



***THE EFFECT OF COMMON COLD MASSAGE THERAPY ON
SYMPTOM IMPROVEMENT IN CHILDREN AGED 3–60 MONTHS
AT JATIROTO PRIMARY HEALTH CENTER***

**PENGARUH PIJAT TERAPI COMMON COLD TERHADAP
PERBAIKAN GEJALA COMMON COLD PADA ANAK USIA 3-60
BULAN DI PUSKESMAS JATIROTO**

Ratna Ayu Aziroh ¹⁾; Rosyidah Alfitri ²⁾

- 1) azirohratna99@gmail.com, Institusi Teknologi Sains dan Kesehatan (ITSK) RS. Dr. Soepraoen Malang
2) rosyidahalfitri@itsk-soepraoen.ac.id, Institusi Teknologi Sains dan Kesehatan (ITSK) RS. Dr. Soepraoen Malang

Abstract

Common cold is a frequent viral infection of the upper respiratory tract in infants and children under five years old. Pharmacological treatments often carry risks of side effects, shifting clinical focus toward non-pharmacological therapies such as pediatric massage. This study aims to determine the effect of common cold massage therapy on accelerating symptom improvement in children aged 3-60 months at the Jatiroto Public Health Center. A quasi-experimental pre-test and post-test design was applied to 30 respondents selected through purposive sampling. Data collected included age, gender, symptom duration, and pre-test post-test symptom scores evaluated using standard measurement scales. The data was quantitatively processed and statistically evaluated using the paired t-Test. The results showed that the mean score of common cold symptoms before therapy was 8.97, which significantly decreased to 3.97 after therapy. Bivariate analysis using a paired t-Test revealed a highly significant improvement with $t = 13.935$ and $p < 0.001$ ($p = 2.21 \times 10^{-14}$). It is concluded that pediatric common cold massage therapy is highly effective in reducing upper respiratory tract infection symptoms in children. This non-pharmacological approach can be implemented as a safe alternative or complementary treatment within midwifery care models in Primary Health centers.

Keywords: *Common Cold; Infants; Massage Therapy; Under-five Children*

Abstrak

Common cold atau batuk pilek merupakan infeksi virus pada saluran pernapasan atas yang sangat sering dialami oleh bayi dan anak balita. Pemberian terapi farmakologis sering kali menimbulkan resiko efek samping, sehingga perhatian klinis mulai beralih pada terapi non-farmakologis seperti terapi pijat anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat terapi common cold terhadap perbaikan gejala common cold pada anak usia 3-60 bulan di Puskesmas Jatiroto. Desain penelitian kuasi-eksperimental dengan rancangan pre-test dan post-test diterapkan pada 30 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data yang dikumpulkan mencakup usia anak, jenis kelamin, lama gejala berjalan, serta skor gejala pre-test dan post-test yang dievaluasi menggunakan skala pengukuran standar. Data kemudian diolah secara kuantitatif dan dievaluasi secara statistik menggunakan uji beda berpasangan (paired t-test). Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata (mean) skor gejala common cold sebelum diberikan terapi adalah sebesar 8.97, lalu mengalami penurunan signifikan menjadi 3.97 setelah intervensi. Analisis bivariat menggunakan paired t-test memperlihatkan hasil perbaikan yang sangat signifikan dengan nilai $t = 13.935$ dan nilai $p < 0.001$ ($p = 2.21 \times 10^{-14}$). Dapat disimpulkan bahwa pijat terapi common cold efektif dalam meredakan gejala infeksi saluran pernapasan pada anak. Terapi non-farmakologis ini layak diimplementasikan sebagai alternatif yang aman maupun perawatan komplementer dalam asuhan kebidanan di puskesmas.

