

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

SAGO: Gizi dan Kesehatan
2024, Vol. 5(2) 360-365
© The Author(s) 2024



DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/sago.v5i2.1440>
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>



Poltekkes Kemenkes Aceh

Ni Made Ariska Diah Pratiwi^{1*}, Heru Subaris Kasjono²,
Siti Maimunah³

Abstract

Background: Baby massage performed on babies aged 0-12 months is effective in relieving the pain of cough and cold symptoms, this is in accordance with the theory that baby massage therapy can increase endurance and relieve cough and cold symptoms in babies.

Objective: The research aims to determine the effect of *Common cold* massage on the symptoms and duration of recovery from coughs and colds in toddlers.

Methods: Quasi experimental method (quasi experimental design), with pre test and post test design. The sample for this research consisted of 36 toddlers. The sampling technique uses purposive sampling technique. The research period is from April 2023 to May 2023. The research location is at Community Health Center One Negara. Data were collected using observation sheets with data analysis techniques using univariate (descriptive) and bivariate (Wilcoxon test) at 95% CI.

Results: The average value before treatment was 3,08, including the severe category, while after treatment the average value was 2,00 including the moderate category. The research results obtained ($p= 0,000$), so it can be concluded that There is an effect of *common cold* massage on the symptoms and duration of recovery from coughs and colds in toddlers.

Conclusion: There are differences in the effect of *common cold* massage on the symptoms and duration of recovery from coughs and colds in toddlers. Advice for mothers who have toddlers is to do a *common cold* massage for the child's cough and cold symptoms and do each movement for 15 minutes.

Keywords

Common cold massage, long heal, cold cough

Abstrak

Latar Belakang: Pijat bayi yang dilakukan pada bayi usia 0-12 bulan efektif dalam meredakan nyeri gejala batuk pilek, hal ini sesuai dengan teori yang bisa diberikan terapi pijat bayi meningkatkan daya tahan tubuh dan meredakan gejala batuk pilek pada bayi.

Tujuan : Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat *Common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita

Metode : Metode eksperimen semu (quasi experiment design), dengan pre test dan post test design. Sampel penelitian ini berjumlah 36 balita. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Waktu penelitian dari bulan April 2023 sampai Mei 2023. Lokasi penelitian di Puskesmas Satu Negara. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dengan teknik analisa data menggunakan univariat (deskriptif) dan bivariate (uji Wilcoxon) pada CI 95%.

Hasil : Nilai rata-rata sebelum perlakuan yakni 3,08 dan setelah perlakuan memiliki nilai rata-rata yakni 2,00, terdapat pengaruh pijat *common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita ($p= 0,000$).

Kesimpulan: Terdapat perbedaan pengaruh pijat *common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita.

Kata kunci

Pijat *common cold*, lama sembuh, batuk pilek

¹ STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. E-mail: tiwiariska98@gmail.com

² Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. E-mail: herusubarisk@poltekkesjogja.ac.id

³ STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia. E-mail: emohuri@gmail.com

Penulis Koresponding:

Ni Made Ariska Diah Pratiwi: STIKES Guna Bangsa Yogyakarta. Jl. Padjajaran, Condongcatur, Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55283, Indonesia. E-mail : tiwiariska98@gmail.com

Pendahuluan

Data *World Health* Angka kematian balita (AKB) di Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan angka kematian neonatus (AKN) sebesar 15 per 1000 kelahiran hidup, angka kematian balita (AKB) 24 per 1000 kelahiran hidup, dan AKBA 32 per 1000 kelahiran hidup. Meskipun demikian, AKN, AKB, dan AKBa diharapkan akan terus mengalami penurunan. Intervensi-intervensi yang dapat mendukung kelangsungan hidup anak ditujukan untuk dapat menurunkan AKN menjadi 10 per 1000 kelahiran hidup dan AKB menjadi 16 per 1000 kelahiran hidup di tahun 2024. Sementara, sesuai dengan Target Pembangunan Berkelanjutan, AKBa diharapkan dapat mencapai angka 18,8 per 1000 kelahiran hidup di tahun 2030 (Risikesdas, 2018).

