

DOI: <https://doi.org/10.36568/gebindo.v13i2.209>

Efektivitas Pijat Batuk Pilek dengan Lama Penyembuhan ISPA pada Balita

Hilda Rizky Amelia

Poltekkes Kemenkes Surabaya; amelihilda117@gmail.com

Sherly Jeniawaty

Poltekkes Kemenkes Surabaya; sherlyjeniawaty@gmail.com

Uswatun Khasanah

Poltekkes Kemenkes Surabaya; uswatun.kh0510@gmail.com

Sukesi

Poltekkes Kemenkes Surabaya; sukesi.maritim64@gmail.com

ABSTRACT

Coughs and colds are prone to occur in children under five, if not treated properly, it can result in complications that aggravate the child's condition. In 2023 until October there was an increase in ARI cases in Sepulu District from the previous year, which was 30%. Cough and cold massage is one solution to overcome the problem of cough and cold disease by improving blood circulation and increasing immunity so that the child's body can be healthy and eliminate viruses or bacteria that cause cough and cold in toddlers. The purpose of this study was to determine the effectiveness of cough and cold massage on the duration of ARI healing in toddlers. This type of research is quantitative research with the Quasi-Experimental method. The population in this study were all toddlers who experienced ARI in February-April 2024 which there were 65 people. The sample was taken with purposive sampling technique of 30 respondents. The independent variable is cough and cold massage, while the dependent variable is the duration of ARI healing. Data collection used observation sheets, massage equipment, and steam inhalation equipment. To analyze the difference, Wilcoxon Signed Rank Test was used with a real level of 0.05. The results showed that the duration of cough healing before getting massage treatment most respondents were normal (73.3%). While the duration of cough healing after getting massage treatment most of the respondents were fast (70%). From the results of the analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test, the p value test results obtained p value = 0.000, so H1 is accepted, which means that cough and cold massage is more effective on the duration of ARI healing in toddlers. Based on the description above, it can be concluded that cough and cold massage is very effective in healing cough and cold in toddlers. So it is recommended to mothers who have toddlers and are experiencing a cold cough to be able to do a cold cough massage on the child.

Keywords: *Cough and Cold Massage; Duration of URI Healing; Toddler*

ABSTRAK

Batuk pilek rentan terjadi pada anak balita, apabila tidak segera ditangani dengan baik dapat berakibat pada terjadinya komplikasi yang memperberat kondisi anak. Pada tahun 2023 sampai bulan Oktober terjadi peningkatan kasus ISPA di Kecamatan Sepulu dari tahun sebelumnya yaitu sebanyak 30%. Pijat batuk pilek salah satu solusi mengatasi masalah penyakit batuk pilek dengan memperlancar peredaran darah dan meningkatkan daya imunitas. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas pijat batuk pilek terhadap lama penyembuhan ISPA pada Balita. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi-Experimental*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua balita yang mengalami ISPA pada bulan Februari-April 2024 yang ada sebanyak 65 orang. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* sejumlah 30 responden. Untuk menganalisis adanya perbedaan digunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan taraf nyata 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lama penyembuhan batuk sebelum mendapatkan perlakuan pijat sebagian besar responden adalah normal (73,3%). Sedangkan lama penyembuhan batuk setelah mendapatkan perlakuan pijat sebagian besar responden adalah cepat (70%). Dari hasil analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* hasil uji *p value* didapatkan *p value* = 0,000 maka H1 diterima yang artinya Pijat batuk pilek lebih efektif terhadap lama penyembuhan ISPA pada balita. Disimpulkan bahwa pijat batuk pilek sangat efektif dalam penyembuhan batuk pilek pada balita. Sehingga disarankan kepada ibu yang memiliki balita dan sedang mengalami batuk pilek untuk bisa melakukan piat batuk pilek pada anak.

Kata kunci : *Pijat Batuk Pilek; Lama Penyembuhan ISPA; Balita*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) merupakan infeksi saluran pernafasan akut dengan gejala demam, batuk kurang dari 2 minggu, pilek atau hidung tersumbat dan sakit tenggorokan. Batuk pilek merupakan gangguan saluran pernafasan atas yang paling sering mengenai bayi dan balita. Sehingga Bayi dan balita akan sangat mudah tertular, penularan masih tetap terjadi karena seseorang yang 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 bayi dan anak¹.

