menit sesuai dengan SOP *common cold massage*. Teknik pengumpulan data melalui tiga tahapan prosedur berikut : 1. Pada tahap ini, peneliti mengajukan surat izin penelitian kepada pihak PMB Sutimah dengan menyampaikan penjelasan mengenai penelitian yang akan dilaksanakan. Setelah mendapatkan persetujuan, pihak PMB memberikan izin pelaksanaan penelitian serta informasi terkait data balita yang mengalami ISPA. 2. Tahap ini mencakup kegiatan pendataan terhadap bayi usia 3-24 bulan dengan gejala batuk pilek yang datang ke PMB Sutimah. Peneliti menyerahkan lembar persetujuan sebagai syarat partisipasi kepada orang tua bayi apabila anak memenuhi kriteria inklusi. Setelah memperoleh persetujuan, peneliti melakukan pengisian data awal (*pre-test*) menggunakan lembar observasi gejala batuk dan pilek. Selanjutnya, peneliti menjadwalkan pelaksanaan terapi pijat *common cold*. Pemberian intervensi dilaksanakan sekali sehari pada pagi hari selama tiga hari berturut-turut. Setiap sesi terapi dilakukan dengan durasi waktu kurang lebih 10-15 menit. Intervensi pijat dilakukan SOP pijat *common cold* untuk memastikan efektivitas perlakuan pada semua responden. Setelah intervensi dilakukan selama tiga hari, peneliti melakukan evaluasi kondisi bayi usia 3-24 bulan dengan wawancara kepada ibu responden dan mengisi data akhir (*post test*) pada lembar observasi.3. Tahap berikutnya adalah peneliti mengumpulkan seluruh data-data yang telah dicatat pada lembar observasi. Setelah itu, melakukan proses olah data dan analisis data menggunakan bantuan SPSS sebagai perangkat lunak statistic. Proses pengolahan data pada penelitian ini dilaksanakan melalui beberapa langkah yang terstruktur, yaitu; 1. *Editing* merupakan langkah awal untuk memeriksa kembali ketepatan dan kelengkapan data. Proses ini dapat dilakukan secara langsung saat pengumpulan data berlangsung maupun setelah semua data terkumpul, dengan tujuan untuk memastikan data yang diperoleh layak untuk dianalisis di tahap berikutnya. 2. *Coding* merupakan proses pemberian kode numerik pada data dengan kategori tertentu. Tahapan ini bertujuan untuk mempermudah dalam proses input dan analisis data (Prihapsari D & Rosaria Indah, 2021). Pemberian kode harus konsisten dan sesuai dengan kategori data yang telah ditentukan sebelumnya. 3. *Entry Data* adalah tahap memasukkan data yang telah diberi kode ke data perangkat. Setelah itu, mengolah data untuk mendistribusikan frekuensi sederhana maupun tabel kontingensi yang bermanfaat untuk memudahkan interpretasi hasil dan analisis statistik selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk memberikan deskripsi mengenai sebaran frekuensi setiap variabel penelitian yaitu umur dan jenis kelamin. Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti selama bulan April sampai Bulan Mei di Wilayah PMB Sutimah dengan total 30 responden meliputi :

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Penelitian Bayi Usia 3-24 Bulan di PMB Sutimah

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Umur		
3-10 Bulan	11	36,7
11-17 Bulan	10	33,3
18-24 bulan	9	30
Total	30	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	46,7
Perempuan	16	53,3
Total	30	100

Sumber : Data Primer yang diolah

Dari hasil penelitian Tabel 1, mayoritas responden atau bayi yang mengalami gejala batuk pilek berdasarkan usianya terdapat 11 responden (36,7%) dengan usia 3-10 bulan. Dan berdasarkan dari jenis kelamin mayoritas bayi yang mengalami gejala batuk pilek yaitu berjenis kelamin Perempuan sebanyak 16 responden (53,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *Pre-Test Common Cold Massage*

Kategori Batuk Pilek	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Umur		
Ringan	4	13,3
Sedang	24	80
Berat	2	6.7
Total	30	100

