

## KELAS PIJAT BAYI OLEH IBU: UPAYA STIMULASI TUMBUH KEMBANG BAYI

Noviyati Rahardjo Putri<sup>1\*</sup>, Lia Arian Apriani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Indonesia  
[novirahardjo@staff.uns.ac.id](mailto:novirahardjo@staff.uns.ac.id)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Masa bayi, terutama pada rentang usia 0–12 bulan, merupakan periode emas perkembangan yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Salah satu bentuk stimulasi yang direkomendasikan dan dapat dilakukan langsung oleh ibu adalah pijat bayi, yang terbukti memberi manfaat fisiologis dan psikososial bagi bayi maupun orang tua. Namun, keterbatasan akses terhadap edukasi praktis di fasilitas kesehatan dasar membuat banyak ibu belum percaya diri dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi melalui pendekatan edukatif dan praktik langsung berbasis andragogi. Kegiatan dilaksanakan pada 21 Juni 2025 di Puskesmas Banyuanyar, Kota Surakarta, dengan melibatkan 12 ibu bayi usia 0–12 bulan. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, demonstrasi teknik pijat bayi, pembagian modul, dan praktik langsung dalam kelompok kecil dengan pendampingan fasilitator. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, serta observasi partisipatif. Hasil menunjukkan peningkatan rerata nilai pengetahuan peserta dari 55 menjadi 77,5 setelah kegiatan, dengan 11 dari 12 peserta mengalami kenaikan skor. Selain itu, keterlibatan aktif selama praktik menandakan efektivitas pendekatan berbasis pengalaman dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam melakukan stimulasi tumbuh kembang dengan pijat bayi. Saran kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah materi yang berkaitan dengan praktik MPASI dan pola asuh sehingga dapat berkesinambungan dalam optimalisasi tumbuh kembang terutama dalam 1.000 HPK.

**Kata Kunci:** Pijat Bayi; Tumbuh Kembang Bayi; Kelas Ibu.

**Abstract:** *Infancy, particularly within the 0–12 month age range, is a golden period of development that significantly determines the future quality of human resources. One recommended form of stimulation that can be performed directly by mothers is infant massage, which has been proven to provide both physiological and psychosocial benefits for infants and parents alike. However, limited access to practical education in primary health care facilities has led many mothers to feel unconfident in performing infant massage independently. This community service activity aimed to enhance mothers' knowledge and skills in infant massage through an educational approach and hands-on practice based on andragogy principles. The activity was conducted on June 21, 2025, at Banyuanyar Public Health Center, Surakarta City, involving 12 mothers with infants aged 0–12 months. The methods included interactive lectures, demonstrations of infant massage techniques, distribution of educational modules, and small group practice sessions with facilitator assistance. Evaluation was carried out through pre- and post-tests, as well as participatory observation. Results showed an increase in participants' average knowledge scores from 55 to 77.5, with 11 out of 12 participants showing improved scores. Additionally, active engagement during practical sessions indicated the effectiveness of experiential approaches in boosting mothers' confidence. In providing stimulation for growth and development through baby massage, a suggested follow-up for community service activities is to include topics related to complementary feeding (MPASI) practices and parenting patterns, so that efforts to optimize growth and development can be sustained, particularly during the critical period of the first 1,000 days of life.*

**Keywords:** *Infant Massage; Baby's Growth and Development; Maternal Class.*



#### Article History:

Received: 28-06-2025

Revised : 13-07-2025

Accepted: 14-07-2025

Online : 01-08-2025



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

## A. LATAR BELAKANG

Periode bayi, khususnya usia 0 hingga 12 bulan, merupakan masa krusial dalam tumbuh kembang anak yang sering disebut sebagai *golden age*. Pada fase ini, perkembangan otak, sensorik-motorik, sistem imun, serta emosi sosial berlangsung sangat pesat dan membentuk fondasi bagi perkembangan selanjutnya (WHO, 2018). Di usia ini, jutaan koneksi antarsaraf otak terbentuk setiap detiknya, memungkinkan bayi menyerap informasi dan pengalaman dari lingkungan secara intensif. Pertumbuhan fisik seperti peningkatan berat dan panjang badan juga berlangsung signifikan, disertai dengan kematangan bertahap pada organ-organ vital. Proses pertumbuhan dan perkembangan ini sangat dipengaruhi berbagai faktor termasuk stimulasi sebagai faktor eksternal (Tim et al., 2017).