World Health Organization (WHO) memperkirakan angka kematian pada balita di negara berkembang seperti Indonesia mencapai lebih dari 40 per 1000 kelahiran hidup, dimana 15% hingga 20% pertahun diantaranya disebabkan oleh ISPA². Jumlah kematian balita yang disebabkan oleh ISPA mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2019 angka kematian akibat ISPA pada balita sebesar 0,12% yaitu sekitar 551 kematian dari 468.172 penemuan kasus ISPA pada balita dan pada tahun 2020 meningkat menjadi 0,16% yaitu sekitar 498 kematian dari 309.838 penemuan kasus ISPA pada balita. Provinsi dengan cakupan ISPA pada balita tertinggi berada di DKI Jakarta (53,0%), Banten (46,0%), Papua Barat (45,7%) Jawa Timur (44,3%) dan Jawa Tengah (42,9%)³.

Berdasarkan data register MTBS tahun 2021 di Puskesmas Sepuluh Kabupaten Bangkalan jumlah penemuan kasus ISPA pada balita cukup tinggi yaitu sekitar 749 kasus (40,7%) dari 1.838 kunjungan ke ruang MTBS. Pada tahun 2022 terjadi penurunan kasus ISPA dari tahun sebelumnya yaitu sebanyak 320 (29,8%) kasus dari 1.074 kunjungan ke ruang MTBS. Pada tahun 2024 sampai bulan Oktober terjadi peningkatan kasus ISPA dari tahun sebelumnya yaitu sebanyak 336 (30%) kasus dari 1.120 kunjungan ke ruang MTBS⁴.

Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian penyakit ISPA adalah faktor ekstrinsik dan intrinsik. Faktor ekstrinsik terdiri dari ventilasi, kepadatan hunian, jenis lantai, luas jendela, letak dapur, penggunaan jenis bahan bakar dan kepemilikan lubang asap. Sedangkan faktor intrinsik terdiri dari umur, jenis kelamin, status gizi, status imunisasi, pemberian vitamin A pada saat nifas/balita dan pemberian ASI⁵. Selain itu, beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian ISPA antara lain : faktor sosiodemografis, lingkungan dan perumahan, serta status gizi dan imunisasi anak⁶. Faktor sosiodemografi mencakup jenis kelamin anak, usia anak, status pendidikan ibu, status pekerjaan ibu, umur ibu, tingkat pendapatan keluarga, jumlah anggota keluarga, jumlah anak, dan jarak kelahiran antar anak. Beberapa faktor lingkungan dan perumahan juga berpengaruh terhadap kejadian ISPA pada anak, diantaranya perilaku merokok anggota keluarga, paparan debu, jumlah jendela, keadaan ventilasi rumah, jenis kompor, jenis bahan bakar, jumlah jendela di dapur, dan kebiasaan membawa anak saat memasak. Sementara itu, faktor status gizi dan imunisasi anak yang turut berperan menjadi faktor risiko ISPA pada anak adalah pemberian ASI eksklusif, status gizi anak, status imunisasi anak, konsumsi vitamin A, konsumsi zink, dan suntik TT pada ibu^{7 6 8}.

Batuk pilek pada anak apabila tidak segera ditangani dengan baik dapat berakibat pada terjadinya komplikasi yang memperberat kondisi anak, Komplikasi yang mungkin terjadi akibat batuk pilek yang tidak ditangani secara baik antara lain pneumonia, sinusitis, infeksi telinga, bronkitis dan serangan asma⁹.

Banyak upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi batuk dan pilek seperti upaya farmakologis dan non farmakologis. Upaya farmakologi yang biasa diterapkan untuk mengatasi batuk pilek yaitu dengan memberikan obat-obatan seperti dekonjestan. Hidung tersumbat diobati dengan dekonjestan topikal atau oral. Antihistamin dapat mengurangi bersin, sedangkan batuk biasanya sembuh sendiri, tetapi dapat diobati dengan dextromethorpan atau antitusif, dan demam diobati dengan antipiretik. Terapi tanpa obat atau terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengatasi batuk pilek yaitu diberikan lemon dan madu, madu dan jeruk nipis, inhalasi uap, terapi moksibusi dan terapi pijat¹⁰.

