

Pijat *Common Cold* untuk Mengatasi Batuk Pilek pada Bayi Balita di Posyandu Anggrek Biru

Lilis Jayanti¹, Nur Qomaril Andrea Sani², Moneca Dyah Listyaningsih³

¹Universitas Ngudi Waluyo, lilislichae@gmail.com @gmail.com

²Universitas Ngudi Waluyo, suninur55201@gmail.com

³Universitas Ngudi Waluyo, monecadyah@unw.ac.id

Korespondensi Email : lilislichae@gmail.com @gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2025-12-09

Accepted, 2025-12-28

Published, 2025-12-30

Keywords: Education,
Common Cold Massage

Kata Kunci: Edukasi,
Pijat Common Cold

Abstract

Common cold is an upper respiratory tract disorder that most often affects children. One of the negative effects of common cold in children is that the germs that cause it will enter the lower respiratory tract, namely the bronchi and alveoli. One way to relieve the symptoms of common cold is with massage therapy. Objective: This activity is to increase mothers' knowledge about common cold massage to relieve cough and cold symptoms in toddlers. Method: Community Service will be implemented in 3 stages: The First Stage is preparation by collaborating with partners and determining the target of community service. The Second Stage is the implementation stage, before the counseling, a pretest is conducted to explore mothers' knowledge about common cold massage. Next, education and training on common cold massage are carried out with direct demonstrations. The Third Stage is an evaluation by giving a posttest questionnaire. Results: This activity was attended by 20 mothers who have children aged 0-59 months. Before the counseling about baby massage, it was found that most of the mothers' knowledge was in the poor category, namely 16 people (80%), and after the counseling, 20 mothers had knowledge in the good category, namely 100%. There was an increase in knowledge before and after the common cold massage counseling. Suggestion: Health workers make common cold massage education a regular topic in the Mother and Toddler Class activities or during Posyandu visits to increase the knowledge of mothers of toddlers about relieving common cold symptoms, thereby reducing dependence on the use of chemical drugs (polypharmacy) for self-limiting diseases.

Abstrak

Common cold merupakan gangguan saluran pernafasan atas yang paling sering mengenai anak dan anak. Salah satu efek negatif *common cold* pada anak adalah kuman penyebabnya akan masuk ke bagian bawah saluran pernafasan, yaitu bronkus dan alveoli. Salah satu cara untuk meredakan gejala *common cold* adalah dengan terapi pijat. Tujuan : kegiatan ini adalah meningkatkan

pengetahuan ibu tentang pijat common cold untuk meredakan gejala batuk pilek pada balita. Metode : Pengabdian Masyarakat akan dilaksanakan dalam 3 tahap yaitu Tahap Pertama melakukan persiapan dengan cara melakukan kerja sama dengan mitra dan menentukan sasaran pengabdian masyarakat. Tahap Kedua tahap pelaksanaan, sebelum dilakukan penyuluhan, dilakukan pretest untuk menggali pengetahuan ibu mengenai pijat common cold. Selanjutnya dilakukan edukasi dan pelatihan pijat common cold dengan demonstrasi secara langsung. Tahap Ketiga Melakukan evaluasi dengan cara memberikan kuesioner posttest. Kegiatan ini diikuti oleh 20 orang ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan. Sebelum dilakukan penyuluhan mengenai pijat bayi didapatkan sebagian besar pengetahuan ibu dalam kategori kurang yaitu sebanyak 16 orang (80%) dan setelah dilakukan penyuluhan ibu memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 20 orang (100%). Kesimpulan: terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pijat common cold. petugas kesehatan menjadikan edukasi pijat common cold sebagai materi tetap dalam kegiatan Kelas Ibu Balita atau saat kunjungan Posyandu guna meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang meredakan gejala common cold sehingga mengurangi ketergantungan pada penggunaan obat-obatan kimia (polifarmasi) untuk penyakit yang bersifat self-limiting.

