



## MANFAAT *BABY MASSAGE* PADA BALITA

Asirotul Ma'rifah

Universitas Bina Sehat Mojokerto, Indonesia

Artikel info	ABSTRAK
<p><b>Corresponding Author:</b></p> <p>Asirotul Ma'rifah <a href="mailto:asirotul.marifah@gmail.com">asirotul.marifah@gmail.com</a> Universitas Bina Sehat Mojokerto</p>	<p><i>Massage</i> merupakan terapi sentuh tertua dan terpopuler yang dikenal. <i>Massage</i> bertujuan untuk menghilangkan rasa sakit dan mengembalikan tubuh menjadi segar kembali. <i>baby massage</i> yaitu salah satu bentuk stimulasi taktil yang begitu penting dalam tumbuh kembang bayi. Seorang ibu dengan melakukan <i>baby Massage</i> akan dapat memberikan banyak manfaat pada bayinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui manfaat <i>baby massage</i> Pada balita. Metode penelitian ini merupakan deskriptif yaitu peneliti hanya menggambarkan variabel penelitian secara deskriptif sesuai dengan data yang diperoleh. Rancangan ini dipilih untuk menggambarkan manfaat <i>baby massage</i>. Metode dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan populasi seluruh balita usia 1- 3 tahun di wilayah kerja Puskesmas pembantu Tambak Agung Kabupaten Mojokerto sebanyak 20 balita. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 responden dengan teknik pengambilan sampel Total sampling. Analisa data penelitian ini menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa manfaat <i>baby massage</i> adalah (1) memperlancar BAB yaitu sebanyak 26 responden (100 %), (2) membuat tidur lelap terdapat 23 responden (88%), (3) Meningkatkan kenaikan BB terdapat 20 responden (80%), (4) Membuat tidak mudah rewel terdapat 20 responden (80%), (5) Mengurangi kembung terdapat 17 responden (65%), dan (6) meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres terdapat 15 responden (58%). Manfaat <i>baby massage</i> yang paling dominan dalam penelitian ini adalah dapat memperlancar BAB. Sebagai upaya dalam meningkatkan kesehatan balita dan tumbuh kembangnya perlu adanya <i>baby massage</i> yang dilakukan baik oleh bidan ataupun orang tua balita secara rutin.</p> <p><b>Keywords:</b> <i>Manfaat Baby Massage pada Balita</i></p>
<p>This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (<a href="https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/">https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/</a>)</p>	

### PENDAHULUAN

*Baby massage* merupakan perawatan kesehatan yang murah dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Pemijatan dapat dilakukan dapat dilakuakn dengan melakukan sentuhan dengan tekanan lembut pada daerah wajah, dada, perut, pungguang dan ekstremitas bayi. Pemijatan diharapkan dapat

memaksimalkan penyerapan makanan di dalam tubuh bayi. Hal ini terjadi karena dengan tehnik pemijatan benar, saraf yang bekerja untuk merangsang nervus vagus kemudian akan merangsang peningkatan peristaltik usus/ (Sulistiyawati & Mildiana, 2023) Banyak manfaat yang diperoleh dalam melakukan pemijatan pada balita diantaranya adalah Meningkatkan daya tahan tubuh dan sistem imun. Dan juga dapat meningkatkan nafsu makan dan berat badan balita, melancarkan peredaran darah, dan banyak lagi manfaat yang dihasilkan oleh pemijatan pada balita. Meskipun banyak manfaatnya namun ibu enggan untuk melakukan pemijatan pada balita, hal ini bisa dikarenakan masih kurangnya pengetahuan mereka tentang cara pemijatan pada balita, oleh karena itu perlu adanya bimbingan dari pihak tenaga kesehatan atau petugas kesehatan untuk memberikan arahan pada para ibu dalam melakukan pemijatan pada balitanya. Selama ini kita ketahui bahwa banyak keluhan para ibu tentang balitanya diantaranya adalah balita susah makan, balita rewel, tidak bisa tidur, keluhan-keluhan tersebut seringkali dipengaruhi oleh ketidaknyamanan balita atas kondisinya, hal ini sangat efektif untuk dilakukan pemijatan pada balita baik dilakukan sendiri maupun dilakukan oleh terapis.