Berdasarkan data yang dilaporkan kepada Direktorat Kesehatan Keluarga pada tahun 2019, dari 29,322 kematian balita, 69% (20,244 kematian) diantaranya terjadi pada masa neonatus. Dari seluruh kematian neonatus yang dilaporkan, 80% (16,156 kematian) terjadi pada periode enam hari pertama kehidupan. Sementara, 21% (6,151 kematian) terjadi pada usia 29 hari–11 bulan dan 10% (2,927 kematian) terjadi pada usia 12–59 bulan (Kemenkes RI, 2019). Jumlah kematian balita di Provinsi Bali pada tahun 2019 mencapai 218 kematian balita diantaranya terjadi pada neonatus 172, pada balita 282, pada balita 18. Jumlah kematian balita menurut penyebab utamanya tahun 2019 di Indonesia, pneumonia 184 kasus, diare 127 kasus, demam 193 kasus, difteri 3 kasus dan penyakit lain-lainnya 1.735 kasus. Kunjungan puskesmas sebesar 40%-60% yaitu penyakit ISPA dan kunjungan rumah sakit sebesar 15%-30%. Salah satu negara berkembang dengan kasus ISPA yang tinggi adalah Indonesia Berdasarkan hasil Riset Dasar (Risikesdas) 2018 prevalensi ISPA di Indonesia sekitar 9,3% kasus sudah terdiagnosis oleh dokter (Kemenkes, 2019).

Pengobatan infeksi saluran pernafasan akut bisa dilakukan dengan 2 cara yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi. Cara pengobatan farmakologi biasanya diberikan obat antipiretik (parasetamol dan *glyceryl guaiacolate*). Sedangkan pengobatan non farmakologi bisa dengan terapi komplementer atau terapi *common cold* merupakan terapi relaksasi untuk menurunkan rasa gelisah dan depresi pada gangguan saluran nafas. Pada terapi pijat *common cold* dapat dilakukan dengan beberapa kali gerakan (Asrawaty,

2020). Pada penelitian (Librawati, 2022) tentang “Efektifitas terapi pijat *common cold* terhadap lama penyembuhan infeksi saluran pernafasan akut pada balita di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang” didapatkan hasil bahwa balita yang menerima pijat *common cold* mengalami kesembuhan lebih cepat 1 hari dibandingkan dengan pemberian terapi farmakologi (Librawati, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Satu Negara pada bulan September 2022 terdapat 36 kasus balita ISPA pada usia 0-5 tahun. Hasil survey terhadap 13 balita didapatkan 5 balita mengalami gejala berupa bersin-bersin, keluar cairan bening dari hidung dan ada batuk tapi tidak tiap hari dari 3 hari, 3 orang ibu yang anaknya terkena gejala ISPA langsung memeriksakan anaknya ke fasilitas kesehatan untuk mendapatkan pengobatan di puskesmas dan 2 orang ibu memberikan baluran minyak telon dengan diberikan tambahan bawang merah pada anaknya sebelum diperiksakan, 1 orang ibu memijat anaknya ke dukun balita dan 2 orang ibu memberikan baluran kencur dan beras di dahi, dada dan punggung anaknya.

Masing-masing anak tersebut mengalami lama penyembuhan yang berbeda-beda untuk anak yang diberikan terapi farmakologi mengalami penyembuhan setelah 2 minggu diberikan obat tanpa diberikan terapi sentuh ataupun baluran apapun. Sedangkan balita yang mengalami gejala demam dan serak lebih dari 3 hari mendapatkan baluran minyak telon dengan bawang merah, sentuhan pijat, baluran kencur dan beras lebih cepat sembuh 1 minggu (Halim, 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik mengambil penelitian tentang “Pengaruh Pijat *Common cold* Terhadap Gejala dan Lama Sembuh Batuk Pilek Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Satu Negara”. Adapun kebaruan penelitian ini dibandingkan dengan penelitian lain yakni terletak pada pemberian oil pada saat pijat *common cold*, sedangkan dalam penelitian ini tidak diberikan. Alasan tidak diberikan oil dalam penelitian ini yakni dengan sentuhan langsung tanpa media tambahan bisa membantu merangsang dan menyeimbangkan hormon-hormon pada tubuhnya, yaitu hormon kortisol dan oksitosin yang dapat menimbulkan rasa nyaman dan kasih sayang (Yushida & Zahara, 2021; Halim, 2021). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat *Common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita di wilayah kerja Puskesmas Satu Negara.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi experiment design*), dengan pre test dan post test design. Desain ini tidak mempunyai pembatasan yang ketat terhadap randomisasi, dan pada saat yang sama dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas (Sugiyono, 2020).

Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 36 responden. Teknik sampling yang digunakan yakni *purposive sampling* adalah teknik untuk menentukan sampel dengan menggunakan pertimbangan tertentu untuk dijadikan sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2020). Lokasi penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Satu Negara.

