Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

” Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Nafsu Makan, Kualitas Tidur Dan Daya Tahan Tubuh Di Era Pandemi Di Desa Seberang Belitar Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2021”.

"Baby Massage To Increase Application, Sleep Quality And Endurance In The Pandemic Era In Seberang Belitar Village, Rejang Lebong Regency In 2021".

Diyah Tepi Rahmawati[1], Ice Rakizah Syafrie[2], Desi Aulia Umami[3], Ravika Ramlis[4], Jumita[5]
[1,2,3,4,5]Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKes) Universitas Dehasen Bengkulu

*Email: cecoatepay@gmail.com

How to Cite :
Rahmawati. Tepi. D., et. all. (2021). Baby Massage To Increase Application, Sleep Quality And Endurance In The Pandemic Era In Seberang Belitar Village, Rejang Lebong Regency In 2021. PADAMU NEGERI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Eksakta Vol. 2 No. 2 2021 page 40-47. DOI:https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

ARTICLE HISTORY

Submited [20 Desember 2021]
Revised [26 Desember 2021]
Accepted [26 December2022]
Published [31 Januari 2022]

This is an open access article under the CC–BY-SA license

ABSTRAK

Desa Seberang Belitar merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Sindang Kelingi, Kabupaten Rejang Lebong Provinsi Bengkulu ,memiliki jumlah 297 Kepala Keluarga, 1010 jiwa yang salah satu diantaranya adalah bayi dan balita. Bayi balita memerlukan pelayanan kesehatan dan perhatian khususnya dalam hal tumbuh kembang. Pijat merupakan terapi non komplementer (non farmakologi berupa terapi sentuh tertua dan terpopuler dan dilakukan hampir di seluruh dunia termasuk di Indonesia. Tim pengabdian masyarakat dari FIKes Unived mengadakan kegiatan pemberdayaan masyarakat berupa mengajarkan pijat bayi yang bertujuan untuk menghilangkan rasa sakit dan mengembalikan tubuh menjadi segar bugar kembali, meningkatkan kualitas tidur, kedekatan hubungan emosional orang tua dan bayi (*Bounding*), daya tahan tubuh, membantu mengatasi kembung dan menjadi sarana yang efektif untuk berkomunikasi serta memahami tentang kebutuhan bayi. Metode yang digunakan dalam pengabdian kali ini adalah demonstrasi dan mengajarkan praktik langsung pijat bayi kepada kader dan ibu yang memiliki bayi dan balita.). Dengan diadakan nya kegiatan pelatihan cara pijat bayi, dengan demikian, masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan terutama tentang pemahaman dan manfaat tentang cara pijat Bayi .Pijat diyakini mampu menstimulasi perkembangan motorik dan sensorik bagi tumbang bayi, menajaga kesehatan dan meningkatkan kebuigaran bayi.

Kata Kunci : Balita, Daya Tahan Tubuh, Kualitas Tidur, Pijat Bayi, Relaksasi

ABSTRACT

Seberang Belitar Village is one of the villages located in Sindang Kelingi District, Rejang Lebong Regency, Bengkulu Province, has a total of 297 families, 1010 people, one of which is infants and toddlers. Infants and toddlers need health services and attention, especially in terms of growth and development. Massage is a non-complementary therapy (non-pharmacological in the form of touch therapy, the oldest and most popular and is carried out almost all over the world, including in Indonesia. The community service team from FIKes Unived held community empowerment activities in the form of teaching baby massage which aims to relieve pain and restore the body to be fresh and fit return, improve sleep quality, close emotional relationship between parent and baby (Bounding), body resistance, help overcome bloating and become an effective means to communicate and understand the baby's needs.The

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

method used in this service is demonstration and teaching hands-on massage practice. babies to cadres and mothers who have babies and toddlers.). With the holding of training activities on how to baby massage, thus, the community is not only aware, knows, and understands, but is also willing and able to make recommendations related to health, especially regarding the understanding and benefits of how to massage babies and are able to carry out the care independently and sustainable massage is believed to be able to stimulate motor and sensory development for growth and development, maintain health and improve the fitness of infants and toddlers.