*Baby massage* adalah praktik yang lazim (93,8%) di kedua negara bagian penelitian – 97.9% di MH dan 85.3% pada MP – dan prevalensinya tidak bervariasi antara balita laki-laki (94,5%) dan perempuan (93,5%) ( $p = 0,44$ ). Pijat sebagian besar dimulai pada minggu pertama kehidupan (82%); itu secara luas dipandang sebagai praktik tradisional. Pijat balita dilakukan satu kali sehari (77%), sebelum mandi (77%), dan setelah menyusui (57%). Pijat sebagian besar dilakukan dengan menggunakan minyak (97%). Di MH, minyak yang disukai adalah minyak obat tradisional berbahan dasar minyak wijen (36%) dan minyak kelapa (18%) sedangkan minyak zaitun (29%) dan mustard (20%) adalah yang paling populer di MP. Teknik penerapan yang umum dilaporkan mencakup pijatan lembut dengan tekanan minimal, penekanan (30%) dan peregangan sendi tertentu secara manual (60%). Manfaat pijat balita yang dilaporkan secara umum mencakup peningkatan kekuatan tulang, kualitas tidur dan pertumbuhan yang lebih baik, namun tidak ada dampak buruk yang dirasakan (95%). (Chaturvedi et al., 2020)

Di Indonesia pelaksanaan pijat balita masih di pegang oleh dukun balita. sekitar 35% ibu yang memijatkan balitanya ke Klinik Baby Spa dengan usia 3-6 bulan berpengetahuan cukup. Menurut Setyowati, di Indonesia terdapat lebih dari 150 tempat yang menyediakan untuk baby spa (Merida & Hanifa, 2022) *Baby massage* pada balita merupakan perawatan rutin untuk balita yang sudah dikenal lama oleh masyarakat dan merupakan salah satu terapi tertua di dunia (Herlina et al., 2023). Dampak dari kesalahan pemijatan diantaranya pembengkakan, terdapatnya lebam, adanya rasa sakit pada balita sehingga balita menjadi rewel, pergeseran urat, cidera, bahkan bisa menyebabkan kematian pada balita. Oleh karena itu, banyak orang tua yang enggan melakukan pijat balita, mereka takut akan terjadi resiko pijat payu pada buah hatinya. Resiko pijat tersebut biasanya disebabkan oleh kelalaian praktisi pijat dalam memijat, salah pijat, dan kurangnya pengetahuan pemijat (Amalia Yunia Rahmawati, 2020).

Sebagai upaya dalam memberikan perlakuan pada balita yang tujuannya untuk meningkatkan kesehatan balita dan tumbuh kembangnya perlu adanya *Baby massage*

yang dilakukan baik oleh bidan ataupun orangtua balita secara rutin diharapkan dapat meningkatkan kualitas tidur balita, hal ini didukung hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pijat balita yang dilakukan secara rutin (3 kali dalam 1 bulan) pada balita memiliki kualitas tidur lebih baik dibandingkan balita yang tidak dilakukan pijat sama sekali (Umanailo & Saraha, 2021). Sebagai bidan Desa berperan penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak dengan memberikan edukasi pada ibu tentang kebutuhan massage pada anak agar dapat membantu tumbuh kembang anak (Marni, 2019). Manfaat *baby massage* juga ditunjukkan oleh beberapa penelitian diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Merisa, 2021 dengan judul Pengaruh pijat balita dengan tumbuh kembang balita dengan hasil penelitian bahwa ada pengaruh antara pijat balita dengan tumbuh kembang balita. Hal ini menunjukkan bahwa baby massage sangat berpengaruh untuk meningkatkan nafsu makan dan kualitas tidur balita. Baby Massage ini suatu upaya untuk meningkatkan nafsu makan karena ketika nafsu makan untuk pemulihan gizi balita secara optimal sehingga menambah bobot balita dan meningkatkan tumbuh kembang anak (Sulistiyawati et al., 2023).