Stimulasi yang tepat sejak dini, baik secara fisik maupun emosional, menjadi investasi penting dalam pembangunan sumber daya manusia jangka panjang. Masa ini juga merupakan bagian dari periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang sangat menentukan status kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas anak di masa mendatang. Kurangnya stimulasi pada masa ini dapat berdampak negatif terhadap perkembangan anak secara menyeluruh, termasuk risiko keterlambatan bicara, gangguan motorik, dan masalah perilaku (Black et al., 2017). Orang tua memegang peranan utama dalam memberikan stimulasi yang konsisten dan sesuai tahap perkembangan, karena mereka adalah figur pertama yang dikenal dan dipercaya oleh bayi. Melalui interaksi sehari-hari seperti sentuhan, tatapan, senyuman, dan percakapan sederhana, orang tua dapat menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang optimal.

Salah satu bentuk stimulasi yang direkomendasikan dan dapat dilakukan langsung oleh orang tua adalah pijat bayi. Intervensi ini telah terbukti memberi manfaat multidimensional, di antaranya: meningkatkan berat badan bayi, memperbaiki kualitas tidur, memperkuat sistem imun, serta memperkuat ikatan emosional antara bayi dan orang tua. Penelitian juga menyebutkan bahwa pijat bayi dapat menurunkan kadar hormon stres pada bayi, serta mendukung perkembangan neurologis secara positif (Erçelik & Yılmaz, 2023; Fatmawati et al., 2021; Ifalahma & Cahyani, 2019; Nikmah & Yanuaringsih, 2020; Ni'matussholikhah & Adriani, 2019; Nur et al., 2020; Sulfianti et al., 2023; Wahyuni et al., 2018; Widyawati et al., 2019; Wulandhari & Syamlingga, 2023).

Penelitian juga menyimpulkan bahwa intervensi pijat bayi dapat memberikan dampak pada ibu. Aktivitas ini dapat memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi (*bonding*), yang menjadi fondasi penting dalam hubungan pengasuhan jangka panjang. Melalui sentuhan fisik yang lembut dan penuh perhatian, ibu dapat membangun kedekatan yang lebih dalam, meningkatkan kepekaan terhadap kebutuhan bayi, serta memperkuat rasa percaya diri dalam merawat anak. Selain itu, beberapa studi menunjukkan bahwa praktik pijat bayi secara teratur dapat

menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan risiko depresi pascamelahirkan pada ibu (Erçelik & Yılmaz, 2023; Nikmah & Yanuaringsih, 2020; Rahmatnezhad et al., 2018; Wahyuni et al., 2018).

Ibu memiliki peran sentral sebagai pengasuh utama dalam memberikan stimulasi awal kehidupan anak. Penerimaan dan keterlibatan ibu dalam kegiatan stimulasi, termasuk pijat bayi, sangat menentukan efektivitas intervensi tersebut. Namun, banyak ibu yang merasa tidak percaya diri melaksanakan pijat bayi karena kurangnya pelatihan praktis, padahal pendekatan ini mudah dipelajari dan diterapkan di rumah. Pelatihan keterampilan praktis seperti ini masih minim dilakukan secara langsung di fasilitas kesehatan primer, terutama karena keterbatasan tenaga, waktu, dan media edukasi (Putri, Dharmawan, et al., 2024; Putri, Larasati, et al., 2024).