Pijat batuk pilek salah satu solusi mengatasi masalah penyakit batuk pilek dengan memperlancar peredaran darah dan meningkatkan daya imunitas sehingga tubuh anak bisa sehat dan mengeliminasi virus atau bakteri penyebab batuk pilek pada Balita. Dengan di pijat, Balita akan menjadi lebih tenang yang dapat mengeluarkan hormon endorphine sehingga Balita menjadi lebih rileks dan menjadi tenang saat di pijat dan aliran darah menjadi lancar sehingga asupan nutrisinya menjadi lebih baik¹⁰. Secara teori pijat balita juga disebut dengan *touch therapy* yang artinya adalah salah satu teknik yang menggabungkan manfaat fisik sentuhan manusia dengan manfaat emosional seperti ikatan batin (bonding). Terapi pijat telah menunjukkan efek positif untuk mengatasi permasalahan pada bayi prematur, masalah pencernaan termasuk sembelit dan diare, serta untuk penyakit saluran pernapasan seperti asma dan *common cold*¹¹. Manfaat pijat balita secara umum dapat membuat balita merasa nyaman, dan relaks, pijat membuat otot-otot anak menjadi renggang, pijat balita dapat membantu konsentrasi, memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, dan membantu oksigen menuju keotak¹².

Tujuan Penelitian

Mengetahui “ Efektivitas pijat batuk pilek terhadap lama penyembuhan ISPA pada balita.”.

Hipotesis

Pijat batuk pilek efektif terhadap lama penyembuhan ISPA pada balita

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain *Quasi-Experimental*. Penelitian ini telah dilakukan di Desa Tanagura Timur, Kecamatan Sepulu, Kabupaten Bangkalan, dilakukan dari bulan Februari-April 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah semua balita yang mengalami ISPA pada bulan Februari-April 2024. Pengambilan sampel dengan teknik *Purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 responden. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pijat batuk pilek, sedangkan variabel dependen adalah lama penyembuhan ISPA. Instrumen pengumpulan data adalah lembar observasi, perlengkapan pijat, dan perlengkapan inhalasi uap dan Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon dan mann whitney*.

HASIL

Tabel 1 Distribusi frekuensi usia anak, jenis kelamin anak, status gizi, riwayat imunisasi dasar lengkap dan riwayat ASI eksklusif

Karakteristik	Pijat		Inhalasi Uap	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Usia Anak (bulan)				
1. Bayi (0-11 bulan)	7	23,3	2	6,7
2. Balita (12-59 bulan)	23	76,7	28	93,3
Total	30	100	30	100
Jenis Kelamin				
1. Laki-laki	17	56,7	17	56,7
2. Perempuan	13	43,3	13	43,3
Total	30	100	30	100
Status Gizi				
1. Gizi buruk	0	0	1	3,3
2. Gizi kurang	3	10	1	3,3
3. Gizi baik	26	86,7	27	90
4. Berisiko gizi lebih	0	0	0	0
5. Gizi lebih	1	3,3	1	3,3
6. Obesitas	0	0	0	0
Total	30	100	30	100
Riwayat Imunisasi Dasar Lengkap				
1. Lengkap	20	66,7	26	86,7
2. Tidak Lengkap	10	33,3	4	13,3
Total	30	100	30	100
Riwayat ASI Eksklusif				
1. Ya	8	26,7	7	23,3
2. Tidak	22	73,3	23	76,7
Total	30	100	30	100

Hasil analisis data secara deskriptif disajikan sebagai berikut:

Hasil penelitian Tabel 1 dapat diketahui bahwa usia anak yang hampir seluruh responden berusia 12-59 bulan sebanyak 28 orang (93,3%). Jenis kelamin anak sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 17 orang (56,7%). Status Gizi Anak hampir seluruh responden adalah Gizi Baik sebanyak 26 orang (86,7%). Riwayat Imunisasi Dasar Lengkap (jika anak mendapatkan imunisasi sesuai usia dan jenis vaksin) anak yang mendapatkan perlakuan pijat sebagian besar responden adalah lengkap sebanyak 20 orang (66,7%). Sedangkan yang mendapatkan perlakuan inhalasi uap hampir seluruh responden adalah lengkap sebanyak 26 orang (86,7%). Riwayat pemberian ASI eksklusif (jika anak minum ASI saja sampai usia 6 bulan) pada anak hampir seluruh responden adalah tidak ASI Eksklusif sebanyak 23 orang (76,7%).