Keywords: *Toddler, Body Endurance,Sleep Quality, Infant Massage, Relaxation*

I. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pijat merupakan terapi sentuh tertua dan terpopuler yang dikenal manusia. Pijat telah lama dilakukan hampir di seluruh dunia termasuk di Indonesia dan diwariskan secara turun temurun. Pijat tersebut bertujuan untuk menghilangkan rasa sakit dan mengembalikan tubuh menjadi segar bugar kembali. Pijat dapat diterapkan di semua kalangan umur mulai dari bayi hingga dewasa.

Bayi setelah lahir pun perlu mendapat sentuhan dan pijatan agar mendapatkan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi (Bounding Attachment). Dengan melakukan pijat bayi dapat dijadikan cara untuk pencegahan penyakit yang dimulai dari usia dini.

Sentuhan pijat bayi dan sentuhan kasih sayang yang dimulai pada usia dini dapat meningkatkan kulitas hidup anak dan orang tua. Sehingga pijat bayi merupakan cara yang paling baik dalam menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi, meningkatkan kedekatan hubungan emosional orang tua dan bayi (Bounding), dan menjadi sarana yang efektif untuk berkomunikasi serta memahami tentang kebutuhan bayi.(Apripan, 2021)

Dengan demikian, Pijat pada bayi merupakan suatu skill yang sangat bagus untuk dimiliki oleh tenaga kesehatan, kader. Untuk bisa memberikan sentuhan dan pijatan yang benar dan therapy spa untuk bayi dibutuhkan sarana edukasi yang tepat. Baby Massage Training, serta entrepreneurship merupakan paket Pelatihan Pijat Bayi serta bagaimana membangun usaha jasa dibidang kesehatan yang menjanjikan.

Kader kesehatan posyandu balita yang memberikan penyuluhan kepada ibu dan anak harus punya ilmu yang cukup tentang tumbuh kembang dan bagaimana cara memantau pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal. Salah satu faktor pertumbuhan dan perkembangan adalah lingkungan biopsikososial spiritual. Lingkungan sosial yang nyaman yaitu dengan sentuhan / pijat pada bayi / balita. Orang tua khususnya ibu sebaiknya menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi anaknya, dengan cara melakukan pijat bayi. Kenyataan yang ada dilingkungan Desa Seberang Belitar belum banyak orang tua maupun kader posyandu yang menyadari begitu banyak manfaat dan mengerti cara pijat bayi / balita yang benar. Bayi / balita jarang sekali dilakukan pemijatan oleh orang tuanya. Orang tua mengatakan pijat bayi di lakukan hanya kadang-kadang kalau anak kurang enak badan dan itupun dilakukan oleh dukun pijat, bukan oleh orang tuanya sendiri.

Untuk mengatasi hal tersebut maka perlu peran serta perguruan tinggi untuk mengadakan pelatihan dan pendampingan bagi kader kesehatan dan ibu yang memiliki bayi balita di Desa Seberang Belitar. Pelatihan yang akan di berikan kepada kader kesehatan yang nantinya ilmu tersebut tersebut akan ditransfer kepada masyarakat, khususnya para keluarga yang mempunyai bayi balita, tentang bagaimana mendeteksi kesehatan apakah ada kelainan pada tumbuh kembang, deteksi dini demam, kembung, gangguan tidur, tidak nafsu makan, dll dan cara mengatasinya dengan melakukan pijat bayi yang benar di era pandemik dan kegiatan ini mendapat dukungan dana dari yayasan Dehasen.