Pemberdayaan ibu melalui edukasi pijat bayi secara langsung berdampak pada peningkatan keterampilan dan kedekatan emosional dengan anak (Barus & Sembiring, 2022; Putri, Dharmawan, et al., 2024; Putri, Larasati, et al., 2024). Kelas edukasi pijat bayi yang merupakan salah satu upaya pemberdayaan ibu, mencakup sesi penyuluhan serta praktik langsung, telah diteliti dan diimplementasikan dalam berbagai kegiatan penelitian dan pengabdian masyarakat. Model pembelajaran partisipatif ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan rasa percaya diri ibu dalam merawat bayinya secara mandiri (Harun et al., 2021; Khuzaiyah et al., 2022). Sebagai bentuk kesinambungan dari program pengabdian sebelumnya, tim pengabdian yang tergabung dalam komunitas sosial Pinksebayu (Pendidikan Komplementer Ibu Sehat dan Bahagia) melaksanakan kegiatan edukasi dan praktik pijat bayi usia 0–12 bulan di Puskesmas Banyuanyar, Kota Surakarta. Kegiatan ini sekaligus menjadi penguatan dari kegiatan edukasi pijat bayi terdahulu yang telah dilaksanakan di Puskesmas Ngoresan, Kota Surakarta, Jawa Tengah pada tahun 2024 (Putri, Dharmawan, et al., 2024). Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara aman dan efektif.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

### **1. Profil Mitra**

Mitra pengabdian masyarakat ini adalah ibu bayi usia 0-12 bulan sebanyak 12 orang yang tergabung dalam kelas Ibu Balita di Puskesmas Banyuanyar, Kota Surakarta, Jawa Tengah. Tujuan pemilihan mitra pengabdian masyarakat adalah stimulasi yang dilaksanakan oleh ibu sebagai pengasuh utama diharapkan dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi serta mampu memberikan efek positif pada psikologis ibu.

## 2. Metode Pelaksanaan

Berdasarkan analisa masalah dan tujuan kegiatan pengabdian masyarakat, tim pengabdian membuat kegiatan berupa ceramah interaktif, demonstrasi langsung, serta pemberian modul pijat bayi serta pendampingan dalam kelas kecil. Tujuan kegiatan ini adalah keterampilan para ibu dan pengasuh utama tentang teknik pijat bayi yang benar. Penyampaian materi dengan menggunakan metode ceramah singkat dan demonstrasi dengan menggunakan media peraga bayi. Selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat Ibu Bayi diberikan modul untuk dapat melihat ilustrasi secara utuh. Setelah peragaan dengan menggunakan peraga bayi, dibentuk kelas kecil yang terdiri dari 6 ibu dengan 2 fasilitator untuk langsung memperagakan ke bayi dan didampingi oleh fasilitator dengan menggunakan peraga bayi.

## 3. Langkah-Langkah Pelaksanaan

### a. Tahap Perencanaan

Perencanaan kegiatan dalam tim pengabdian dilaksanakan via zoom karena pengabdian terdiri dari 2 dosen pengabdian di institusi yang berbeda. Kolaborasi kegiatan didasarkan pada keahlian dan konsentrasi roadmap (peta jalan) P2M (Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat) yaitu pelayanan komplementer dalam asuhan kebidanan. Tim pengabdian merencanakan metode pelaksanaan dan penyusunan media yang digunakan dalam kelas edukasi tersebut.

Selanjutnya dilaksanakan koordinasi lapangan dengan mitra. Koordinasi dimulai dengan bidan koordinator kelas Ibu Balita di Puskesmas Banyunyar. Kegiatan yang telah disepakati akan dilaksanakan pada hari Sabtu, 21 Juni 2025 jam 08.00-11.00 WIB di Aula Puskesmas Banyunyar, Kota Surakarta, Jawa Tengah. Tim pengabdian yang terdiri dari 2 orang dosen kebidanan dan 2 orang mahasiswa yang berafiliasi dengan instansi pendidikan.