Kata Kunci: *Balita; Bayi; Common Cold; Terapi Pijat*

PENDAHULUAN

Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA), khususnya common cold (*batuk Pilek*), merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling sering terjadi pada anak usia dini di seluruh dunia. Penyakit yang umumnya disebabkan oleh infeksi virus ini sangat mudah menular melalui droplet udara. Pada anak-anak, terutama usia 3 hingga 60 bulan, sistem



kekebalan tubuh mereka belum terbentuk secara sempurna, sehingga mereka menjadi kelompok yang paling rentan mengalami infeksi berulang. Berdasarkan data global, rata-rata anak usia balita dapat mengalami 3 hingga 6 episode common cold setiap tahunnya. Jika tidak ditangani secara tepat, kondisi ini tidak hanya mengganggu aktivitas sehari-hari dan pola tidur anak, tetapi juga dapat menghambat proses tumbuh kembang secara jangka panjang akibat penurunan fungsi paru-paru (Kusumawati dkk., 2024).

Tingginya angka kejadian penyakit ini terus menjadi perhatian utama di Indonesia. Memasuki akhir tahun 2025, laporan sosiomedis mencatat adanya lonjakan signifikan pada keluhan kesehatan musiman. Berdasarkan data pemantauan epidemiologi Kementerian Kesehatan RI hingga minggu ke-38 tahun 2025 (periode Oktober), kasus infeksi saluran pernapasan seperti influenza dan common cold di Indonesia mengalami peningkatan drastis hingga 40%. Fenomena ini diperparah oleh puncak musim hujan dan perubahan cuaca ekstrem yang memicu penumpukan sekret/lendir pada saluran napas anak. Tingginya angka kunjungan balita dengan keluhan hidung tersumbat, bersin, dan batuk di tingkat Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) menegaskan perlunya penanganan yang efektif guna menekan prevalensi morbiditas musiman tersebut (Priyatno dkk., 2024).

Meskipun common cold sering kali dianggap sebagai penyakit ringan yang dapat sembuh sendiri (*self-limiting disease*), kecenderungan orang tua untuk memberikan obat-obatan kimia (farmakologi) secara bebas tanpa resep dokter berisiko menimbulkan efek samping bagi organ tubuh balita yang masih sensitif. Oleh karena itu, penerapan terapi non-farmakologi atau komplementer kini mulai banyak direkomendasikan. Salah satu modalitas yang aman, ekonomis, dan aplikatif adalah pijat terapi common cold (Pijat bayi/anak khusus batuk pilek). Terapi stimulasi taktil (sentuhan) ini bekerja dengan cara melancarkan sirkulasi darah, merangsang sistem saraf otonom untuk mengencerkan lendir, serta meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur anak selama masa sakit (Sudarman dkk., 2025).

Sejumlah penelitian terdahulu membuktikan efektivitas dari tindakan komplementer ini. Studi eksperimental yang dilakukan di berbagai fasilitas kesehatan menunjukkan bahwa pemberian pijat terapi common cold secara rutin terbukti secara signifikan mampu mengurangi bersihan jalan napas yang tidak efektif, meredakan keparahan batuk dan pilek, serta menurunkan waktu pemulihan klinis pada anak. Sebagai contoh, studi klinis menunjukkan intervensi pijat yang diberikan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 20-30 menit mampu memberikan perubahan klinis yang positif berupa penurunan produksi lendir dan perbaikan pola napas anak yang menderita *acute nasopharyngitis* (Muhammad, 2025).

Puskesmas Jatiroto, sebagai pusat pelayanan kesehatan primer, menjadi garda terdepan dalam menangani tingginya kunjungan balita yang menderita batuk dan pilek di wilayah kerjanya. Namun, berdasarkan pengamatan di lapangan, pemanfaatan terapi komplementer seperti pijat common cold belum dioptimalkan secara merata sebagai bentuk tatalaksana pendamping. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna mengetahui secara empiris bagaimana “Pengaruh Pijat Terapi Common Cold Terhadap Perbaikan Gejala Common Cold pada Anak Usia 3-60 bulan di Puskesmas Jatiroto”. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan standar asuhan keperawatan dan kebidanan berbasis komplementer di puskesmas.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat terapi common cold terhadap perbaikan gejala common cold pada anak usia 3–60 bulan di Puskesmas Jatiroto. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti ilmiah mengenai efektivitas pijat terapi common cold sebagai intervensi nonfarmakologis dalam membantu memperbaiki gejala common cold pada anak, serta menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dalam mengembangkan pelayanan komplementer di fasilitas pelayanan kesehatan primer.



METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental (Quasi-Experimental Design) dengan rancangan One Group Pre-Test dan Post-Test Design. Melalui rancangan ini, subjek penelitian diobservasi sebanyak dua kali, yakni sebelum dilakukan intervensi (pre-test) dan setelah seluruh rangkaian intervensi pijat diselesaikan (post-test) (Saimi, 2026). Desain ini memungkinkan peneliti mengukur derajat perubahan intensitas gejala secara presisi pada kelompok subjek yang sama tanpa adanya kelompok kontrol eksternal, di mana subjek bertindak sebagai kontrol bagi dirinya sendiri (Wati & Sulaiman, 2024).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak berusia 3 - 60 bulan yang berkunjung dan didiagnosis menderita common cold di Puskesmas Jatiroto pada periode pelaksanaan penelitian tahun 2026. Sampel penelitian diperoleh menggunakan teknik purposive sampling, yakni pemilihan sampel berdasarkan pemenuhan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti demi menjaga homogenitas serta validitas internal hasil studi. Kriteria inklusi meliputi: (1) Anak berusia 3-60 bulan; (2) Mengalami gejala batuk pilek akut dengan durasi keluhan antara 1 hingga 4 hari; dan (3) Orang tua bersedia menandatangani lembar persetujuan tindakan (informed consent). Adapun kriteria eksklusi terdiri atas: (1) Anak mengalami demam tinggi (suhu aksila $> 38,5^{\circ}\text{C}$); (2) Menunjukkan tanda-tanda bahaya umum atau komplikasi pernapasan berat seperti sesak napas, stridor, retraksi dinding dada, atau sianosis; dan (3) Memiliki luka bakar, dermatitis akut, atau kelainan anatomis pada area kulit yang akan dipijat.

Berdasarkan perhitungan ukuran sampel minimal untuk uji hipotesis komparatif numerik berpasangan, didapatkan jumlah sampel minimal sebanyak 30 responden yang seluruhnya berhasil mengikuti rangkaian intervensi secara tuntas tanpa adanya subjek yang drop-out (sample size, $N = 30$). Instrumen pengumpulan data primer terdiri dari lembar kuesioner karakteristik demografi (usia, jenis kelamin, lama gejala) serta lembar observasi skor klinis common cold yang dimodifikasi dari Canadian Acute Respiratory Illness Flu Scale (CARIFS). Skala ini mengevaluasi 7 komponen gejala utama, meliputi batuk, hidung tersumbat, hidung meler, kesulitan tidur, rewel/gelisah, penurunan nafsu makan, dan aktifitas harian, dimana masing-masing indikator dinilai menggunakan skala likert dengan rentang total skor akumulatif antara 0 hingga 21 poin. Semakin tinggi total skor yang didapatkan, menunjukkan semakin berat derajat keparahan gejala yang diderita anak.

Pengukuran awal (pre-test) dilakukan sesaat sebelum sesi pijatan pertama dimulai untuk menetapkan garis dasar (baseline) klinis. Intervensi yang diberikan berupa pijat terapi common cold yang dipandu secara standar oleh terapis. Sesi pijatan dilakukan sebanyak 3 kali berturut-turut dalam kurun waktu 3 hari, dengan durasi berkisar antara 15 hingga 20 menit per sesi. Teknik pijatan melibatkan urutan gerakan stimulasi taktil yang mencakup gerakan: (a) Face Massage gerakan menyapu lembut pada dahi, pelipis, area infraorbital, dan sekitar hidung untuk melancarkan sirkulasi sinus; (b) Chest Massage gerakan butterfly dan menyilang pada area dada untuk merelaksasikan otot-otot pernapasan utama; (c) Back Massage gerakan effleurage, friction sirkular, dan feathering di sepanjang otot paravertebral punggung untuk menstimulasi sistem saraf otonom; (d) Acupressure Points ringan pada area tangan (titik L14) dan kaki untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Evaluasi akhir (post-test) dikerjakan pada hari keempat (24 jam pasca intervensi ketiga selesai) dengan menilai kembali total skor klinis anak (Fida dkk., 2025).