PEMBAHASAN

Lama Penyembuhan ISPA pada Balita Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Batuk Pilek

Berdasarkan hasil penelitian, lama penyembuhan batuk sebelum mendapatkan perlakuan pijat sebagian besar responden adalah normal sebanyak 22 orang (73,3%). Sedangkan lama penyembuhan batuk setelah mendapatkan perlakuan pijat sebagian besar responden adalah cepat sebanyak 21 orang (70%).

ISPA merupakan salah satu penyakit yang sering terjadi pada anak balita, penyebabnya beragam mulai dari faktor internal maupun eksternal. Lama penyembuhan batuk pada anak sebelum dilakukan pijat batuk pilek sebageaian besar adalah normal, hal ini dikarenakan ISPA merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh virus, Dimana akan sembuh dengan daya tahan tubuh yang baik dan bisa sembuh dalam waktu 7-14 hari. Setelah diberikan pijat batuk pilek lama penyembuhan ISPA Sebagian besar menjadi cepat, hal ini disebabkan dengan pijat maka tubuh anak akan merasa lebih nyaman, sehingga dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak. Karakteristik yang mendukung pada cepatnya penyembuhan ISPA pada balita sebelum dilakukan pijat salah satunya adalah riwayat imunisasi dasar yang lengkap. Riwayat IDL sebagian besar pada anak adalah lengkap sehingga mempercepat juga penyembuhan ISPA pada anak. Anak yang memiliki imunisasi dasar lengkap akan memiliki kekebalan tubuh yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang tidak mendapatkan imunisasi dasar lengkap, sehingga meskipun anak yang memiliki riwayat IDL lengkap mengalami sakit, lama penyembuhannya lebih cepat.

Gerakan sentuhan efektif menenangkan anak. Fisioterapis merekomendasikan peningkatan sentuhan dengan sentuhan yang diarahkan ke jantung, terutama untuk pijatan perangkat perifer (lengan, bahu, tangan, kaki, betis, paha). Gerakan sentuhan merangsang aliran darah limfatik. Aliran darah dan getah bening yang lancar meningkatkan metabolisme anak yang memberinya kedamaian dan kenyamanan.

Manfaat pijat pada anak salah satunya adalah meningkatkan daya tahan tubuh anak. Peningkatan aktivitas neurotransmitter serotonin akan meningkatkan kemampuan sel penerima untuk mengikat glukokortikoid (adrenalin). Proses ini menyebabkan penurunan kadar hormon adrenal (hormon stres) dan selanjutnya akan meningkatkan daya tahan tubuh³⁵.

Lama Penyembuhan ISPA pada Balita Sebelum dan Sesudah Dilakukan Inhalasi Uap

Berdasarkan hasil penelitian, lama penyembuhan batuk sebelum mendapatkan perlakuan inhalasi uap sebagian besar responden adalah normal sebanyak 21 orang (70%). Sedangkan lama penyembuhan batuk setelah mendapatkan perlakuan inhalasi uap sebagian besar responden adalah normal sebanyak 21 orang (70%).

Lama penyembuhan ISPA pada anak sebelum diberikan terapi inhalasi uap adalah normal. Hal ini dikarenakan Riwayat imunisasi dasar lengkap anak Sebagian besar adalah lengkap, sehingga anak memiliki perlindungan dari penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi yaitu salah satunya ISPA. Sedangkan lama penyembuhan ISPA pada anak sesudah diberikan terapi inhalasi uap adalah normal, hal ini dikarenakan Sebagian responden berusia 12-59 bulan, dimana saat usia tersebut anak sudah bisa diajak berkomunikasi, sehingga saat dilakukan inhalasi uap pada anak dapat dilakukan secara maksimal, sehingga uap yang masuk kedalam tubuh anak akan membuat anak menjadi hangat dan lendir menjadi cair dan mudah untuk dikeluarkan. Terapi inhalasi uap juga bisa dilakukan sendiri oleh ibu di rumah, sehingga penyembuhan ISPA bisa menjadi lebih cepat.

Terapi uap (inhalasi) merupakan salah satu cara untuk meredakan keluhan pada pernapasan akibat menyempitnya saluran napas. Terapi inhalasi adalah pemberian obat secara langsung ke dalam saluran napas melalui penghisapan⁴⁷. Inhalasi sederhana berarti memberikan obat dengan cara dihirup dalam bentuk uap ke dalam saluran pernapasan yang dilakukan dengan bahan dan cara yang sederhana serta dapat dilakukan dalam lingkungan masyarakat. Terapi inhalasi uap juga merupakan terapi suportif yang sering kali dianjurkan karena dinilai dapat membantu melegakan saluran napas.