Sumber : Data Primer yang diolah

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada saat tahap *pre-test*, mayoritas atau sebagian besar responden berada dalam kategori gejala batuk pilek sedang. Tercatat sebanyak 24 dari 30 responden (80%) mengalami gejala dengan tingkat dalam kategori sedang, menjadikan kategori ini sebagai frekuensi terbanyak dibandingkan kategori lainnya.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi *Pos-Test Common Cold Massage*

Kategori Batuk Pilek	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Umur		
Ringan	28	93,3
Sedang	2	6,7
Berat	0	0
Total	30	100

Sumber : Data Primer yang diolah

Tabel 3 menggambarkan bahwa hasil post-test menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami penurunan nilai pada variabel yang diteliti yaitu gejala batuk dan pilek hingga masuk ke dalam kategori ringan. Sebanyak 28 dari 30 responden (93,3%) tercatat berada dalam kategori gejala ringan, menjadikannya sebagai frekuensi terbanyak setelah dilakukan intervensi terapi pijat *common cold*.

Analisis Bivariat

Penelitian ini menerapkan analisis bivariat non-parametrik yaitu *uji wilcoxon* untuk mengukur perbedaan signifikan antara dua variabel atau kelompok. Penelitian ini membandingkan antara penelitian dengan rancangan (*pre*) pengukuran sebelum diberikan intervensi dengan (*post*) pengukuran setelah intervensi diberikan pada data hasil pengukuran.

Tabel 4 Uji Wilcoxon

<i>Wilcoxon</i>	N	Mean Rank
<i>Negative Rank</i>	30	13.50
<i>Positive Rank</i>	0	
<i>Ties</i>	0	
Total	30	.000

Sumber : Data Primer yang diolah

Tabel 4 menunjukkan hasil *uji Wilcoxon Signed-Rank Test* bahwa *total negative ranks* memiliki frekuensi yang lebih tinggi dibandingkan *positive ranks* sebesar 30 dengan mean rank 13.50, yang mengindikasikan bahwa seluruh responden mengalami penurunan gejala batuk pilek setelah diberikan intervensi berupa pijat *common cold*. Sementara itu, nilai *positive ranks* adalah 0, yang berarti tidak terdapat responden yang mengalami peningkatan gejala antara hasil sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Nilai *ties* (nilai yang tidak mengalami perubahan) juga sebesar 0, yang menunjukkan bahwa seluruh balita mengalami perubahan kondisi setelah dilakukan intervensi. Hasil *uji Wilcoxon* menunjukkan nilai signifikansi yang didapatkan dengan nilai 0,000, artinya lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05. Dari hasil tersebut, didapat hipotesis *alternative* (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) tidak diterima.

Maka dari itu, terdapat perbedaan yang signifikan antara gejala batuk pilek sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat *common cold*, yang mengarah pada kesimpulan bahwa intervensi tersebut berpengaruh dalam mengurangi gejala batuk pilek pada balita. Berdasarkan hasil yang didapat melalui proses penelitian oleh peneliti didapatkan hasil bahwa pada tahap pre-test terdapat sebanyak 80% responden mengalami gejala batuk pilek dalam kategori sedang. Sedangkan pada hasil post-test didapatkan pada bayi dengan gejala batuk pilek terbanyak dalam kategori Ringan, yaitu 93,3%. Hal ini menunjukkan terdapat penurunan Tingkat keparahan gejala setelah diberikan intervensi terapi pijat *common cold* di PMB Sutimah. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengurangan dari kategori terbanyak yaitu sedang menjadi kategori Ringan, yang mana hal tersebut menunjukkan adanya perubahan.

Hal ini sesuai dengan tujuan dari pijat *common cold* itu sendiri, Dimana terapi pijat ini bekerja melalui mekanisme fisiologis dengan cara meningkatkan sirkulasi aliran darah dan melemaskan otot-otot tubuh sehingga membantu meredakan gejala saluran pernapasan. Terapi ini dapat dilihat sebagai suatu pendekatan yang relatif aman dan efektif untuk dapat diterapkan pada bayi baru lahir maupun anak-anak yang mengalami gejala batuk dan pilek. Intervensi ini memberikan efek terapeutik melalui stimulasi fisik yang mendukung relaksasi otot pernapasan dan meningkatkan sirkulasi darah, sehingga mampu membantu proses pemulihan alami dengan cepat tanpa adanya efek samping yang merugikan (Rosanti F & Rosyidah A, 2025)