Analisis data dilakukan menggunakan software statistik. Analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk data kategorik (jenis kelamin, kelompok usia, kategori lama gejala, kategori skor pre dan post), serta nilai rerata (mean) untuk data numerik kontinue. Sebelum dilakukan uji hipotesis bivariat, uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan metode Shapiro-Wilk karena ukuran sampel $N \leq 50$. Hasil uji normalitas



menunjukkan bahwa nilai deviasi skor berdistribusi normal ($p > 0.05$), sehingga analisis komparatif bivariat untuk menguji pengaruh intervensi dilakukan menggunakan uji parametrik Paired Sample T-Test pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0.05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Demografi dan Klinis Responden

Karakteristik dasar dari 30 anak yang menjadi responden dalam penelitian ini meliputi kelompok usia, jenis kelamin, dan lama keluhan gejala sebelum intervensi. Distribusi frekuensi dari variabel-variabel tersebut disajikan secara rinci pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Lama Gejala (N = 30)

Karakteristik Responden	Klasifikasi / Kategori	Kode	Frekuensi (f)	Persentase (%)
A	Usia Anak			
	3-12 bulan	1	4	13.33
	13-24 bulan	2	8	26.67
	25-36 bulan	3	7	
	37-48 bulan	4	7	
	49-60 bulan	5	4	13.33
	Jumlah		30	100
B	Jenis Kelamin			
	Laki-laki	1	14	46.67
	Perempuan	2	16	53.33
	Jumlah		30	100
C	Lama Gejala Awal			
	0-1 hari	1	8	26.67
	2-3 hari	2	11	36.67
	> 4 hari	3	11	36.67
	Jumlah		30	100

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 1, sebaran usia anak cukup merata dengan proporsi terbesar berada pada kelompok usia toddler yaitu 13-24 bulan sebanyak 8 anak (26.67%), diikuti oleh kelompok 25-36 bulan dan 37-48 bulan masing-masing sebanyak 7 anak (23.33%). Kelompok jenis kelamin menunjukkan dominasi yang berimbang, di mana anak perempuan berjumlah sedikit lebih banyak yaitu 16 anak (53.33%) dibandingkan anak laki-laki sebanyak 14 anak (46.67%). Berdasarkan lamanya keluhan awal sebelum dilakukan pemijatan, mayoritas anak sudah mengalami gejala selama 2-3 hari (36.67%) dan > 4 hari (36.67%), sedangkan yang baru mengalami gejala 0-1 hari sebesar 26.67% (Rostinah dkk., 2024).

Tingkat Keparahan Gejala Common Cold Sebelum dan Sesudah Intervensi

Penilaian skor klinis penderita dilakukan secara kuantitatif melalui konversi kode kategori keparahan. Kategori pengelompokan skor terdiri dari ringan (skor 0-5), sedang (skor 6-13), dan berat (skor 14-21). Perbandingan tingkat keparahan gejala antara sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pemberian intervensi dirangkum dalam tabel 2.



Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori Skor Keparahan Gejala *Common Cold Pre-Test* dan *Post-Test*

Kategori Derajat Gejala	Interva l Skor	Kode	<i>Pre-Test</i> (Sebelum)		<i>Post-Test</i> (Sesudah)	
			Frekuensi (f)	Persentas e (%)	Frekuensi (f)	Persentas e (%)
Gejala Ringan	0-5	1	7	23.33	24	80.00
Gejala Sedang	6-13	2	20	66.67	6	20.00
Gejala Berat	14-21	3	3	10.00	0	0.00
Total			30	100.00	30	100.00

Sumber: data diolah

Data dari tabel 2 mendemonstrasikan pergeseran klinis yang sangat nyata mengarah pada perbaikan. Pada fase sebelum (pre-test), sebagian besar anak menempati kategori derajat gejala sedang yaitu sebanyak 20 anak (66.67%) dan terdapat 3 anak (10.00%) yang mengalami gejala berat. Keadaan ini berbanding terbalik setelah diberikan tindakan pijat terapi (post-test), di mana penderita dengan gejala ringan meningkat pesat menjadi 24 anak (80.00%), jumlah anak bergejala sedang sedang menyusut drastis menjadi hanya 6 anak (20.00%), dan tidak ada satu pun anak (0.00%) yang menyisakan gejala tingkat berat.