Pendahuluan

Common cold merupakan gangguan saluran pernafasan atas yang paling sering mengenai anak dan anak. Anak yang masih sangat muda akan sangat mudah tertular, penularan masih tetap terjadi karena seseorang yang batuk pilek akan sering memegang hidungnya karena rasa gatal atau membuang ingusnya. Jika tidak segera mencuci tangan akan menjadi sumber penularan. Batuk pilek adalah infeksi primer nasofaring dan hidung yang sering mengenai anak dan anak (Sintama et al., 2022).

Menurut *World Health Organization* tahun 2018 data kejadian batuk pilek pada anak di dunia adalah sebanyak 16 %, saat ini penyakit *common cold* lebih sering terjadi di Indonesia yang memiliki iklim tropis dan intensitas hujan yang tinggi. Salah satu gejala *common cold* adalah batuk dan pilek yang mudah menyerang baik anak maupun dewasa. Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi batuk pilek pada anak di Indonesia adalah 20,6%. Hal ini menunjukkan diperkirakan sebesar 3-6 kali per tahun seorang anak, hal ini berarti seorang anak rata-rata mendapat serangan batuk pilek sebanyak 3 sampai 6 kali setahun. Prevalensi batuk pilek pada anak di Kalimantan Timur pada tahun 2018 adalah 46,3% (Mulyaningsih et al., 2022).

Masalah batuk pilek pada balita sangat sering dijumpai, dikarenakan sistem imun balita masih rendah sehingga sangat rentan terjangkit virus. Orang tua yang mendapati anak mengalami batuk pilek sebagai gejala ISPA menganggap merupakan hal yang wajar pada anak umur 1-5 tahun, sehingga merasa biasa saja. Masalah batuk pilek tetap harus diwaspadai orangtua meskipun mudah sembuh dengan sendirinya. Jika anak terlalu sering mengalami batuk pilek dalam jangka waktu yang lama dan tidak dilakukan penanganan batuk pilek yang tepat dapat memperparah keadaan anak tersebut (Sagita et al., 2021).

Salah satu efek negatif *common cold* pada anak adalah kuman penyebabnya akan masuk ke bagian bawah saluran pernapasan, yaitu bronkus dan alveoli. Ini menginfeksi bronkus dan alveoli dan menyebabkan pasien kesulitan bernapas karena sekret yang dihasilkan oleh kuman menumpuk di rongga paru-paru. Selain itu, kuman dapat masuk ke selaput otak, menumpukan menginfeksi dengan cairan, yang dapat menyebabkan meningitis. Pasien dengan ISPA dapat mengalami henti napas dan henti jantung karena kuman dapat memperlambat dan merusak seluruh fungsi tubuh jika mereka menenangkan obat yang lama dan tidak tepat (Khasanah et al., 2024).

Ketergantungan terhadap obat-obatan kimia dosis rendah pada kasus batuk pilek ringan mulai menjadi perhatian serius dalam dunia medis. Penggunaan obat batuk pilek yang berlebihan tanpa indikasi yang tepat pada balita berisiko menimbulkan efek samping jangka panjang bagi organ tubuh anak yang masih berkembang. Oleh karena itu, diperlukan alternatif terapi non-farmakologi atau terapi komplementer yang aman dan dapat dilakukan secara mandiri oleh keluarga (Ramayani, 2024).

Banyak upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi *common cold* seperti upaya farmakologis dan non farmakologis. Upaya farmakologi yang biasa diterapkan untuk mengatasi *common cold* yaitu dengan memberikan obat-obatan seperti dekongestan merupakan pilihan untuk terapi pilek. Hidung tersumbat diobati dengan dekongestan topical atau oral. Terapi tanpa obat atau terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengatasi *common cold* yaitu memberikan lemon dan madu, madu dan jeruk nipis, inhalasi uap dan terapi pijat (Mulyaningsih, 2022).