Uap air panas akan mengalami evaporasi dan kondensasi (higroskopisitas) saat dihirup dan masuk ke dalam saluran napas. Uap air yang dihirup dapat meningkatkan transport aliran udara (air flow) dari mulut ke trakea dan bronkus bagian atas. Inhalasi uap juga dapat meningkatkan aktifitas mukosiliaris hidung dan membantu pengeluaran lendir. Kedua mekanisme yang ditimbulkan oleh inhalasi uap ini dinilai dapat membantu pernapasan pasien dan mengurangi gejala yang dirasakan⁴⁸.

Uap dari air panas dapat bermanfaat sebagai terapi dan dapat membantu tubuh menghilangkan produk metabolisme yang tidak bermanfaat bagi tubuh dengan cara membuka pori-pori, merangsang keluarnya keringat, melebarkan pembuluh darah dan mengendurkan otot-otot. Efek terapi uap dapat meningkatkan konsumsi oksigen, denyut jantung meningkat dan terjadi pengeluaran cairan yang tidak dibutuhkan tubuh seperti mengencerkan lendir yang menyumbat saluran pernapasan⁴⁹.

Terapi inhalasi uap lebih efektif karena bekerja lebih cepat dan langsung dan tidak memiliki efek samping pada bagian tubuh lainnya. Keuntungan terapi inhalasi sederhana antara lain lebih mudah untuk dilakukan dan biaya lebih terjangkau³³. Hasil penelitian setelah sebelumnya diberikan inhalasi sederhana dengan minyak kayu putih diperoleh data masalah bersihan jalan napas: adanya suara napas tambahan yang berkurang, frekuensi batuk berkurang, kekentalan sputum lebih encer dan sputum berwarna putih³³.

Efektivitas Pijat Batuk Pilek terhadap Lama Penyembuhan ISPA pada Balita

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata lama penyembuhan ISPA pada kelompok pijat sebelum di pijat adalah 9,5 hari sedangkan sesudah di pijat diperoleh rata-rata lama penyembuhan adalah 9 hari sehingga terjadi penurunan lama penyembuhan sebanyak 0,5 point. Uji *Wilcoxon* menghasilkan nilai *p* value = 0,000.

Pijat batuk pilek merupakan salah satu solusi untuk mengatasi masalah penyakit batuk pilek dengan memperlancar peredaran darah dan meningkatkan daya imunitas sehingga tubuh anak bisa sehat dan mengeliminasi virus atau bakteri penyebab batuk pilek pada anak, dengan di pijat anak akan menjadi lebih tenang yang dapat mengeluarkan hormon endorphine sehingga Balita menjadi lebih rileks dan menjadi tenang saat di pijat dan aliran darah menjadi lancar sehingga asupan nutrisinya menjadi lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, terapi pijat batuk pilek terbukti efektif menyembuhkan ISPA dibandingkan inhalasi uap (*p* value = 0,000) guna membantu proses penyembuhan infeksi saluran pernapasan akut pada balita sehingga proses penyembuhan lebih cepat dan balita merasa lebih nyaman setelah dilakukan pemijatan. Infeksi saluran pernapasan akut pada balita yang umumnya berlangsung selama 14 hari dapat sembuh 7 hari lebih cepat setelah dilakukan terapi pijat³⁰.

Perbedaan Lama Penyembuhan ISPA pada Balita antara diberikan Pijat Batuk Pilek dan Inhalasi Uap

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat Perbedaan lama penyembuhan ISPA pada balita antara diberikan pijat batuk pilek dan inhalasi uap. Hasil uji beda menggunakan *Mann Whithney* diperoleh nilai (*p* = 0,000).

Penyakit ISPA dapat disembuhkan dengan berbagai metode, salah satunya dengan menggunakan metode non farmakologi yaitu dengan pijat batuk pilek dan inhalasi uap. Keduanya memiliki kelebihan dan kekurangan, salah satu kelebihan dari pijat batuk pilek adalah pijatan dilakukan pada titik tertentu pada tubuh anak sehingga dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak, sedangkan salah satu kelebihan dari inhalasi uap yaitu ibu dapat melakukan inhalasi uap sendiri dirumah sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal.