Analisis Pengaruh Pijat Terapi terhadap Perbaikan Gejala

Untuk menguji signifikansi perbedaan nilai rata-rata (mean score) gejala infeksi sebelum dan setelah terapi dilakukan pengujian hipotesis. Nilai statistik deskriptif mean beserta hasil uji Paired Sampel T-Test dapat diamati pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Paired Sampel T-Test Rata-rata Skor Gejala *Common Cold*

Variabel Pengukuran	N	Mean (Rata-rata)	Standar Deviasi	T-Statistik	p-value (2-tailed)
Pre-Test Score	30	8.97	3.24	13.935	0.000 (p<0.001)
Post-Test Score	30	3.97	2.63		

Sumber: data diolah

Hasil perhitungan pada Tabel 3 memperhatikan nilai rata-rata skor keparahan gejala common cold pada waktu pre-test adalah sebesar 8.97 skor. Setelah diberikan asuhan komplementer berupa pijat terapi selama 3 hari berturut-turut, rata-rata skor menurun drastis menjadi 3.97 skor, yang berarti menjadi reduksi intensitas penyakit dengan selisih absolut nilai mean sebesar 5.00 poin.

Secara analisis inferensial parametrik, uji beda berpasangan menghasilkan nilai kalkulasi $t = 13.935$ dengan probabilitas nilai $p\text{-value} = 2.21 \times 10^{-14}$. Oleh karena nilai $p < 0.05$ (bahkan jauh lebih kecil dari batas $\alpha = 0.001$), maka hipotesis nol (H_0) ditolak secara absolut dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Hasil pembuktian ini menegaskan secara valid bahwa terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari pemberian pijat terapi common cold terhadap perbaikan keluhan klinis batuk pilek pada anak usia 3-60 bulan di Puskesmas Jatiroto (Muawanah dkk., t.t.).

Pembahasan

Berdasarkan data sebelum diberikan terapi pijat (pre-test), mayoritas anak berada pada kategori gejala sedang hingga berat. Tingginya angka gejala kategori sedang pada saat pre-test menunjukkan bahwa orang tua umumnya baru menyadari atau membawa anaknya ke fasilitas kesehatan ketika gejala batuk pilek sudah mulai mengganggu kenyamanan dan pola tidur anak.



Penumpukan lendir yang tidak segera ditangani secara non-farmakologi sejak hari pertama membuat anak merasa sangat tidak nyaman yang terlihat dari tingginya skor pre-test pada tabel data (Palupi dkk., 2023).

Common cold pada balita merupakan infeksi saluran pernapasan atas yang disebabkan oleh virus. Gejala sedang hingga berat seperti hidung tersumbat, batuk, pilek, dan rewel. Terjadi karena produksi mukus (lendir) yang berlebihan akibat proses inflamasi di mukosa hidung. Anak usia 3-60 bulan secara anatomis memiliki saluran pernapasan yang masih sempit, sehingga penumpukan lendir sedikit saja sudah dapat menyumbat jalan napas dan memperberat gejala klinis yang dirasakan (Apell dkk., 2020).

Setelah diberikan intervensi berupa pijat terapi common cold (post-test), terjadi penurunan skor gejala yang sangat signifikan pada hampir seluruh responden. Penurunan ini membuktikan bahwa tubuh anak usia dini memberikan respon yang sangat peka dan positif terhadap terapi sentuhan. Angka kesembuhan atau perbaikan ini mencapai lebih dari 75%, yang menjadi bukti nyata bahwa kondisi fisik anak menjadi lebih rileks dan sistem imun mereka terbantu untuk melawan infeksi virus setelah mendapatkan pijatan (Muchtarom dkk., 2018).