Salah satu terapi komplementer yang telah terbukti secara klinis efektif adalah pijat *common cold*. Terapi ini melibatkan manipulasi jaringan lunak secara lembut pada titik-titik tertentu seperti area dada, punggung, dan wajah. Pijatan yang benar berfungsi merangsang saraf parasimpatis, meningkatkan drainase limfatik, serta membantu mengencerkan sekret sehingga jalan napas balita menjadi lebih lega tanpa harus selalu bergantung pada obat-obatan ekspektoran (Yanti et al., 2022)

Namun, pada kenyataannya, banyak orang tua yang belum memahami bahwa pijat bayi tidak hanya dilakukan untuk kebugaran, tetapi juga bisa sebagai tindakan kuratif ringan untuk meredakan gejala pilek. Kurangnya informasi mengenai teknik pijatan yang tepat membuat orang tua merasa takut atau ragu untuk menyentuh anak mereka saat sedang sakit. Ketidaktahuan ini menyebabkan potensi terapi mandiri di rumah menjadi terhambat (Fatimah et al., 2025).

Tingkat pengetahuan ibu dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah usia dan paparan informasi. Ibu yang berada pada usia produktif umumnya memiliki motivasi belajar yang tinggi, namun tanpa edukasi yang terstruktur, pengetahuan tersebut hanya bersifat mitos atau turun-temurun yang belum tentu benar secara medis. Diperlukan intervensi berupa pendidikan kesehatan yang intensif untuk menyelaraskan persepsi ibu dengan standar kesehatan yang berlaku (Kumala et al., 2025).

Edukasi yang diberikan melalui demonstrasi langsung dan media visual terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri (*self-efficacy*) ibu. Ketika ibu melihat dan mempraktikkan sendiri cara pijat yang benar, akan muncul perilaku positif dalam pola asuh anak. Pendidikan kesehatan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga merubah perilaku dari yang sebelumnya pasif menjadi lebih proaktif dalam menangani gangguan kesehatan ringan pada balita (Agnesia et al., 2025).

Berdasarkan survey jumlah anak usia 0-5 tahun yang berkunjung di UPTD Puskesmas Sepaku III pada bulan November 2025 sebanyak 322 anak dan jumlah anak usia 0-5 tahun yang mengalami keluhan batuk pilek sebanyak 156 anak. Hasil wawancara terhadap 10 orang ibu mengenai pijat *common cold* didapatkan bahwa 4 orang mengetahui pijat *common cold* dengan menyebutkan manfaat dari pijat *common cold*, sedangkan 6 orang lainnya tidak mengerti mengenai pijat *common cold*. Peneliti memberikan pertanyaan kepada ibu yang membawa anak setelah dilakukan terapi pijat *common cold*

didapatkan bahwa pijat dapat mengurangi keluhan dari common cold seperti anak menjadi lebih tenang pada saat tidur, tidak rewel.

Alasan pengabdian masyarakat ini karena banyak ditemukan anak usia 0-5 tahun yang mengalami batuk pilek datang berobat di UPTD Puskesmas Sepaku III pada bulan November 2025 sebanyak 156 anak. Oleh karena itu diperlukan penanganan batuk pilek yang dapat dilakukan secara mandiri oleh orang tua di rumah yang bertujuan untuk mengurangi gejala batuk pilek. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan orang tua untuk mengurangi batuk pilek adalah pijat common cold yang bermanfaat untuk menurunkan rasa gelisah dan depresi pada saluran pernapasan. Dengan mempertimbangkan berbagai hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat kebutuhan nyata untuk memperkuat implementasi latihan pijat common cold di kelas ibu balita sebagai upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu. Kegiatan ini juga sejalan dengan upaya penurunan angka bayi balita serta meningkatkan pengetahuan ibu bayi dan balita dalam meredakan gejala batuk pilek pada bayi dan balita.