## METODE

Metode dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan populasi seluruh balita usia 1- 3 tahun di wilayah kerja Puskesmas pembantu Tambak Agung Kabupaten Mojokerto sebanyak 20 balita. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2024. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 responden dengan teknik pengambilan sampel Total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner dengan menggunakan skala gutman yaitu skor jawaban menggunakan 0 jika jawaban tidak dan 1 dengan jawaban ya. Lembar kuesioner disesuaikan dengan indikator dari manfaat baby massage pada balita yang disusun dalam bentuk pertanyaan tertutup. Analisa data penelitian ini dilakukan adalah deskriptif yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi.

## HASIL

Manfaat *Baby Massage* pada Balita

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan manfaat *baby massage* pada balita

No	Manfaat BabyMassage	Jumlah	Persentase (%)
1	Memperlancar BAB	26	100
2	Meningkatkan kenaikan BB.	20	80
3	Membuat tidak mudah rewel	20	80
4	meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres	15	58
5	Membuat tidur lelap.	23	88
6	Mengurangi kembung.	17	65

Sumber: data primer tahun 2024

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan data (1) memperlancar BAB yaitu sebanyak 26 responden (100 %), (2) membuat tidur lelap terdapat 23 responden (88%), (3)

Meningkatkan kenaikan BB terdapat 20 responden (80%), (4) Membuat tidak mudah rewel terdapat 20 responden (80%), (5) Mengurangi kembung terdapat 17 responden (65%), dan (6) meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres terdapat 15 responden (58%).

## **Diskusi**

Manfaat *Baby Massage* pada Balita

### 1. Memperlancar BAB

Berdasarkan manfaat *baby massage* untuk memperlancar BAB terdapat 26 responden yaitu 100%. Balita memang lebih rentan mengalami konstipasi karena sistem pencernaannya belum berkembang sempurna selayaknya orang dewasa. Saat sembelit menyerang, anak jadi rewel seharian hingga membuat orang tua pusing tujuh keliling. Maka dari itu *baby massage* adalah hal yang aman dilakukan. Tak hanya membantunya merasa rileks, tindakan ini juga turut mengatasi masalah sembelit. Manfaat *baby massage* dengan menggunakan teknik I Love You, Gerakan Spiral, Menggoyangkan Pinggul, Gerakan *Toes to Nose*, Gerakan Mengayuh Sepeda, merupakan teknik yang ampuh untuk mengatsi sembelit atau untuk terapi *baby massage* yang BAB nya tidak lancar karena pijatan halus pada perut dapat mendorong gerakan otot berulang di dinding saluran cerna. Ini bisa bantu mendorong makanan dari usus ke anus, sehingga bayi bisa BAB lebih lancar. Serta dapat merangsang gerakan peristaltik, mengurangi waktu yang dibutuhkan oleh makanan untuk melewati saluran cerna dan mampu melancarkan frekuensi buang air besar. (devia irine, 2021). Pada dasarnya tidak ada aturan yang pasti mengenai berapa kali pijat itu bisa dilakukan pijat ini 2 kali sehari. Terutama saat si Kecil sedang merasa tidak nyaman atau rewel akibat gangguan pencernaan, seperti kolik, atau sembelit. Jika dilakukan dengan rutin dan tepat maka berbagai keluhan pencernaan tersebut bisa teratasi dengan baik. Menurut asumsi peneliti bahwa manfaat pemijatan pada balita dengan menggunakan teknik di atas sangat berpengaruh terhadap balita yang mengalami sembelit atau BABnya tidak lancar , sudah terbukti oleh ibu-ibu yang mempunyai balita saat mengalami konstipasi, hal ini juga di dukung oleh hasil penelitian ini bahwa terdapat sekitar 20 balita yang merasakan manfaatnya pemijatan untuk balita yang mengalami konstipasi atau BAB tidak lanca menjadi lancar.