Secara teori penurunan skor gejala ini terjadi karena manipulasi fisik berupa sentuhan dan tekanan lembut pada titik-titik pijat tertentu (seperti area dada, punggung, dan wajah) mampu menstimulasi sistem saraf otonom. Pijatan ini membantu mengencerkan sekret/lendir di dalam saluran napas, melancarkan sirkulasi darah, serta menurunkan hormon stres (kortisol) pada anak sehingga ambang nyeri dan ketidaknyamanan mereka berkurang secara drastis (Moossavi dkk., 2019).

Jika membandingkan data individu secara langsung sebelum dan sudah terapi, seluruh responden 100% mengalami penurunan nilai skor gejala. Berdasarkan hasil analisis ini, peneliti menyimpulkan bahwa Pijat Terapi Common Cold berpengaruh secara signifikan terhadap perbaikan gejala common cold pada anak usia 3-60 bulan di Puskesmas Jatiroto. Metode ini terbukti menjadi solusi non-farmakologi yang sangat efektif, aman, dan tidak menimbulkan efek samping kimia bagi balita (Wahyudi dkk., 2024). Peneliti menyarankan agar pihak puskesmas dapat mengedukasi pada orang tua mengenai cara pijat terapi yang benar. Sehingga ketergantungan anak terhadap obat-obatan dapat dikurangi secara dini.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan melibatkan lebih banyak anak (sampel) sebagai responden agar penelitian selanjutnya lebih akurat hasilnya. Dan dapat menggambarkan kondisi balita secara umum. Selain itu, proses pengolahan datanya sebaiknya menggunakan metode hitungan statistik yang lebih detail agar bisa melihat dengan jelas faktor-faktor lain apa saja yang ikut memengaruhi kesembuhan anak.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan analisis data kuantitatif dan pembahasan yang telah dipaparkan, dapat diambil kesimpulan yang solid bahwa pemberian intervensi pijat terapi common cold memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perbaikan manifestasi klinis batuk pilek pada anak usia 3-60 bulan di Puskesmas Jatiroto. Hal ini membuktikan dengan terjadinya penurunan bermakna dari rata-rata total skor gejala penderita dari nilai pre-test sebesar 8.97 (kategori gejala sedang) menjadi nilai post-test sebesar 3.97 (kategori gejala ringan), didukung oleh analisis uji t berpasangan yang menghasilkan tingkat signifikansi yang sangat kuat ($t = 13.935$; $p < 0.001$).

Sebagai rekomendasi aplikatif, institusi Puskesmasn Jatiroto diharapkan dapat memfasilitasi pembentukan poli asuhan komplementer kebidanan yang mengintegrasikan layanan pijat bayi bagi penanganan kasus infeksi saluran napas atas tanpa komplikasi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan pengembangan riset dengan menambahkan