Metode non farmakologi yang dapat mempercepat penyembuhan batu pilek pada anak yaitu dengan pijat batuk pilek dan inhalasi uap. Dengan di pijat, Balita akan menjadi lebih tenang yang dapat mengeluarkan hormon endorphine sehingga Balita menjadi lebih rileks dan menjadi tenang saat di pijat dan aliran darah menjadi lancar sehingga asupan nutrisinya menjadi lebih baik³⁰. Salah satu metode inhalasi sederhana dapat dilakukan menggunakan minyak kayu putih. Minyak kayu putih dapat bermanfaat meredakan masalah pernapasan. Menghirup minyak kayu putih dapat meringankan gangguan pernapasan karena uap minyak kayu putih berfungsi sebagai dekongestan yang jika dihirup dapat membantu mengurangi hidung tersumbat dan gejala bronchitis³³.

KESIMPULAN

Lama penyembuhan ISPA pada balita sebelum dan sesudah dilakukan pijat batuk pilek sebagian besar adalah cepat. Lama penyembuhan ISPA pada balita sebelum dan sesudah dilakukan inhalasi uap sebagian besar adalah normal. Terdapat Efektivitas pijat batuk pilek terhadap lama penyembuhan ISPA pada balita. Terdapat perbedaan lama penyembuhan ISPA pada balita antara diberikan pijat batuk pilek dan inhalasi uap.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes.RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018 [cited 2024 Nov 1]. Available from: <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2018>.
2. Agustina et al. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Merokok Anggota Keluarga Terhadap Kejadian Ispa Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Beruntung Raya Kota Banjarmasin Tahun 2020. Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin.
3. Kemenkes R. Profil Kesehatan Indonesia 2020. (2021). Jakarta: Kemenkes RI.
4. Puskesmas sepuluh. (2024). Data Kejadian ISPA.
5. Nora, E., Marlinda, E., & Ivana T. (2018). Faktor-Faktor Intrinsik Dan Ekstrinsik Kejadian Infeksi Saluran Napas Pada Balit. Jurnal Keperawatan Suaka. Universitas Karya Husada Semarang.