Rumusan Masalah

Desa Seberang Blitar terletak di Kabupaten Rejang Lebong. Desa Seberang Blitar dapat dijangkau via jalan Lintas Curup-Linggau yang hanya butuh 2,5 jam perjalanan darat dari kota Bengkulu. Secara administratif desa ini terdiri dari 3(tiga) dusun (Sawentar, Simping dan Penataran) dengan jumlah penduduk mencapai 1010 jiwa, 297 KK dengan luas wilayah 625 Ha. Mata pencaharian penduduk setempat mayoritas mengandalkan hasil pertanian dan perkebunan dari lahan sendiri. Di Seberang Blitar telah memiliki satu

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

puskesmas dimana salah satu tenaga kesehatan nya memiliki tugas membina kader kesehatan. Kader kesehatan di desa tersebut belum memberikan penyuluhan tentang pijat bayi yang sangat diperlukan oleh orang tua, karena orang tua bayi belum mengetahui bagaimana cara pijat yang benar.

Kurangnya pengetahuan tentang tumbuh kembang dan pijat bayi membuat kader kesehatan tidak memberikan informasi kepada orang tua yang mempunyai balita, sehiingga orang tua tidak melakukan stimulus berupa pijat bayi kepada bayi dan balitanya dikarenakan belum mengetahui cara pijat yang benar dan manfaat yang dirasakan jika bayi dan balita diberikan pijat secara rutin. Sehingga diperlukan pelatihan pendampingan sehingga mereka dapat memberikan pelayanan kepada bayi balita dan penyuluhan kepada orang tua tentang cara pijat bayi dan deteksi dini tumbuh kembang pada anak agar di masa *golden age* ini mereka siap untuk mengahdapi tantangan di masa depan.(Julisia, Gita dan Wulandari, n.d.).

Tujuan Program

Program Pelatihan *Baby Massage* serta entrepreneurship ini merupakan pemijatan untuk bayi dan bagaimana mengembangkan menjadi suatu bisnis yang menjanjikan. Program pelatihan ini ditujukan bagi tenaga kesehatan, therapis, atau orang tua yang dapat melakukan mandiri dengan menggunakan sentuhan dan pijatan berupa penekanan pada bagian-bagian tertentu.

II. METODE

Metode Pelaksanaan Kegiatan

Metode yang digunakan dalam pengabdian adalah demonstrasi dan praktik langsung ke bayi dan balitanya dengan pendampingan. Peserta yang terlibat dalam kegiatan diantaranya; kader kesehatan, ibu yang memiliki bayi dan balita. Pada pelaksanannya tim menggunakan teknik demonstrasi menggunakan phantom dan dilanjutkan dengan praktik. Secara garis besar kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan; pendahuluan, pelaksanaan dan evaluasi.

Waktu dan Tempat

Pengabdian dilaksanakan pada bulan November 2021 di Desa Belitar Seberang Kecamatan Sindang Kelingi Kabupaten Rejang Lebong Provinsi Bengkulu. Secara spesifik demonstrasi di lakukan di dalam ruangan. Jarak antara Kampus 2 FIKes UNIVED Bengkulu dengan Desa Belirang adalah 113 Km dan dapat ditempuh menggunakan jalur transportasi darat.

Teknik-teknik dalam melakukan pijat bayi (Utami, 2012)

a. Cara Pemijatan untuk Berbagai Kelompok Umur
b. Teknik lain mengurut wajah bayi
c. Pijatan di dada untuk memperkuat paru-paru dan jantung.
d. Pijatan pada perut untuk meningkatkan sistem pencernaan dan mengurangi sembelit.
e. Pijatan tangan dan kaki untuk menghilangkan ketegangan dan memperkuat tulang.
f. Pijatan punggung untuk memperkuat otot yang menyangga tulang belakang.
g. Gerakan maju mundur : kuda goyang
h. Gerakan menyetrika
i. Gerakan melingkar
j. Gerakan menggaruk
k. Pijatan pada bokong

Pemijatan yang tidak boleh dilakukan :

1. Memijat bayi tidak lama setelah ia makan atau disusui
2. Membangunkan bayi untuk dipijat
3. Memijat bayi dalam keadaan sakit
4. Memijat bayi dengan paksa
    a. Memaksakan posisi saat di pijat
5. Pelajari dulu cara memijat bayi yang baik dan benar untuk mendapatkan hasil yang maksimal