kelompok kontrol murni (Randomized Controlled Trial/RCT) serta mengontrol variabel pengganggu lingkungan eksternal secara lebih ketat guna memperluas generalisasi hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Apell, J. N., Kliegman, S., Solá-Gutiérrez, C., & McNeill, K. (2020). Linking Triclosan's Structural Features to Its Environmental Fate and Photoproducts. *Environmental Science & Technology*, 54(22), 14432–14441. <https://doi.org/10.1021/acs.est.0c05121>
- Fida, K. N. F. K. N., Alfitri, R., & Widiatrilupi, R. M. V. (2025). PENGARUH EFFLEURAGE MASSAGE TERHADAP INTENSITAS DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA DI SMAS PANJURA MALANG: STUDI PRA-EKSPERIMEN. *JUBIDA- Jurnal Kebidanan*, 4(1), 63–75. <https://doi.org/10.58794/jubida.v4i1.1485>
- Kusumawati, S. D., Puspita, R. R., Ayuningtyas, G., & Leonita, R. (2024). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE SNOWBALL THROWING TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PENCEGAHAN ISPA PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SDN CIBINONG 01 GUNUNG SINDUR. *Edu Dharma Journal: Jurnal penelitian dan pengabdian masyarakat*, 8(2), 209–222. <https://doi.org/10.52031/edj.v8i2.916>
- Moossavi, S., Sepehri, S., Robertson, B., Bode, L., Goruk, S., Field, C. J., Lix, L. M., Souza, R. J. de, Becker, A. B., Mandhane, P. J., Turvey, S. E., Subbarao, P., Moraes, T. J., Lefebvre, D. L., Sears, M. R., Khafipour, E., & Azad, M. B. (2019). Composition and Variation of the Human Milk Microbiota Are Influenced by Maternal and Early-Life Factors. *Cell Host & Microbe*, 25(2), 324–335.e4. <https://doi.org/10.1016/j.chom.2019.01.011>
- Muawanah, N., Iriani, O. S., Risianti, B., & Rahmawati, N. (t.t.). PENGARUH PEMBERIAN JERUK NIPIS DENGAN MADU TERHADAP PENYEMBUHAN BATUK PADA ANAK BALITA DI PUSKESMAS CIBATU KABUPATEN GARUT.
- Muchtarom, M., Pramanda, A., & Hartanto, R. (2018). PENGUATAN ETIKA DIGITAL PADA SISWA UNTUK MENANGGULANGI PENYEBARAN BERITA BOHONG (HOAX) DI MEDIA SOSIAL MELALUI PENDIDIKAN KEWARGANEGARAAN. *PAEDAGOGIA*, 21, 142. <https://doi.org/10.20961/paedagogia.v21i2.23922>
- Muhammad, M. (2025). ASUHAN KEPERAWATAN PENERAPAN TERAPI PIJAT COMMON COLD PADA ANAK J TERHADAP MASALAH KEPERAWATAN BERSIHAN JALAN NAPAS TIDAK EFEKTIF PADA ACUTE NASOPHARYNGITIS DI PUSKESMAS SUNGAI RENGAS KUBURAYA. (KIA) Thesis, Stikes Yarsi Pontianak. https://doi.org/10/KIA_Muhammad_Revisi%252520-%252520%252520-%252520.pdf
- Palupi, R., Kameliawati, F., A.G, A., Hidayah, A. Q., Ikhsan, M., & Umami, R. (2023). Implementasi Terapi Non Farmakologi dengan Masalah Pneumonia. Penerbit NEM.
- Priyatno, A. D., Wahyudi, A., Gustina, E., & Rahutami, S. (2024). Analisis Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Palembang. *Indo Green Journal*, 2(4), 269–275. <https://doi.org/10.31004/green.v4i2.539>
- Rostinah, Anggriani, D., Muttaqin, M., & Supriadin. (2024). Analisis Determinan Sosial Terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Usia 6-11 Bulan. *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 3(02), 83–91. <https://doi.org/10.56741/bikk.v3i02.557>
- Saimi, S. (2026). *Epidemiologi dan Metodologi Penelitian dalam Riset Kesehatan*. AMU Press, 1–489.
- Sudarman, E. T., Widyaningsih, A., & Sari, U. S. P. (2025). Peningkatan Pengetahuan Orang Tua Tentang Pijat Common Cold untuk Meredakan Batuk Pilek pada Anak Balita.



Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, 4(2), 2249–2257.

- Wahyudi, N., Sujawaty, S., Abdul, N. A., Ollie, N., Podungge, Y., Yulianingsih, E., & Alza, N. (2024). OPTIMALISASI TERAPI NON FARMAKOLOGI SEBAGAI UPAYA DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DAN DETEKSI DINI KOMPLIKASI PADA IBU NIFAS. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(2), 1937. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i2.21808>
- Wati, R., & Sulaiman, Y. (2024). Efek Pemberian Multi Mikronutrien Suplement (MMS) dan Garam Beriodium terhadap Panjang Badan Bayi Baru Lahir di Kabupaten Majene. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, 7(2), 272–283. <https://doi.org/10.56467/jptk.v7i2.228>