Terapi pijat *common cold* terdiri dari gerakan pijat garis sinus, gerakan *cheek rain drop*, gerakan buka buku, gerakan seperti kupu-kupu, gerakan *toby top intercostal*, gerakan bolak balik, gerakan mengusap bagian leher kearah bawah, gerakan, gerakan *back circle*, gerakan *back rain drop*, gerakan *pitching*, dan gerakan relaksasi. Masing-masing Gerakan dilakukan sebanyak 6 kali (Oktaviani Ismi dkk. 2023).

Penelitian ini diperkuat dengan temuan Rosanti F,dkk (2025) yang menyatakan bahwa pada saat pre-test terdapat separuh reponden yang mengalami gejala batuk pilek dengan kategori gejala berat. Sedangkan, pada hasil post-test ditemukan bahwa frekuensi terbanyak balita yang mengalami gejala batuk pilek dalam kategori ringan, yaitu 68,2% yang menunjukan adanya penurunan tingkat keparahan gejala setelah dilakukan intervensi pijat *common cold* di wilayah Klinik Ramdani Husada. Hal ini terjadi pengurangan dari kategori berat yang terbanyak menjadi kategori ringan dengan frekuensi terbanyak yang dimana hal tersebut terjadi perubahan (Rosanti F & Rosyidah A, 2025)

Hal ini sejalan dengan penelitian Pratiwi, Ni Made Ariska Diah dkk (2024), mengenai pengaruh terapi pijat terhadap kondisi batuk pilek pada bayi balita telah dilaksanakan di Puskesmas Satu Negara, dengan melibatkan sebanyak 36 responden balita. Tujuan penelitian ini untuk mengevaluasi tingkat efektivitas terapi *common cold massage* dalam upaya menurunkans gejala batuk pilek. Berdasarkan hasil analisis, nilai signifikansi (*p-value*) yang diperoleh sebesar 0,000. Nilai tersebut berada di bawah ketentuan tingkat signifikansi ($\alpha = 0,05$). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh secara signifikan pemberian terapi *common cold massage* dalam menurunkan dan mempercepat penyembuhan batuk dan pilek pada bayi balita (Pratiwi, Ni M Ariska D dkk,2024)

Temuan ini juga konsisten dengan hasil penelitian oleh Khairul Nissa,dkk (2025) dalam penelitiannya yang berjudul “ *Pijat Bayi Batuk Pilek Terhadap Lama Penyembuhan Batuk Pilek Pada Anak Usia 6-59 Bulan*”. Dengan hasil menunjukkan *p value* untuk lama penyembuhan batuk 0,043 dan pilek 0,029 < 0,05, nilai ini menunjukkan terdapat perbedaan lama penyembuhan batuk pilek antara kelompok syang di beri intervensi pemberian terapi pijat batuk pilek dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi terapi pijat batuk pilek (Nissa Fadillah Khairul dkk, 2025).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari temuan penelitian ini disimpulkan bahwa, terapi *common cold massage* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengurangi gejala batuk dan pilek pada balita. Dengan demikian, *common cold massage* dapat dianggap sebagai intervensi yang aman dan efektif untuk diterapkan pada bayi dan balita yang mengalami gejala gangguan saluran pernapasan atas, khususnya batuk dan pilek.

Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan
Sejalan dengan hasil temuan ini, disarankan bisa dijadikan bahan pertimbangan serta evaluasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu kebidanan yang mencakup perawatan kesehatan bayi balita dalam praktik komplementer.
2. Bagi Tenaga kesehatan
Sejalan dengan temuan tersebut, disarankan untuk tenaga kesehatan khususnya bidan, agar terapi *common cold massage* dapat diterapkan dalam praktik komplementer sebagai salah satu terapi *nonfarmakologis* yang aman dan efektif dalam membantu mengurangi gejala batuk pilek pada bayi.

Sehingga derajat kesehatan bayi balita sehat khususnya pada bayi <2 tahun dapat mengalami peningkatan.