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini yakni pijat *common cold*, sedangkan variabel terikat (Y) dalam penelitian ini yakni gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita. Instrumen yang digunakan yakni SOP pijat *common cold*. Metode pengumpulan data dengan melakukan tiga prosedur yaitu:

1. Tahap persiapan yang meliputi peneliti mengurus surat izin penelitian, kemudian menyerahkan surat izin penelitian ke Puskesmas Satu Negara, dan pihak Puskesmas memberikan izin untuk bisa melakukan penelitian. Selanjutnya peneliti melakukan apersepsi kepada enumerator dengan cara peneliti menemui enumerator kemudian peneliti menjelaskan tentang penelitian yang akan dilakukan dan menjelaskan tugas sebagai enumerator yaitu membantu jalannya penelitian meliputi sebagai sumber informasi mengenai balita yang sedang ISPA, membantu dokumentasi. Peneliti sudah menyiapkan enumerator yang sudah bersertifikasi dalam tindakan pijat *common cold*, kemudian peneliti menemui balita yang mengalami ISPA dan sebelum melakukan tindakan maka peneliti menjelaskan terlebih dahulu tentang penelitian.

2. Tahap pelaksanaan yakni meliputi: mendata balita yang datang ke Puskesmas Satu Negara, apabila sesuai kriteria inklusi maka dapat dijadikan sebagai responden, kemudian meminta responden untuk mengisi lembar persetujuan menjadi responden bila yang bersangkutan setuju menjadi responden. Sebelum pengisian lembar observasi, peneliti memberikan informasi singkat tentang tujuan, manfaat penelitian kepada responden dan

memeberitahukan bahwa tidak ada efek samping berkala dari pijat *common cold*. Selanjutnya memeriksa balita yang mengalami tanda gejala ISPA sebelum (pre-test) diberikan pijat *common cold*. Kemudian peneliti dan enumerator melakukan apersepsi terlebih dahulu sebelum melakukan intervensi pijat *common cold* dan peneliti melakukan intervensi dengan diberikan pijat *common cold* dibantu oleh 1 enumerator bidan yang telah memiliki sertifikat. Pemijatan dilakukan 2 kali sehari (pagi dan sore) selama 3 hari selama 15 menit dengan cara mendatangi langsung rumah responden yang ada pada kelompok intervensi. Setelah itu dilakukan posttest dengan cara bertanya langsung kepada ibu tentang perbaikan gejala dan lama sembuh ISPA lalu di isikan dilembar observasi. Pijat terus dilakukan hingga balita sembuh.

3. Tahap evaluasi yaitu mengumpulkan data yang terdapat dalam lembar observasi dan setelah data terkumpul kemudian melakukan pengolahan data dan melakukan analisis data dengan program SPSS.

Pengolahan data dilakukan dengan tahapan yaitu : 1. *Editing* yakni pengecekan berkas penelitian apakah sudah lengkap dan sesuai, apabila belum lengkap maka dilakukan pengumpulan data ulang, 2. *Coding* yakni pemberian kode untuk mengubah data atau kalimat menjadi angka atau bilangan yang berfungsi memudahkan dalam memasukkan data (*data entry*) iya = 1 dan tidak = 0 dengan kategori skor 1 = ringan, skor 2 = sedang, skor 3 = berat, skor 4 = sangat berat, 3. *Data entry* yakni memasukkan data ke dalam program yang ada di komputer dengan menggunakan SPSS, 4. *Cleaning* yakni pengecekan atau koreksi kembali data-data yang sudah masuk, dilakukan untuk menghindari kesalahan data. Analisis data menggunakan analisis univariat dengan menyajikan frekuensi dan presentase, dan analisis bivariat dengan uji Wilcoxon pada CI 95%.

Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapatkan ethical clearance ke STIKES Guna Bangsa Yogyakarta (Nomor.007/KEPK/III/2023).

Hasil

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi yang didapatkan dari 36 responden yang terdiri dari 20

bayi dan 16 balita didapatkan hasil distribusi pre-test dan post-test sebagai berikut:

Distribusi Frekuensi Pretest dan Postest

Berdasarkan Tabel 1, diatas menunjukkan hampir separuh responden pada saat pre-test pijat *common cold* yaitu balita yang mengalami gejala dan lama sembuh batuk pilek memiliki distribusi frekuensi tertinggi dengan kategori sangat berat sebanyak 41,7%.

Tabel 1. Pijat *common cold* pada saat Pre-test dan Post-test

Pijat <i>Common cold</i>	Pre-test		Pos-test	
	f	%	f	%
Ringan	0	0	9	25
Sedang	12	33,3	18	50
Berat	9	25	9	25
Sangat Berat	15	41,7	0	0
Total	36	100	36	100

Tabel 1. Juga menunjukkan separuh responden pada saat post-test pijat *common cold* yaitu balita yang mengalami gejala dan lama sembuh batuk pilek memiliki distribusi frekuensi tertinggi dengan kategori sedang sebanyak 50%.