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

Syarat-syarat di perbolehkannya pijat bayi

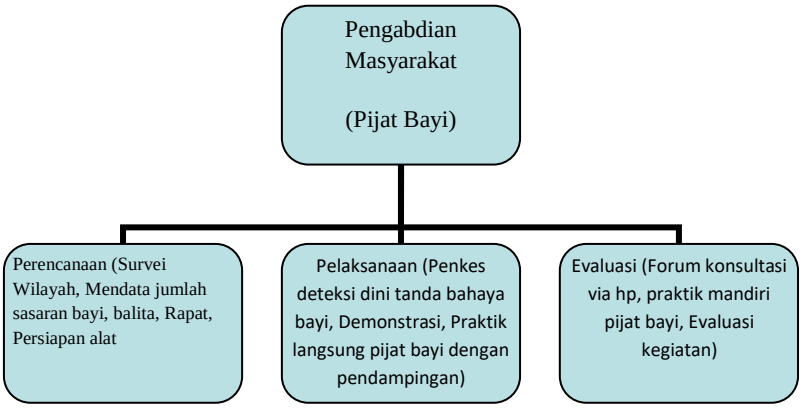
1) Bayi dalam keadaan sehat, tidak sakit.
2) Bayi tidak dalam keadaan lapar.
3) Bayi sudah selesai minum susu sekitar satu jam yang lalu.
4) Jangan sekali-kali memaksa bayi bila terlihat ia sedang tidak ingin dipijat.
5) Buka seluruh baju bayi.
6) Gunakan *baby oil* untuk memudahkan pijat bayi.

Penting diperhatikan :

a. Pastikan kedua tangan Anda bersih.
b. Sebelum memulai, lepas semua perhiasan pada kedua belah tangan Anda, seperti cincin dan gelang.
c. Kuku jari tangan Anda dalam keadaan terpotong pendek dan bersih, agar kulit bayi tidak tergores.
d. Lakukan dengan hati-hati dan lembut.
e. Lakukan di dalam ruangan yang hangat dan tidak pengap (aliran udara di dalam ruangan lancar).
f. Baringkan bayi di atas tempat yang memiliki permukaan rata dan empuk, misalnya kasur atau karet busa yang tebal.
g. Putarlah musik berirama lembut dan menyenangkan.

Kerangka Kegiatan

Seperti dijelaskan pada bagian sebelumnya bahwa pengabdian dilakukan dalam tiga tahapan utama dengan tetap mengikuti Protokol Kesehatan Covid-19, secara ringkas dapat dilihat pada gambar di bawah ini;



Gambar 2. 1. Kerangka Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan adalah merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni : indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek inilah yang akan menentukan sikap seseorang terhadap obyek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari obyek yang diketahui maka menimbulkan sikap makin positif terhadap aspek tersebut.(Notoadmodjo, 2010)

Manfaat dari penyuluhan antara lain adalah untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman pentingnya kesehatan untuk tercapainya perilaku kesehatan sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan fisik, mental dan sosial, sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial. Dengan peningkatan pengetahuan diharapkan khalayak sasaran mampu melakukan perilaku pencegahan kegawatdaruratan dan

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

maslaah tumbuh kembang bayi, balita dengan kepercayaan yang kuat pada keluarga dengan cara pijat bayi. Tujuan penyuluhan adalah untuk menambah pengetahuan dan mengubah perilaku individu serta masyarakat terutama di bidang kesehatan, serta tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam memelihara perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. (Julisia, Gita dan Wulandari, n.d.)

Penyuluhan kesehatan diartikan sebagai kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan dengan cara menyebarluaskan pesan dan menanamkan keyakinan. Pendidikan kesehatan melalui penyuluhan merupakan proses pemberian informasi yang bertujuan untuk merubah perilaku individu, kelompok, atau masyarakat dalam memelihara perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Bidan professional ataupun tim kesehatan lainnya harus dapat memberikan edukasi kesehatan dimanapun dan dengan teknik komunikasi baik sehingga tujuan dari edukasi itu sendiri tercapai dan terlaksana. Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, bukan proses pemindahan materi (pesan) dari seseorang ke orang lain dan bukan pula seperangkat prosedur. Dalam pengabdian pada masyarakat ini digunakan metoda pelatihan sebagai salah satu bentuk kegiatan pendidikan kesehatan mengajarkan cara pijat bayi. Dengan demikian, masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan terutama tentang pemahaman dan manfaat tentang cara pijat Bayi. (Megawati dan Akib, 2015)