### b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahapan ini dilakukan kelas edukasi dengan 3 tahapan, yaitu penyuluhan tentang konsep dasar pijat bayi, demonstrasi pijat bayi oleh pengabdian dan praktik pijat bayi oleh ibu pada bayinya dengan pendampingan fasilitator. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah boneka peraga pijat bayi dan modul pijat bayi sederhana, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Tahap Pemberian Materi

<b>Tahap</b>	<b>Kegiatan Edukasi</b>	<b>Pemateri</b>
Pendahuluan (10menit)	Pembukaan terdiri dari perkenalan diri dan apersepsi dengan mitra	Pengabdi
Penyuluhan (20 menit)	Penyuluhan terkait dengan konsep dasar pijat bayi meliputi : 1. Pengertian 2. Manfaat 3. Persiapan	Pengabdi
Demonstrasi (60 menit)	Demonstrasi pijat bayi meliputi pemijatan pada : 1. Kaki 2. Perut 3. Dada 4. Tangan 5. Muka 6. Punggung 7. Baby Gym	Pengabdi
Praktik	Pelaksanaan Praktik pijat bayi dengan kelas kecil (6 orang/ kelas) didampingi oleh fasilitator	Pengabdi
Penutup (10 menit)	1. Mengisi evaluasi keberhasilan kegiatan dengan post-test. 2. Memberikan apresiasi kelompok atas kerjasama yang baik antara pengabdi dan mitra.	Pengabdi

### c. Tahap Evaluasi

Evaluasi pada kegiatan dengan menggunakan kuisisioner pre-test dan posttest sebanyak 10 soal berisi tentang pengetahuan konsep dasar pijat bayi, selain itu secara evaluasi keberhasilan kegiatan juga dilihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti kelas praktik pijat bayi yang didampingi oleh fasilitator.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Tahap Perencanaan

Keberhasilan tahapan perencanaan dimulai dari koordinasi antar-pengabdi, perencanaan berjalan efektif melalui pertemuan daring menggunakan platform Zoom. Pembagian tugas dan tanggung jawab telah disepakati dengan mempertimbangkan keahlian masing-masing anggota tim. Salah satu dosen berperan dalam perancangan media edukasi dan modul, sementara dosen lainnya fokus pada pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Mahasiswa dilibatkan sejak awal dalam proses teknis dan dokumentasi lapangan, yang sekaligus menjadi media pembelajaran kolaboratif lintas jenjang akademik.

Koordinasi dengan mitra, dalam hal ini bidan koordinator kelas Ibu Balita di Puskesmas Banyuanyar, juga berjalan lancar. Komitmen dan dukungan mitra terlihat dari fasilitas yang disiapkan, termasuk aula

pelatihan, pengaturan tempat duduk, dan publikasi internal kepada peserta. Informasi kegiatan telah disampaikan kepada peserta jauh hari sebelumnya, dan disiapkan daftar hadir serta lembar pre-test yang dibagikan saat registrasi ulang di hari pelaksanaan. Persiapan yang terstruktur ini menjadi salah satu kunci utama kelancaran pelaksanaan kegiatan edukasi dan praktik pijat bayi pada tahap selanjutnya.

## 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan edukasi pijat bayi dilaksanakan pada hari Sabtu, 21 Juni 2025, pukul 08.00–11.00 WIB bertempat di Aula Puskesmas Banyuanyar, Kota Surakarta. Peserta kegiatan ini adalah 12 ibu yang memiliki bayi berusia 2–12 bulan, sesuai dengan hasil rekrutmen pada tahap perencanaan. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan proses registrasi ulang dan pengisian kuesioner pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta tentang konsep dasar pijat bayi. Setelah itu dilakukan pembukaan kelas oleh tim pengabdian dan bidan koordinator mitra. Seluruh peserta kemudian mengikuti sesi penyuluhan selama 20 menit terkait dengan konsep dasar pijat bayi yang memuat penjelasan mengenai pengertian, manfaat, serta prinsip dasar pijat bayi, termasuk persiapan alat dan kondisi bayi yang perlu diperhatikan (Gambar 1).