Pijat *Common cold* Terhadap Gejala Dan Lama Sembuh Batuk Pilek Pada Balita

Uji wilcoxon signed test merupakan uji nonparametris yang digunakan untuk mengukur perbedaan 2 kelompok data berpasangan berskala ordinal atau interval tetapi data berdistribusi tidak normal.

Tabel 2. Uji *wilcoxon rank*

Wilcoxon Rank	f	Mean Rank
<i>Negative Rank</i>	30	15,50
<i>Positif Rank</i>	0	
<i>Ties</i>	6	
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,000

Berdasarkan Tabel 2, diatas menunjukkan bahwa nilai *negative rank* atau selisih negatif antara hasil pijat *common cold* untuk pre-test dan post-test adalah 30 dengan nilai mean rank adalah 15,50 yang artinya 30 balita yang mengalami gejala dan lama sembuh batuk pilek mengalami penurunan nilai pada saat pre-test ke nilai post-test. *Mean rank* atau rata-rata penurunan tersebut adalah sebesar 15,50. Nilai *positif rank* antara hasil pijat *common cold* untuk pre-test dan post-test

adalah 0 dengan nilai mean rank adalah 0 yang artinya tidak ada perubahan peningkatan dan lama sembuh batuk pilek pada saat pre-test ke post-test. Nilai *ties* atau kesamaan antara hasil pijat *common cold* untuk pre-test dan post-test adalah 6 yang artinya 6 balita yang mengalami gejala dan lama sembuh batuk pilek tidak mengalami perubahan pada saat pre-test ke post-test.

Berdasarkan tabel diatas nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau Nilai P sebesar 0,000 lebih kecil dari nilai probabilitas (0,05) sehingga H1 diterima dan H0 ditolak artinya ada perbedaan antara hasil pijat *common cold* untuk pre-test dan post-test, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat *common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan bahwa pada saat pre-test pijat *common cold* yaitu balita yang mengalami gejala dan lama sembuh batuk pilek di wilayah Kerja Puskesmas Satu Negara memiliki distribusi frekuensi hampir separuh responden dengan kategori sangat berat. Sedangkan separuh responden pada saat post-test pijat *common cold* yaitu balita yang mengalami gejala dan lama sembuh batuk pilek di wilayah Kerja Puskesmas Satu Negara memiliki distribusi frekuensi dengan kategori sedang. Hal ini terjadi perubahan pada nilai distribusi frekuensi pada saat pre-test ke post-test.

Berdasarkan hasil tersebut sesuai dengan teori menurut (Librawati, 2022) yang menyatakan bahwa pijat *common cold* adalah terapi relaksasi untuk mengurangi perasaan depresi dan gelisah pada kondisi gangguan saluran nafas. Obat oral tidak cukup untuk memulihkan kondisi anak karena mereka cenderung rewel dan sulit untuk minum obat. Sehingga dibutuhkan cara tambahan untuk mendukung proses penyembuhan anak. Para ahli rehabilitasi medik mengatakan bahwa lendir dapat mengganggu oksigen dan menjadi tempat berkembang biak kuman, sehingga masa infeksi pun akan menjadi lebih panjang. Untuk mendukung proses penyembuhan, dapat dilakukan *chest therapy* atau terapi dada (Nurmayanti et al., 2019).

Selama proses ini, dada dan punggung anak dihangatkan selama 8-10 menit, untuk

memperbaiki sirkulasi darah dan relaksasi otot-otot pernapasan. Kemudian inhalasi, bernapas biasa sambil menghisap obat yang akan melegakan napas dan mengencerkan lendir. Dosis obat yang dihisap lebih rendah dari obat minum, namun lebih efektif sebab langsung bekerja pada organ. Tahap terakhir dengan menepuk dan menggetarkan dada dan punggung agar lendir terbawa ke saluran napas besar sehingga anak akan otomatis batuk-batuk dan lendir akan keluar (Nurmayanti et al., 2019).

Sejalan dengan teori menurut (Salsabila, 2021) yang menyatakan bahwa mekanisme dasar pijat bayi adalah pengeluaran endorfin beta, aktivitas saraf dan produksi serotonin. Produksi serotonin akan meningkatkan daya tahan tubuh. Pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan sel reseptor yang berfungsi mengikat glukokortikoid (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menurunkan kadar hormon adrenalin (hormon stres). Penurunan kadar hormon stres akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG (Marni, 2019).