Metode

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Anggrek Biru Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sepaku III. Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada tanggal Tanggal 15 Desember 2025 yang diikuti oleh 20 orang ibu yang mempunyai balita usia 0-59 bulan. Pengabdian masyarakat dilaksanakan dalam 3 tahap yaitu: Tahap Pertama melakukan persiapan dengan cara melakukan kerja sama dengan mitra yaitu bidan kordinator Posyandu Anggrek biru untuk mendiskusikan kegiatan yang akan dilaksanakan dan menentukan sasaran pengabdian masyarakat. Tahap Kedua adalah tahap pelaksanaan, sebelum dilakukan penyuluhan, tim akan melakukan pretest kepada ibu guna untuk menggali tingkat pengetahuan ibu mengenai pijat *common cold*. Selanjutnya, dilakukan pembagian leaflet dan penyuluhan disertai dengan demonstrasi cara melakukan pijat *common cold*. Tahap Ketiga Melakukan evaluasi dengan cara memberikan kuesioner posttest untuk mengetahui peningkatan pengetahuan orangtua setelah dilakukan penyuluhan. Sarana dan prasarana yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi ppt, proyektor, leaflet, phantom bayi, kuesioner pretest dan posttest

Hasil Dan Pembahasan

Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan dimulai dari jam 09.00 WITA sampai selesai pelatihan, adapun hasil pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut :

Tahap Persiapan

Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan cara melakukan kerja sama dengan mitra yaitu bidan kordinator Posyandu Anggrek Biru dan melakukan pengumpulan responden dalam program pengabdian masyarakat yaitu penyuluhan pija common cold kepada orangtua balita, ada beberapa langkah yang dapat diambil. Langkah awal adalah menentukan kriteria peserta yang relevan. Dalam hal ini, program ini ditujukan khusus untuk orangtua peserta posyandu.

Berikut merupakan karakteristik peserta pengabdian masyarakat :

Tabel 1 Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
Beresiko (<20 tahun atau > 35 tahun)	3	15
Reproduksi sehat (20-35 tahun)	17	85
Pendidikan		
Dasar	6	30
Menengah	11	55

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	3	15
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	16	80
Bekerja	4	20
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pijat bayi didapatkan peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pijat *common cold* sebagian besar responden dalam kategori usia reproduksi sehat sebanyak 17 orang (85%), pendidikan menengah sebanyak 11 orang (55%) dan tidak bekerja sebanyak 16 orang (80%).

Menurut Nurseha et al (2020) karakteristik ibu, terutama faktor usia dan tingkat pendidikan, memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan tingkat pengetahuan mereka mengenai pijat bayi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang berusia dewasa (20-35 tahun) dan memiliki latar belakang pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik karena kematangan dalam menyerap informasi kesehatan serta akses yang lebih luas terhadap literatur medis. Sebaliknya, variabel seperti pekerjaan tidak selalu menunjukkan hubungan yang signifikan, yang mengindikasikan bahwa pengetahuan tentang manfaat pijat bayi seperti meningkatkan nafsu makan, memperbaiki kualitas tidur, dan membantu pemulihan saat bayi sakit lebih banyak dipengaruhi oleh kesadaran personal dan paparan edukasi yang diterima ibu selama masa pengasuhan.

Tahap Pelaksanaan

Pada awal kegiatan pengabdian ini dimulai dari pretest. Kuisoner pre test di bagikan dalam bentuk lembar kuisoner yang langsung di sisi di tempat penyuluhan dengan tujuan dapat di ketahui seberapa jauh pengetahuan peserta tentang pijat *common cold*. Adapun hasil dari pretest sebagai berikut :

Tabel 2 Gambaran Pengetahuan Ibu Sebelum Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Cukup	4	20
Kurang	16	80
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa sebagian besar ibu balita memiliki pengetahuan dalam kategori kurang yaitu 16 orang (80%).

Setelah mengisi pretest, dilakukan pembagian leaflet kepada responden. Selanjutnya penyampaian materi dengan menggunakan ppt dalam proyektor dan dilanjutkan dengan demonstrasi/ praktik pijat *common cold*. Materi disampaikan menjelaskan tentang apa itu pengertian *common cold*, gejala *common cold*, pengertian pijat *common cold*, manfaat, hal yang harus diperhatikan, Langkah-langkah pijat *common cold* dan demonstrasi langsung cara pijat *common cold*. Setelah penyampaian materi, dibuka sesi tanya jawab, di mana peserta dapat mengajukan pertanyaan terkait pijat *common cold* dan kami menjawab pertanyaan-pertanyaan mereka dengan tepat dan jelas untuk memberikan pemahaman yang lebih baik.