**Gambar 1.** Sesi Penyuluhan Konsep Dasar Pijat Bayi

Setelah sesi edukasi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi teknik pijat bayi oleh pengabdian menggunakan boneka anatomi bayi. Demonstrasi mencakup urutan pijat dari kaki, perut, dada, tangan, wajah, punggung, hingga sesi baby gym, sesuai standar prosedur. Kegiatan ini dilakukan selama 60 menit dengan penjelasan dan pengulangan teknik secara bertahap agar peserta dapat memahami dan mengamati dengan baik, seperti terlihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Pelaksanaan Praktik Pijat Bayi

Selanjutnya peserta dibagi dalam dua kelompok kecil (masing-masing 6 orang) untuk mengikuti praktik pijat bayi secara langsung. Tiap kelompok didampingi oleh satu fasilitator yang membantu mengarahkan teknik pijatan dan memberikan koreksi bila diperlukan. Beberapa peserta membawa bayi masing-masing, sementara peserta lainnya mempraktikkan teknik pada boneka pijat yang telah disediakan (Gambar 2). Sarana yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi boneka anatomi bayi, modul pijat bayi dalam bentuk cetak, serta leaflet berwarna berisi langkah-langkah praktis dan ilustrasi pijatan. Peserta diperkenankan membawa pulang modul dan leaflet tersebut untuk digunakan sebagai panduan di rumah.

### 3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Keberhasilan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada Tabel 2 sebagai berikut:

**Tabel 2.** Rekap Evaluasi *Pretest* dan *Posttest*

No. Resp	Status Usia Reproduksi	Evaluasi Keberhasilan		Keterangan Keberhasilan
		Pre	Post	
R1	Sehat	40	70	Naik
R2	Sehat	50	70	Naik
R3	Sehat	60	70	Naik
R4	Tidak Sehat	60	80	Naik
R5	Sehat	70	80	Naik
R6	Sehat	50	70	Naik
R7	Sehat	40	70	Naik
R8	Sehat	60	90	Naik
R9	Sehat	70	90	Naik
R10	Sehat	80	80	Tetap
R11	Sehat	40	80	Naik
R12	Sehat	40	80	Naik
	Nilai Rerata	55	77,5	Naik

Keberhasilan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dievaluasi melalui dua pendekatan, yaitu: (1) evaluasi kuantitatif menggunakan instrumen pre-test dan post-test, serta (2) evaluasi partisipatif melalui observasi keaktifan peserta selama sesi praktik pijat bayi. Evaluasi

pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner berisi enam soal tentang konsep dasar pijat bayi, meliputi pengertian, manfaat, dan persiapan pijat bayi. Hasil rekapitulasi menunjukkan bahwa sebelum edukasi, nilai rerata pre-test adalah 55 dan meningkat menjadi 77,5 pada post-test. Seluruh peserta mengalami kenaikan skor, kecuali satu peserta yang tetap, yang berarti terdapat peningkatan pemahaman secara umum. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Harun et al. (2021) dan Khuzaiyah et al. (2022) yang menunjukkan bahwa kelas edukasi berbasis praktik mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri dan benar. Selain aspek kognitif, keaktifan peserta dalam mengikuti praktik pijat bayi juga menjadi indikator penting. Seluruh peserta menunjukkan keterlibatan aktif saat sesi praktik berlangsung, baik yang membawa bayinya langsung maupun yang berlatih menggunakan boneka anatomi. Fasilitator mencatat bahwa peserta antusias dalam menyimak demonstrasi, mengulang gerakan sesuai instruksi, dan berdiskusi tentang pengalaman mereka di rumah. Hal ini menguatkan hasil pengabdian Putri, Larasati, et al. (2024) yang menyimpulkan bahwa keterlibatan langsung dalam praktik pijat bayi meningkatkan kepercayaan diri ibu dan mendorong keberlanjutan praktik di rumah.

Lebih jauh, keberhasilan edukasi pijat bayi dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta juga memiliki dampak potensial terhadap penguatan peran keluarga dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Sebagaimana dijelaskan oleh Fatmawati et al. (2021) dan Wulandhari & Syamlingga (2023), praktik pijat bayi secara rutin dapat mendukung pertumbuhan berat badan, memperbaiki kualitas tidur, serta memperlambat bonding ibu dan bayi, yang pada akhirnya turut berkontribusi dalam pencegahan stunting dan keterlambatan perkembangan. Dengan demikian, pendekatan berbasis praktik yang digunakan dalam kegiatan ini tidak hanya meningkatkan aspek pengetahuan peserta, tetapi juga mendorong perubahan perilaku pengasuhan yang lebih sadar, responsif, dan berbasis bukti (*evidence-based practice*). Proses ini sesuai dengan kerangka experiential learning yang menggarisbawahi bahwa pembelajaran yang melekat dan berkelanjutan terjadi ketika peserta mengalami, menganalisis, dan merefleksikan secara langsung.