Hasil penelitian menemukan pengaruh pijat *common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita. Penelitian ini sejalan dengan penelitian menurut (Malikhah, 2018) dengan judul penelitian Pengaruh Pijat Bayi dengan *Common cold Massage Oil* Terhadap perubahan suhu, frekuensi nadi, frekuensi napas dan kualitas tidur pada balita dengan ISPA yang menyatakan bahwa hasil uji statistik Independent-Samples T Test diketahui nilai p-value 0,000 untuk variabel frekuensi nadi dan kualitas tidur, dan p-value 0,006 untuk frekuensi napas.

Sedangkan untuk perubahan suhu menggunakan uji Mann-Whitney U Test diperoleh hasil nilai p-value 0,002 artinya terdapat Pengaruh Pijat Bayi dengan *Common cold Massage Oil* Terhadap Perubahan Suhu, Frekuensi Nadi, Frekuensi Napas dan Kualitas Tidur pada Balita dengan ISPA. Pada penelitian ini peneliti memberikan batasan pada saat penelitian yakni hanya difokuskan terapi pijat *common cold*, dimana proses terapi dilakukan oleh tenaga profesional sehingga variabel pengganggu seperti faktor lingkungan, faktor individu, dan faktor perilaku dapat dikendalikan (Malikhah, 2018).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, terdapat pengaruh pijat *common cold* terhadap gejala dan lama sembuh batuk pilek pada balita.

Saran, tenaga kesehatan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai masukan sekaligus alternatif upaya peningkatan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan anak (KIA) dengan cara membuat program inovasi pelayanan pijat bayi atau selalu memberikan konseling pada masyarakat tentang penanganan gejala batuk pilek.

Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan bahwa tidak ada potensi konflik kepentingan baik dari penulis maupun instansi yang sehubungan dengan penelitian, dan publikasi pada artikel penelitian ini.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang turut berkontribusi dalam penelitian ini. Terutama Kepada Puskesmas Satu Negara, seluruh petugas kesehatan, dan responden penelitian yang terlibat.

Daftar Rujukan

- Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. (2015). Essential oils used in aromatherapy: A systemic review. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, 5(8), 601–611.
- Asrawaty, A. (2020). Massage therapy for infants and toddlers with acute respiratory infections: A literature review. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Halim, C. S. (2021). Pemanfaatan medikasi obat herbal terstandar tolak angin dalam mengatasi gejala *common cold*.
- Kemenkes. (2019). *CERDIK, Rahasia masa muda sehat dan masa tua nikmat!* <https://ayosehat.kemkes.go.id/cerdik-rahasia-masa-muda-sehat-dan-masa-tua-nikmat>
- Kemenkes RI. (2019). Profil kesehatan indonesia

2019. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Librawati, S. (2022). Efektivitas pijat batuk pilek terhadap lama hari batuk pilek pada balita. Skripsi. DIV Kebidanan Magelang
- Malikhah, F. (2018). Pengaruh Pijat bayi dengan *common cold* massage oil terhadap perubahan suhu, frekuensi nadi, frekuensi napas dan kualitas tidur pada balita dengan ISPA. Poltekkes Kemenkes Semarang. <https://core.ac.uk/display/297154618>
- Marni, M. (2019). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 12. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.240>
- Mulyaningsih, E., Maftuchah, & Windyarti, M. L. N. Z. (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. <http://www.mitrsehatjurnal.com/index.php/pkh/article/download/88/79>
- Nurmayanti, N., Waluyo, A., Jumaiyah, W., & Azzam, R. (2019). Pengaruh fisioterapi dada, batuk efektif dan nebulizer terhadap peningkatan saturasi oksigen dalam darah pada pasien PPOK. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 362–371.
- Rhind, J. P. (2015). Aromatherapeutic blending: Essential oils in synergy. *Singing Dragon*.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 nasional In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- SALSABILA, C. (2021). Asuhan kebidanan persalinan dengan nyeri persalinan kala I di tempat praktik mandiri bidan Lampung Utara (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Sugiyono, M. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi. Bandung: Alfabeta.
- WHO. (2008). Pencegahan dan pengendalian infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) yang cenderung menjadi epidemi dan pandemi di fasilitas pelayanan kesehatan.
- Yushida, Y., & Zahara, E. (2021). Efektifitas pijat oksitosin dengan penyuluhan teknik menyusui menggunakan leaflet terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 2(2), 136–141. <https://doi.org/10.30867/gikes.v2i2.661>