3. Bagi Peneliti Berikutnya

Sejalan dengan hasil penelitian ini, disarankan dapat dijadikan referensi bagi peneliti berikutnya dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu kebidanan yang mencakup perawatan kesehatan bayi balita dalam praktik komplementer.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Kabupaten Gunung Kidul, 2024. Profil Kesehatan Kabupaten Gunung Kidul Tahun 2024. <https://dinkes.gunungkidulkab.go.id/profil-dinas/>. Diakses 19 Mei 2026.
- Heriyana,Desi & Musni, 2025. "Edukasi Pijat *Common Cold* Dalam Mengatasi Batuk Pilek Pada Balita di Desa Cinennung." *Community Proffesional Service Journal* 3(1):86–91.
- Hastarini,Yohana Yuni dkk,2024." Penerapan *Common Cold Massage* Untuk Meningkatkan Bersihan Jalan Nafas: *Case Report*". *Jurnal Kesehatan*. Volume 5 (1). Hal 199-206.
- Jailani, M.Syahrar dkk. 2023. " Populasi Dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) Dalam Pendekatan Praktis". *Jurnal Pendidikan Tambusai*. Vol 7 (3). Halaman 26320-26332.
- Kemenkes, 2025. "*Ministry of Health Republic of Indonesia Situation Report Penyakit Potensial KLB Dan Wabah Situation Report Penyakit Infeksi Emerging Dan Potensial KLB/Wabah*". <https://surveilans.kemendes.go.id>. Diakses 18 Mei 2026.
- Kumala, Reza Rahma dkk, 2025. "*Pengaruh Edukasi Pijat Common Cold Terhadap Pengetahuan Ibu Dalam Mengurangi Batuk Pilek Pada Bayi*." *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum* 3(2). Hal 284–95.
- Maharani Shinta.dkk. 2024. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Batuk Pada Usia Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakjo Kota Palembang." *Jurnal ilmiah Multi Sciences*. Vol 14(1). Hal 40-46.
- Nissa, Fadillah Khairul 2025. "Pijat Bayi Batuk Pilek Terhadap Lama Penyembuhan Batuk Pilek Pada Anak Usia 6-59 Bulan". *Mahakam Midwifery Journal*. Vol. 10 (1): 13-20.
- Oktaviani, Ismi dkk, 2023. "Pijat *Common Cold* Pada Bayi dan Balita Untuk Mengatasi Batuk Pilek di Posyandu Balita di Dusun Blater Lor, Desa Jimbaran". *Artikel Prosiding Seminar Nasional dan Call For Paper Kebidanan*. Universitas Ngudi Waluyo. Vol 2 (2). Hal 586-592.
- Putri, Ade Radita dkk, 2024. "Pengaruh *Common Cold Massage* Terhadap Gejala *Common Cold* Pada Anak Pra Sekolah Di Kelurahan Cipadak Jakarta Selatan." *Malahayati Health Student Journal* . Vol 4(4). Hal 1189–1200.
- Prihapsari, Diah & Rosaria Indah, 2021. "Coding Untuk Menganalisis Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan." *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. 21(2):130–35.
- Pratiwi, Ni Made Ariska Diah dkk, 2024. "Pengaruh Pijat Common Cold Terhadap Gejala Dan Lama Sembuh Batuk Pilek Pada Balita The Effect of Common Cold Massage on the Symptoms and Long Time of Cold Cure in Toddlers." *Gizi Dan Kesehatan* 5(2):360–65.
- Rosanti, Febri & Rosyidah Alfitri. 2025. "*The Effect Of Common Cold Massage To Reduce Cough Symptoms In Toddlers At Ramdani Husada Clinic*." *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 8(1):34–41.
- Romodhon, Rido dkk,2023. "Hubungan Fasilitas Olahraga Dan Motivasi Terhadap Minat Belajar Siswa Di MTs Negeri 2 Oku Timur." *Jurnal Dunia Pendidikan*. Vol 3 (3) : 135-148.
- WHO, 2020. *Pusat Pengobatan Infeksi Saluran Pernapasan Akut Berat*. <http://apps.who.int/bookorders>. Diakses 10 Mei 2026.