Keberhasilan pelaksanaan dan hasil evaluasi dari kegiatan ini juga menunjukkan bahwa edukasi pijat bayi merupakan bentuk intervensi promotif yang murah, mudah direplikasi, dan berpotensi berkelanjutan, khususnya jika diintegrasikan ke dalam program-program komunitas seperti Kelas Ibu Balita, Posyandu, atau forum parenting lokal. Kegiatan ini tidak membutuhkan peralatan medis khusus dan dapat dilaksanakan dengan dukungan media edukasi sederhana seperti boneka peraga dan modul cetak. Dengan pendekatan yang partisipatif dan berbasis kearifan lokal, kegiatan serupa dapat berkontribusi dalam menciptakan lingkungan keluarga yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal sejak usia dini, sekaligus

menjadi bagian dari penguatan sistem kesehatan berbasis keluarga dan komunitas.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi dan praktik pijat bayi yang dilaksanakan di Puskesmas Banyuanyar, Kota Surakarta, Jawa Tengah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam memberikan stimulasi melalui pijatan yang aman dan tepat kepada bayi usia 0–12 bulan. Pendekatan pembelajaran berbasis praktik yang dirancang secara partisipatif dan andragogis terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan rerata nilai pre-test dari 55 menjadi 77,5 pada post-test, atau mengalami kenaikan sebesar 22,5 poin, dengan 11 dari 12 peserta menunjukkan peningkatan skor. Selain itu, observasi selama sesi praktik mencatat keterlibatan aktif seluruh peserta dalam mempraktikkan teknik pijat bayi, baik dengan boneka maupun bayi masing-masing. Dengan metode pelatihan yang sederhana, alat bantu yang terjangkau, dan keterlibatan fasilitator yang kompeten, model kelas edukasi pijat bayi ini dapat direplikasi secara luas dalam program-program komunitas seperti Posyandu, Kelas Ibu Balita, maupun kelompok *parenting* lokal dalam upaya optimalisasi tumbuh kembang dalam 1.000 HPK dan pencegahan stunting. Kedepannya diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilanjutkan dengan materi yang berhubungan dengan tumbuh kembang balita misal praktik MPASI (Makanan Pendamping ASI) dan pola asuh yang baik.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian menyadari bahwa dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini tidak lepas dari bantuan beberapa pihak yaitu Prodi Sarjana Kebidanan, Universitas Sebelas Maret dan Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Lombok Tengah.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Barus, M., & Sembiring, M. (2022). Relationship Knowledge and Attitude of Mom and Family Support in Doing Baby Massage Independently in Puskesmas District Onowaembo Help Gunungsitoli In 2021. *Science Midwifery*, *10*(4), 2721–9453. <https://doi.org/doi: 10.35335/midwifery.v10i4.827>.
- Black, M. M., Walker, S. P., Fernald, L. C. H., Andersen, C. T., DiGirolamo, A. M., Lu, C., McCoy, D. C., Fink, G., Shawar, Y. R., Shiffman, J., Devercelli, A. E., Wodon, Q. T., Vargas-Barón, E., & Grantham-McGregor, S. (2017). Early childhood development coming of age: science through the life course. *The Lancet*, *389*(10064), 77–90. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31389-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31389-7)
- Ercelik, Z. E., & Yilmaz, H. B. (2023). Effectiveness of infant massage on babies growth, mother-baby attachment and mothers' self-confidence: A randomized controlled trial. *Infant Behavior and Development*, *73*. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2023.101897>

