PENERAPAN *COMMON COLD MASSAGE THERAPY* DALAM MENINGKATKAN RELAKSASI OTOT PERNAFASAN PADA ANAK DENGAN BERSIHAN JALAN NAFAS TIDAK EFEKTIF DI RUANG DAHLIA RSD BALUNG JEMBER

Oleh:

Rohma Ningsih
NIM. 25101238

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER
2026

LEMBAR PENGESAHAN

PENERAPAN *COMMON COLD MASSAGE THERAPY* DALAM MENINGKATKAN RELAKSASI OTOT PERNAFASAN PADA ANAK DENGAN BERSIHAN JALAN NAFAS TIDAK EFEKTIF DI RUANG DAHLIA RSD BALUNG JEMBER

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Oleh:
Rohma Ningsih
NIM. 25101238

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang Karya Ilmiah Akhir Ners pada tanggal 05 Bulan Agustus Tahun 2026 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang di perlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

DEWAN PENGUJI

Penguji 1	:	Firda Novita sari,S.Kep.,Ns.,MM.,M.,Kep NIDN :	(……)
Penguji 2	:	Titin susilowati,S.Kep.Ners NIP : 19800806200812027	(……)
Penguji 3	:	Ulfia Fitriani Nafista, S.Kep., Ns., M.Kep NIDN. 0724039301	(……)

Ketua Program Studi Profesi Ners,

(Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep.)
NIDN. 0720028703

Penerapan *Common Cold Massage Therapy* Dalam Meningkatkan Relaksasi Otot Pernafasan Pada Anak Dengan Bersihan Jalan Nafas Tidak Efektif Di Ruang Dahlia RSD Balung Jember

Rohma Ningsih, Ulfia Fitriani Nafista
Program Studi Ners Universitas dr. Soebandi Jember

ABSTRAK

Pendahuluan: ISPA pada balita sering menimbulkan masalah bersihan jalan napas tidak efektif akibat hipersekresi mukus yang kental dan tertahan di saluran pernapasan. *Common Cold Massage* merupakan salah satu terapi komplementer non-farmakologis yang dapat merangsang pengenceran sputum dan merelaksasikan otot pernapasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi penerapan *Common Cold Massage* dalam mengatasi masalah bersihan jalan napas tidak efektif pada balita dengan ISPA. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan pada empat orang pasien balita yang terdiagnosis ISPA dengan masalah bersihan jalan napas tidak efektif. Intervensi yang diberikan berupa *Common Cold Massage* dengan durasi 15 menit, dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari. Evaluasi dilakukan pada kepatenan jalan napas, frekuensi napas, suara napas tambahan, serta pola istirahat anak. **Hasil:** Sebelum intervensi, seluruh pasien mengalami retraksi dada minimal, sputum kental dan tertahan, suara napas tambahan ronki, frekuensi napas rata-rata 35–39 kali/menit, serta anak rewel dan sering terbangun. Setelah dilakukan intervensi *Common Cold Massage* selama 3 hari, retraksi dada hilang, sputum menjadi lebih encer dan mudah keluar saat batuk/muntah, suara ronki berkurang signifikan, frekuensi napas membaik menjadi rata-rata 27–31 kali/menit, dan anak dapat tidur nyenyak. **Pembahasan:** Penerapan *Common Cold Massage* efektif mengatasi bersihan jalan napas tidak efektif pada balita dengan ISPA. Efektivitas ini dicapai melalui kombinasi hilangnya sumbatan jalan napas akibat pengenceran sputum dan tercapainya relaksasi otot pernapasan secara sistemik. Terapi ini terbukti tidak hanya memulihkan fungsi ventilasi paru tetapi juga mengembalikan kenyamanan fisik anak untuk beristirahat.

Kata Kunci: Bersihan Jalan Nafas Tidak Efektif*, Common Cold Massage,* ISPA