### 2. Membuat tidur lelap

Berdasarkan manfaat *baby massage* untuk membuat tidur lelap terdapat 23 responden yaitu 88%. *Baby massage* adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah (Pretty Dana Salsabila, 2022). Efek fisik / klinis pijat balita adalah sebagai berikut: Mengoptimalkan sistem pencernaan serta pembuangan. Memperlancar BAB dan Meningkatkan kenaikan berat badan. Membuat balita lebih tenang dan rilleks. Membuat balita/balita tidak mudah rewel. Membuat tidur lelap. Berdasarkan hasil jawaban kuesioner yang diperoleh dari ibu balita diketahui bahwa sebagian besar

responden menjawab pertanyaan dengan tepat dan mengarah pada pemanfaatan *baby massage* dalam kategori baik. Hal ini diketahui melalui hasil rekapitulasi data hasil kuesioner yaitu sebesar 90% responden mendapatkan manfaat dari *baby massage* untuk balita bisa tidur lelap. Hal ini karena sentuhan yang diberikan pada balita saat dilakukan *baby massage* membuat balita nyaman sehingga tidurnya bisa lelap.

### 3. Meningkatkan kenaikan BB.

Berdasarkan manfaat kenaikan berat badan terdapat 20 responden yaitu 80%. Manfaat *baby massage* antara lain meningkatkan berat badan dan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bonding*), meningkatkan produksi ASI. Selain ada manfaat, pijat bayi juga memiliki dampak dan komplikasi bila dilakukan dengan tidak benar akibat kesalahan pemijat seperti trauma atau lebam pada kulit dan otot, rasa sakit pada bayi sehingga bayi menjadi rewel, cedera otot dan tulang, pembengkakan, bayi semakin rewel. Tetapi selama pijat bayi dilakukan dengan benar dan lembut, maka pijat bayi aman dilakukan, bahkan bermanfaat (Febriani, 2022) Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Alfiyyah, (2022). Dengan hasil penelitian bahwa sebagian besar responden dengan bayi yang dilakukan pemijatan rutin dan sesuai prosedur mengalami peningkatan berat badan cukup signifikan dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan *baby massage* (Alfiyyah, 2022) Peningkatan berat badan yang di hasilkan melalui aktivitas pemijatan secara rutin untuk *baby*, karena sentuhan yang dilakukan pada tubuh bayi akan membuat bayi menjadi rileks, dan nyaman. Sehingga bayi tidak rewel dan mau makan. Kondisi inilah yang mengakibatkan bayi berat badanya naik.

### 4. Membuat tidak mudah rewel

Berdasarkan tidak membuat rewel terdapat 20 responden yaitu 80%. *Baby massage* merupakan pijatan yang diberikan pada bayi secara lembut dan berirama. Jika dilakukan secara rutin dapat menstimulasi sistem organ dan motoric bayi. Melakukan *baby massage* secara rutin dapat membuat bayi menjadi lebih nyaman, tidur nyenyak, dan jarang sakit. Bayi juga menjadi lebih riang dan jarang rewel (Ismarina et al., 2022) Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamalia & Nurayuda, (2022). Menunjukkan bahwa pemijatan yang dilakukan terhadap 20 responden bayi sebagian besar berdampak pada kenyamanan bayi sehingga bayi tidak rewel dengan melalui uji statistik perbandingan variabel sebelum dan setelah didapatkan hasil bahwa nilai sig. 0,000 dengan hasil ada perbedaan antara bayi yang dilakukan pemijatan dengan bayi yang tidak dilakukan pemijatan (Kamalia & Nurayuda, 2022) Melalui teori diatas dan hasil penelitian sebelumnya dapat diambil kesimpulan bahwa pemijatan yang dilakukan pada bayi dapat menyebabkan bayi tidak rewel dan merasa nyaman, karena sentuhan lembut tersebut menimbulkan kasih sayang seorang ibu dengan bayi sehingga bayi merasa nyaman setelah dilakukan pemijatan.