- Fatmawati, N., Zulfiana, Y., & Pratiwi, Y. S. (2021). The Effect of Baby Massage on Improvement Baby Weight. *Journal for Quality in Public Health*, 4(2), 227–232. <https://doi.org/10.30994/jqph.v4i2.212>
- Harun, A., Salmah, A. U., Hidayanty, H., Suriah, S., Syafar, M., Hadju, V., & Abdullah, Muh. T. (2021). Mother's Ability to Massage her Baby with Technical Guidance from Medical Personnel: A Systematic Review. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(F), 747–752. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7650>
- Ifalahma, D., & Cahyani, L. R. D. (2019). Effect of Baby Massage on Baby's Sleep Quality (Based on Baby Massage Duration and Frequency). *1st International Conference of Health, Science & Technology (ICOHETECH)*, 25–28.
- Khuzaiyah, S., Adnani, Q. E. S., Chabibah, N., Khanifah, M., & Lee, K. Y. (2022). A qualitative study on mothers' experiences attending an online infant massage class: "It is funny! I feel close to my baby!" *BMC Nursing*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-022-00952-9>
- Nikmah, A. N., & Yanuaringsih, G. P. (2020). The Effect Of Mother-Baby Massage On Bounding Attachment. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(1), 01–06. <https://doi.org/10.31101/jkk.1181>
- Ni'matussholikhah, E., & Adriani Susetyo-Salim, T. (2019). Baby Massage in Indonesia: A Case Study of the Knowledge Acquisition, Transfer and Preservation. *ICoLIS, Malacca: DLIS, FCSIT-UML*. <https://umlib.um.edu.my/icolis-2019>
- Nur, S., Febriyanti, U., Munjilah, W., Nyoman, N., Adinatha, M., & Hudhariani, R. N. (2020). The Effect of Baby Massage Toward the Development of Three Months Baby. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 436, 713–716.
- Putri, N. R., Dharmawan, C., Larasati, D., Septiana, Y. C., & Amalia, R. (2024). Optimalisasi Peran Ibu dalam Pijat Bayi Melalui Kelas Ibu Bayi. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(6), 1098–1103. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i6.6418>
- Putri, N. R., Larasati, D., & Septiana, Y. C. (2024). A Qualitative Study on Community Service "Baby Massage Courses for Mothers." *International Journal of Community Empowerment & Society Administration*, 1, 41–46.
- Rahmatnezhad, L., Sheikhi, S., Didarlo, A., Fakoor, Z., & Iranidokht, M. (2018). The Impact of Baby Massage Training on Awareness, Perceived Stress and Breastfeeding Self-Efficacy of Mothers with Hospitalized Neonate. *Int J Pediatr*, 6(10). <https://doi.org/10.22038/ijp.2018.32043.2833>
- Sulfianti, S., Amir, S., & Yakub, S. A. (2023). The Effect of Baby Massage on Sleep Quality of Baby Aged 1-3 Months. *Journal La Medihealtico*, 3(6), 541–548. <https://doi.org/10.37899/journallamedihealtico.v3i6.764>
- Tim, M., Arefadib, N., Deery, A., & West, S. (2017). *The first Thousand Days: an evidence paper*. Murdoch Childrens Research Institute.
- Wahyuni, S., Kurniawati, D., & Rasni, H. (2018). The Influence of Baby Massage for Bounding Attachment in Dahlia Room Soebandi General Hospital Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(2), 323–330.
- WHO. (2018). *Nurturing care for early childhood development (A framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential)* (W. U. W. B. G. E. P. E. WHO, Ed.; 1st ed., Vol. 1). World Health Organization.
- Widyawati, M. N., Malikhah, F., Suprihatin, K., & Sutarmi. (2019). Baby Massage with Common Cold Massage Oil on Temperature Change, Pulse Rate, Frequency of Breath, Sleep Quality and Number of Streptococcus Bacteria in Toddlers with Acute Respiratory Infection. *Indin Journal of Public Health and Development*, 10(1), 407–410.

Wulandhari, Y., & Syamlingga, A. R. (2023). The Effect Of Baby Massage On The Frequency And Long Of Breastfeeding Babies. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 9(4), 643–649. <https://doi.org/10.33024/jkm.v9i4.10136>