6. Hassen S et al. (2020). Determinants of Acute Respiratory Infection (ARI) Among Under-five Children in Rural Areas of Legombo District, South Wollo Zone, Ethiopia: A Matched Case Control Study'. *International Journal of Infectious Diseases International Society for Infectious Diseases*.
7. Rustam, M., Mahkota, R., & Kodim N. (2019). Exclusive breastfeeding and upper respiratory infection in infants aged 6-12 months in Kampar district, Riau Province. *Kesmas*.
8. Islam, M., Sultana, Z. Z., Iqbal, A., Ali, M., & Hossain A. (2021). Effect of in-house crowding on childhood hospital admissions for acute respiratory infection: A matched case-control study in Bangladesh. *Journal of Infectious Diseases*, 105, 639-645.
9. Marni. (2014). *Asuhan Keperawatan Pada Anak Dengan Gangguan Pernapasan*. Yogyakarta: Gosyen Publisin Misnadiarly.
10. Waluyo UN, Regita A, Ningsih DA, Afriyani LD, Susanti R, Sarjana KP, et al. (2024). Pijat Bayi Common Cold untuk Mengatasi Bayi dan Balita Batuk Pilek di Posyandu Tolokan Getasan.
11. Salam J. (2022). Upaya Peningkatan Keterampilan Kader Dengan Common Cold Massage Therapy Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Surakarta.
12. Saputri N. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
13. Kemenkes.RI. (2022). Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA) [Internet]. direktorat jenderal pelayanan kesehatan. 2022. Available from: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1792/infeksi-saluran-pernapasan-atas-ispa
14. Institute NC. (2020). *NCI Dictionaries*.
15. Pabst R. (2016). *Airway Immune System: Microanatomy*. *Airway Immune System: Microanatomy, Airway Immune System: Microanatomy*.
16. Assane, D., Makhtar, C., Abdoulaye, D., Amary, F., Djibril, B., Amadou D, Niokhor, D.J.B., Amadou, D., Cheikh, L., Ndongo, D., Mbayame N, Lamine, F., Bouh BCS. (2018). Viral and Bacterial Etiologies of Acute Respiratory Infections Among Children Under 5 Years in Senegal. *Microbiol Insights*.
17. Hassen S et al. (2020). Determinants of Acute Respiratory Infection (ARI) Among Under-five Children in Rural Areas of Legombo District, South Wollo Zone, Ethiopia: A Matched Case Control Study'. *International Journal of Infectious Diseases International Society for Infectious Diseases*.
18. Saputri IW. (2016). Analisis Spasial Faktor Ligkungan Penyakit ISPA Pneumonia Pada Balita di Provinsi Banten. Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah.
19. Gerstman. (2013). *Epidemiology Kept Simple*, Third Edition.
20. Dimyati V. (2017). 43 Juta Anak Korban Asap Rokok.
21. Admasie, A., Kumie, A., & Worku A. (2018). No TiChildren under Five from Houses of Unclean Fuel Sources and Poorly Ventilated Houses Have Higher Odds of Suffering from Acute Respiratory Infection in Wolaita-Sodo, Southern Ethiopia: A Case-Control Study.tle. *Children under Five from Houses of Unclean Fuel Sources and Poorly Ventilated Houses Have Higher Odds of Suffering from Acute Respiratory Infection in Wolaita-Sodo, Southern Ethiopia: A Case-Control Study*.
22. Wulandari E. (2013). Faktor yang Berhubungan dengan Keberadaan Streptococcus di Udara pada Rumah Susun Kelurahan Bandarharjo Kota Semarang Tahun 2013. *Unnes Journal of Public Health*.
23. Admasie, A., Kumie, A., Worku A. (2018). Children under Five from Houses of Unclean Fuel Sources and Poorly Ventilated Houses Have Higher Odds of Suffering from Acute Respiratory Infection in Wolaita-Sodo, Southern Ethiopia: A Case-Control Study. *J Environ Public Health*.
24. Sonogo, M., Pellegrin, M.C., Becker, G., Lazzerini M. (2015). Risk Factors for Mortality from Acute Lower Respiratory Infections (ALRI) in Children under Five Years of Age in Low and Middle-Income Countries: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies.
25. Savitha, A.K., Gopalakhrisnan S. (2018). Determinants of Acute Respiratory Infections among under Five Children in A Rural Area of Tamil Nadu, India. *J Family Med Prim Care*.
26. Sihombing, M., Notoharjo IT. (2015). Gambaran Sosiodemografi Perokok Pasif dengan ISPA dan Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian ISPA Pada Balita di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2013).
27. UNICEF. (2015). Breastfeeding and Nutrition [Internet]. Available from: https://www.unicef.org/nutrition/index_24824.html (accessed 8.11.20).
28. Dwi N. (2014). Gambaran Karakteristik Balita dan Kondisi Lingkungan Dalam Ruang Terhadap Keluhan Gejala ISPA di Taman Penitipan Anak 2018.
29. Arifianto. (2018). *Orangtua Cermat Anak Sehat.* Jakarta: Gagas Media.
30. Dewi HL; dkk. (2017). Pengenalan Ilmu Pengobatan Timur Akupresur Level II KKNi dan Akupresur Aplikatif untuk Mengurangi Keluhan pada Kasus-Kasus Kebidanan. LKP Kunci Jemari-P3AI.
31. Saputra K. (2017). *Akupuntur Dasar*. Surabaya: Airlangga University Press.
32. Sakri, F. M. *Madu dan Khasiatnya*. (2015). Yogyakarta: Diandra Pustaka Indonesia.

33. Selpi Handayani¹, Immawati² NRD. (2022). Penerapan Terapi Inhalasi Sederhana Dengan Minyak Kayu Putih Untuk Meningkatkan Bersihan Jalan Napas Pada Anak Dengan Ispa.
34. Prasetyo. (2017). Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Buku biru
35. D.S P. (2017). Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Buku biru.
36. Roesli. (2015). Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Trubus Agriwidya.
37. GriyaSehatIndonesia. (2015). Baby Spa Training (Baby Massage, Baby Swin and Baby Gym). Malang: Griya Sehat Indonesia.
38. Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: P.T Alfabeta.
39. Abubakar R. (.2021). Pengantar Metodologi Penelitian. Yogyakarta: SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga.
40. Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabet.
41. Nursalam. (2018). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: salemba. Medika.
42. Nursalam. (2015). Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis [Internet]. 4th ed. Peni Puji Lestari, editor. Jakarta: Salemba Medika.
43. Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: P.T Alfabeta.
44. Makbul M. (2021). Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian.
45. Notoatmodjo S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan,. Jakarta: Rineka Cipta.
46. Adiputra. I. M. S. dkk. (2021). Metode Penelitian Kesehatan. Medan: Yayasan Kita Menulis.