Menurut Notoatmodjo (2012) apabila terjadi suatu inovasi atau program-program pembangunan di dalam masyarakat, maka yang sering terjadi adalah sebagian orang sangat cepat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut (berubah perilakunya), dan sebagian orang lagi sangat lambat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut. Hal ini disebabkan setiap orang mempunyai kesediaan untuk berubah (readiness to change) yang berbeda-beda. Setiap orang di dalam suatu masyarakat mempunyai kesediaan yang berubah yang berbeda-beda, meskipun kondisinya sama. (Notoadmodjo, 2012)

Pijat bayi adalah suatu sentuhan yang diberikan pada jaringan lunak yang memberi banyak manfaat bagi anak maupun orang tua. Pijat bayi sebenarnya merupakan suatu bentuk terapi sentuhan (*touch therapy*) yang sangat bermanfaat baik bagi bayi maupun orang tuanya. Sentuhan atau pijatan pada bayi dapat merangsang produksi ASI, meningkatkan nafsu makan dan berat badannya. Tindakan ini juga akan mempererat tali kasih orang tua dan anak, serta menjadi dasar positif bagi pertumbuhan emosi dan fisik bayi. Sentuhan alamiah pada bayi sesungguhnya sama artinya dengan tindakan mengurut atau memijat. Kalau tindakan ini dilakukan secara teratur dan sesuai dengan tata cara dan teknik pemijatan bayi, ia bisa menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat buat si bayi yang anda cintai.(Utami, 2012)

Banyak keuntungan yang didapatkan dari pijat bayi salah satunya di era pandemik yaitu diantaranya sirkulasi darah jadi lancar, terapi sentuhan (pijat) bisa memberikan efek positif secara fisik, antara lain kenaikan berat badan bayi dan peningkatan produksi air susu ibu (ASI).(Harahap, 2019), Deteksi dini (meminimalkan atau mengatasi kolik / kembung), mengoptimalkan proses pertumbuhan dan perkembangan.(Apripan, 2021), meningkatkan daya tahan tubuh (Palupi, Fitria Hayu dan Remedina, 2021), meningkatkan nafsu makan (Meinawati, 2021), membantu otak melepaskan hormon yang membuat bayi menjadi relaks dan nyaman, meningkatkan kualitas tidur (mengurangi kerewelan bayi, biasanya bayi yang sering dipijat akan mudah tidur lelap). (Mardiana, Lilik dan Martini, 2014), mempererat ikatan batin dan emosional antara orang tua dan bayi. Selain itu manfaat pijat bayi lainnya yaitu meningkatkan perkembangan motorik kasar dan berat badan. Dengan demikian jika berat badan terjaga maka imunitas atau daya tahan tubuh bayi pun akan baik dan optimal.(Carolin et al., 2020), (Hastuti et al., 2020), (Mardiana, Lilik dan Martini, 2014)

Pijat bayi dapat dilakukan segera setelah bayi lahir. Jadi, dapat dimulai kapan saja sesuai keinginan. Bayi akan mendapat keuntungan lebih besar bila pemijatan dilakukan tiap hari sejak lahir sampai usia enam atau tujuh bulan. Daerah-daerah yang dapat dilakukan pijat bayi yaitu pada daerah kaki, telapak kaki, dada, perut, tangan, lengan, kepala, muka, punggung, dan bokong.

Adapun kendala dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah saat pengabdian masyarakat sebagian besar bayi yang dibawa sedang mengalami ruam dibagian tubuhnya dikarena cuaca dan musim di desa Seberang Belitar. Pelaksanaan pijat bayi hanya berlangsung pagi s/d siang karena para ibu bayi, balita harus kembali melakukan aktivitas sehar-hari sebagai seorang ibu rumah tangga.