### 5. Mengurangi kembung.

Berdasarkan manfaat dapat mengurangi kembung terdapat 17 responden yaitu 65%. Salah satu manfaat dari pijat bayi adalah mengatasi masalah keluhan perut

kembung dan kolik pada bayi. Tanda-tanda bahwa bayi mengalami kembung sangat mudah di kenali yaitu bayi mulai rewel dan menangis tanpa alasan yang jelas, perut bayi terasa agak keras, dan bayi beberapa kali buang angin. Sedangkan kolik adalah ketika bayi yang dalam kondisi sehat menangis secara berlebihan. Kolik ditandai dengan lengkingan tangis bayi yang terjadi secara terus menerus, saat menangis kedua tangannya mengepal, wajah memerah, dan bayi menekukkan kakinya ke arah perut atau berusaha menggerakkan/mengangkat punggungnya. Penyebabnya belum dapat diketahui secara pasti, namun diduga karena adanya alergi makanan, masalah pada saluran cerna bayi dan masalah psikologis (Fransiska & Sugiadini, 2024). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sulistyawati et al., (2024). Diketahui bahwa salah satu manfaat dari *baby massage* adalah perut kembung pada bayi, hal ini diketahui dari sejumlah bayi yang dilakukan pemijatan merasakan tidak mengalami perut kembung sebesar 67%. Hal ini dalam mengatasi perut kembung dengan cara pemijatan pada bagian perut cukup efektif (Sulistyawati et al., 2024) Menurut asumsi peneliti bahwa manfaat pemijatan pada bayi dapat menghilangkan perut kembung, sangat banyak dibuktikan oleh ibu-ibu yang mempunyai balita saat mengalami perut kembung, hal ini juga di dukung oleh hasil penelitian ini bahwa terdapat sekitar 14 bayi yang merasakan manfaatnya pemijatan atas perut kembung yang dialami bayi.

#### 6. Meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres

Berdasarkan manfaat dapat meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres terdapat 15 responden yaitu 58%. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Lusua et al., (2023) dengan hasil penelitian bahwa dari 24 responden terdapat 19 responden didapatkan hasil salah satu manfaat *baby massage* adalah dapat meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres pada bayi. Pijat bayi merupakan teknik pemijatan yang dilakukan untuk bayi atau balita dan menggunakan gerakan-gerakan tertentu dengan tujuan untuk merangsang pengeluaran hormon endorphin yang menyebabkan bayi merasa nyaman dan rileks sehingga akan meningkatkan daya tubuh bayi karena merangsang meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin. peningkatan aktifitas neurotransmitter akan menyebabkan sel reseptor meningkat glukocorticoid yang menyebabkan penurunan hormon adrenalin sehingga dapat meningkatkan imunoglobulin pada bayi (Lusua et al., 2023). Berdasarkan teori *baby massage* sebaiknya dilakukan oleh orang yang terdekat dengan bayi dalam hal ini ibu bayi dalam rangka meningkatkan sentuhan fisik seperti belaian, pelukan dan pijatan lembut yang akan meningkatkan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi sehingga dari ikatan kasih sayang ini diharapkan dapat menurunkan stres pada bayi.

## SIMPULAN

Manfaat *baby massage* pada bayi yang paling dominan dalam penelitian ini adalah dapat memperlancar BAB, lalu manfaat berikutnya adalah membuat tidur lelap, meningkatkan kenaikan BB, membuat tidak mudah rewel, Mengurangi kembung, dan yang terakhir adalah dapat meningkatkan imunoglobulin pada bayi dan menurunkan stres.