Gambar 1 Penyuluhan Pijat *Common cold*

Tahap Evaluasi

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah tahap evaluasi. Evluasi dengan menggunakan lembar kuesioner posttest untuk mengukur sejauh mana peserta memahami materi penyuluhan pijat *common cold*, selanjutnya penutup dan pesan penyuluhan, serta memberikan informasi tambahan tentang kegiatan atau program yang dapat diikuti peserta di masa depan. Adapun hasil dari pretest sebagai berikut :

Tabel 3 Gambaran Pengetahuan Ibu Setelah Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	20	100
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 3, didapatkan bahwa pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi mengenai pijat *common cold* memiliki pengetahuan baik sebanyak 20 orang (100%). Berdasarkan hasil pretest dan posttest setelah dilakukan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu.

Hal ini sejalan dengan Musni & Heryana (2025) menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita setelah dilakukan edukasi pijat *common cold*, pengetahuan ibu sebelum dilakukan penyuluhan kategori baik sebanyak 5 orang (26,3%) dan setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan kategori baik meningkat menjadi 17 orang (89,5%). Didukung oleh Bria et al. (2022) adanya peningkatan pemahaman dan keterampilan psikomotorik orang tua dalam mempraktikkan gerakan pijat secara mandiri, yang secara klinis bermanfaat untuk membantu melegakan jalan napas, mengencerkan sekret/lendir, serta memberikan efek relaksasi guna memperbaiki kualitas tidur anak saat sedang sakit

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya ibu balita untuk melakukan praktik pijat *common cold* dalam meredakan gejala batuk pilek pada balita. Ibu yang memiliki pengetahuan baik mengenai titik-titik pijat *common cold* dan manfaat fisiologisnya cenderung lebih terampil dan rutin melakukan terapi sentuh sebagai langkah pertolongan pertama saat balita mengalami gejala infeksi saluran pernapasan akut (ISPA). Pengetahuan yang memadai terbukti menjadi stimulan utama yang mengubah persepsi ibu, sehingga mereka lebih memilih pendekatan non-farmakologi yang aman untuk membantu mengencerkan lendir dan melegakan pernapasan anak.

Salah satu cara meningkatkan pengetahuan yaitu melalui Pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan proses pemberian informasi obyektif dan lengkap, dilakukan secara sistematis dengan paduan keterampilan komunikasi interpersonal, teknik bimbingan dan penguasaan pengetahuan klinik bertujuan untuk membantu seseorang mengenali kondisinya saat ini, masalah yang sedang dihadapi dan menentukan jalan keluar/ upaya untuk mengatasi masalah tersebut. Penyampaian materi pendidikan kesehatan

tentunya juga harus memperhatikan beberapa pertimbangan, seperti media yang dipakai untuk memberikan materi harus menarik dan mudah dimengerti (Nur, 2023).

Pemberian edukasi yang terstruktur dengan baik melalui demonstrasi langsung, penggunaan leaflet, maupun video tutorial sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan psikomotorik orang tua untuk melakukan pijat *common cold* secara benar. Penelitian menunjukkan bahwa banyak orang tua awalnya merasa ragu memijat secara mandiri karena kurang memahami titik tekanan dan teknik yang tepat, namun setelah diberikan intervensi edukasi, terjadi peningkatan signifikan pada kemampuan mereka dalam mempraktikkan gerakan seperti usapan dada (*butterfly*) dan stimulasi saraf vagus. Edukasi sebagai upaya pemberdayaan orang tua dalam memberikan terapi non-farmakologi di rumah, yang tidak hanya mempercepat penyembuhan gejala batuk pilek tetapi juga meminimalkan risiko cedera akibat teknik pijat yang salah serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi (Agnesia et al., 2025).

Faktor pendukung kegiatan ini terlaksana dengan baik dan meningkatnya pengetahuan peserta adalah keyakinan seseorang yang merupakan bagian dari faktor predisposisi yang berkaitan dengan motivasi seseorang untuk melakukan segala tindakan, berdasar asumsi-asumsi tentang perubahan perilaku serta antusiasme para peserta untuk mengikuti penyuluhan terkait materi yang mudah dipahami dan menggunakan metode interaktif yang memberikan kesempatan kepada peserta untuk diskusi sehingga mendorong terjadinya perubahan perilaku positif (Hamzah, 2020).