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47



Gambar 3.1. Pelatihan Pijat Bayi (Penkes Tanda Bahaya Bayi dan Balita, Demonstrasi, Kelas Enterpreneur)



Gambar 3.2. Praktik Langsung Pijat Bayi dan Balita dengan Pendampingan

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Kader dan ibu yang memiliki bayi balita yang sudah dilatih dan dilakukan pendampingan mampu melakukan pijat bayi secara mandiri, meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan dalam melakukan pijat dan upaya perawatan bayi. Selain mampu melakukan pijat bayi, para kader kesehatan tersebut juga diharapkan mampu memberikan informasi deteksi tanda bahaya bayi dan balita sehingga komplikasi bisa dicegah.

Kegiatan pijat bayi tersebut agar nantinya bisa dilakukan oleh para kader dan ibu bayi dan balita secara berkesinambungan (setiap hari, minggu, bulan) atau sebagai pertolongan pertama atau meringankan keluhan pada bayi atau balita seperti demam, kembung, kurang nafsu makan, dll serta dapat mengajarkan cara pijat bayi tersebut kepada kader dan para orang tua lain yang memiliki bayi dan balita.

DAFTAR PUSTAKA

Apripan, R. (2021). *Stimulasi tumbuh kembang bayi dan balita dengan pijat bayi di desa simasom kecamatan padangsidipuan angkola julu tahun 2020*. *3*(1), 122–127.

Carolin, B. T., Syamsiah, S. S. & Khasri, M. M. (2020). Pijat Bayi Dapat Meningkatkan Berat Badan Bayi. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, *6*(3), 383–387. https://doi.org/10.33024/jkm.v6i3.2745

Harahap, N. R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, *13*(2), 99. https://doi.org/10.32807/jkp.v13i2.226

Hastuti, W., Bestari, N. H. G. & Kustriyanti, D. (2020). Pijat bayi meningkatkan perkembangan motorik kasar pada masa pandemi Covid-19. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, *6*(2), 96. https://doi.org/10.30659/nurscope.6.2.96-100

Julisia, Gita dan Wulandari, S. R. (n.d.). *GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG PIJAT BAYI 0-3 TAHUN DI DUSUN PANDES 2 WONOKROMO PLERET BANTUL*.

Mardiana, Lilik dan Martini, D. E. (2014). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayu Usia 3-6 Bulan di Desa Munungrejo Kecamatan NGimbang Kabupaten Lamongan. *SURYA*, *02*(Xviii), 109–115. https://docplayer.info/35720991-Pengaruh-pijat-bayi-terhadap-kuantitas-tidur-bayi-usia-3-6-bulan-di-desa-munungrejo-kecamatan-ngimbang-kabupaten-lamongan.html

Megawati dan Akib, H. (2015). PENGARUH KOMBINASI PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN PRAKTIK PIJAT TERHADAP PERILAKU IBU DALAM MEMIJAT BAYI SENDIRI (USIA 0-1 TAHUN) DI DESA BARATAN KECAMATAN PATRANG KABUPATEN JEMBER. *KESEHATAN Dr. SOEBANDI Vol.*, *5*(1), 334–338.

Meinawati, L. (2021). PENGARUH TUI NA MASSAGE TERHADAP PICKY EATER PADA BALITA USIA 1 s.d 5 TAHUN DI BPM LILIS SURYAWATI JOMBANG. *Insan Cendekia*, *8*(1), 1.

Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

Jurnal PADAMU NEGERI
(Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Eksakta))
Available online at : http://journal.pdmbengkulu.org/index.php/padamunegeri
DOI: https://doi.org/10.37638/padamunegeri.2.2.40-47

Notoadmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Palupi, Fitria Hayu dan Remedina, G. (2021). *Baby Massage dan Baby Gym Untuk Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Bayi*. *3*(1), 13–21.

Utami, R. (2012). *Pedoman Pijat Bayi usia 0-3 bulan*. PT Trubus Agriwidya. https://books.google.co.id/books?id=kQnhLfiyu8wC&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false