Sebagai upaya dalam meningkatkan kesehatan balita dan tumbuh kembangnya perlu adanya *baby massage* yang dilakukan baik oleh bidan ataupun orang tua balita secara rutin.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyyah, R. (2022). STUDI LITERATUR PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN BAYI. *Journal of Borneo Holistic Health*, 5(2).
- Amalia Yunia Rahmawati. (2020). *PENGARUH BABY MASSAGE TERHADAP PERUBAHAN BERAT BADAN PADA BAYI USIA 3-12 BULAN (Studi Di Desa Kaliwungu Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang)*. July, 1–23.
- Chaturvedi, S., Randive, B., Pathak, A., Agarkhedkar, S., Tillu, G., Darmstadt, G. L., & Patwardhan, B. (2020). Prevalence and perceptions of infant massage in India: study from Maharashtra and Madhya Pradesh states. *BMC Pediatrics*, 20, 1–8.
- Febriani, A. (2022). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Pijat Bayi Usia 3-12 Bulan di Pekanbaru. *As-Shiha: Jurnal Kesehatan*, 2(1), 52–59.
- Fransiska, Y., & Sugiatini, T. E. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dan Sosial Budaya dengan Pemberian Makanan MP-ASI Dini pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(4), 1303–1310.
- Herlina, S., Qomariah, S., & Sartika, W. (2023). Pengaruh Baby Massage Terhadap Perkembangan Bayi. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 7(2), 92–99.
- Ismarina, I., Prihayati, P., Ikhlasiah, M., & Sunengsih, S. (2022). Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Ketidak Nyamanan (Rewel). *Journal of Information Systems and Management (JISMA)*, 1(6), 71–88.
- Kamalia, R., & Nurayuda, N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Praktik Mandiri Bidan (Pmb) Muara Enim Kabupaten Muara Enim Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 106–113.
- Lusia, E., Setyowati, E., Pramudya, K. A., Sukma, A. M., & Setyorini, D. C. P. (2023). Peningkatan Imunitas dan Penurunan Stress Melalui Pijat Bayi. *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(11), 976–982.
- 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>
- Merida, Y., & Hanifa, F. N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 27–32.
- Pretty Dana Salsabila. (2022). *“Pengaruh Baby Massage Terhadap Pertumbuhan Pada Bayi Usia 3-5 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Jalan Gedang Kota Bengkulu Tahun 2022*.
- Sulistiyawati, H., & Mildiana, Y. E. (2023). PENGARUH PENYULUHAN BABY MASSAGE TERHADAP MINAT IBU DALAM PELAKSANAAN BABY MASSAGE PADA BAYI USIA 0-36 BULAN: THE INFLUENCE OF BABY MASSAGE COUNSELING ON MOTHER’S INTEREST IN IMPLEMENTING BABY MASSAGE ON BABIES AGED 0-36 MONTHS. *Well Being*, 8(2), 150–158.

- Sulistyawati, H., Permatasari, R. D., Mildiana, Y. E., Isro'aini, A., & Setyaningsih, F. Y. (2024). Pelatihan Pijat I Love You (ILU) Pada Ibu Yang Mempunyai Bayi Usia 0-1 Tahun Untuk Mengatasi Perut Kembung Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambakrejo. *Jurnal Abdi Medika*, 4(2), 78–83.
- Sulistyawati, H., Setyaningsih, F. Y., Mildiana, Y. E., Permatasari, R. D., Isro'aini, A., & Kristianingrum, D. Y. (2023). Baby Massage Sebagai Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Dan Kualitas Tidur Pada Balita Usia 12-36 Bulan. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, 2(2), 38–41. <https://doi.org/10.55426/pmc.v2i2.243>
- Umanailo, R., & Saraha, R. H. (2021). Pengaruh Frekuensi Baby Massage terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 9(2), 69–75.