Simpulan dan Saran

Pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu balita tentang pijat *common cold*. Seluruh peserta mencapai tingkat pengetahuan dan evaluasi yang baik setelah mengikuti program tersebut. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi melalui kuesioner posttest didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu dalam kategori pengetahuan baik yaitu 20 orang (100%).

Diharapkan petugas kesehatan menjadikan edukasi pijat *common cold* sebagai materi tetap dalam kegiatan Kelas Ibu Balita atau saat kunjungan Posyandu guna meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang meredakan gejala *common cold* sehingga mengurangi ketergantungan pada penggunaan obat-obatan kimia (polifarmasi) untuk penyakit yang bersifat *self-limiting*.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Ngudi Waluyo atas dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Posyandu Anggrek III dan Puskesmas Sepaku III yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan. Tak lupa, kami berterima kasih kepada para ibu peserta yang telah berpartisipasi aktif dan antusias dalam seluruh rangkaian kegiatan ini.

Daftar Pustaka

- Agnesia, F. A., Nurhanifah, T., & Maharani, K. (2025). Pengaruh Edukasi Video Pijat *Common cold* Bayi terhadap Pengetahuan dan Motivasi Ibu di Puskesmas Mranggen I. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(2), 100-114.
- 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. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 1, No. 2, pp. 939-945).
- Fatimah, N., Diana, N., Sasmita, N., Jannah, N., Nurlaila, N., & Nababan, T. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Ibu tentang Pijat Bayi di RSUD Kota Sabang. *Malahayati Nursing Journal*, 7(6), 2598-2608.

- Hamzah, B. (2020). Menginisiasi Perilaku Positif Masyarakat Tentang Penyakit ISPA di Desa Muntoi Timur Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(1), 33-42.
- Lende, R., Wiradani, N. L. K., & Diwyami, N. P. (2025). Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Praktik Terapi Pijat sebagai Upaya Penanganan ISPA pada Balita di Puskesmas Kuta II. *Prima: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11(1), 205-212.
- Mulyaningsih, E. Maftuchah, & Windyarti, MLNZ (2022). Pengaruh kombinasi pijat commoncold dan aromaterpai eucalyptus terhadap lama penyembuhan batuk pilek pada balita usia 4-5 tahun di Puskesmas Keling II Jepara. *Prosiding Pekan Publikasi Ilmiah Mahasiswa Universitas Karya Husada Semarang*, September, 238-242.
- Musni, M., & Heriyana, D. (2025). Edukasi Pijat Commond Cold dalam Mengatasi Batuk Pilek pada Balita di Desa Cinennung. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 3(1), 86-91.
- Nurseha, N., & Komalasari, D. (2020). Relationship Characteristics of Mothers Who Have Babies Aged 0-24 Months with Knowledge of Baby Massage. *Faletahan Health Journal*, 7(1), 42-47.
- Ramayani. (2024). The Relationship Of Mother's Education, Job, Age And Education To Baby Massage. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja*, 9(2), 431-437. <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v9i2.426>
- Sagita, C. D., Veftisia, V., Munawaroh, S. F., Abdiyanti, L. S., Hikmah, R., & Yunita, M. (2021, August). Pendidikan Kesehatan Batuk Pilek Dan Pijat *Common cold* Dalam Upaya Mengatasi Batuk Pilek Pada Batita. In *Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan* (pp. 103-109).
- Sintama, D., Nasifah, I., & Puspitasari, D. M. (2022). Penyuluhan tentang *Common cold* dan Pijat *Common cold* dalam Upaya Mengatasi Gejala Batuk Pilek pada Bayi/Balita. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 1, No. 2, pp. 1015-1021).
- Yanti, N., Kaban, N. B., & Martilova, D. (2022). The Effectiveness of Baby Massage to Reduce Cold Cough Symptoms. *Science Midwifery*, 10(5), 3824-3827.