

Pengaruh Demonstrasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Ketrampilan Ibu Dalam Pijat Bayi

Sugi Purwanti*

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Cipta Husada Purwokerto, Jawa Tengah

* e-mail : sugipurwanti@gmail.com

ABSTRAK

Pertumbuhan dan perkembangan usia BALITA merupakan fase *golden period* yaitu pertumbuhan dan perkembangan dalam fase kecepatan paling tinggi jika dibandingkan pada periode usia lainnya. Orang tua memiliki kewajiban untuk memastikan setiap tahap pertumbuhan dan perkembangan anaknya dalam kondisi optimal. Salah satu stimulus untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak adalah melalui pemijatan. Orang tua sebagai keluarga terdekat dengan anak harus mampu dan selalu memberikan stimulus untuk pencapaian tumbuh kembang yang optimal. Jenis penelitian ini adalah penelitian *deskriptif komparatif* dengan pendekatan *cross sectional*. Subyek penelitian adalah orang tua yang memiliki Balita kurang dari 3 tahun sejumlah 21 orang. Pengambilan data menggunakan ceklist ketrampilan pijat bayi, yang diukur secara 2 kali pengukuran sebelum dan setelah pelatihan metode demonstrasi. Analisis data *univariate* menggunakan distribusi frekuensi pada variabel ketrampilan sebelum dan sesudah pelatihan. Analisis *bivariate* menggunakan uji *Paired T test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *mean* ketrampilan sebelum demonstrasi sebesar 64,14, nilai *mean* ketrampilan setelah demonstrasi sebesar 71,76. Hasil uji komparasi menunjukkan bahwa ada pengaruh demonstrasi dengan peningkatan ketrampilan ibu dalam pijat bayi yang nilai korelasi sebesar 0.458 dengan nilai signifikansi 0.000 (< 0.05).

Kata Kunci: *Demonstrasi, Pijat bayi*

ABSTRACT

The growth and development of the toddler age is the golden period phase, which is the growth and development in the highest speed phase compared to other age periods. Parents have an obligation to ensure that each stage of their child's growth and development is in optimal condition. One of the stimulus to optimize children's growth and development is through massage. Parents as the closest family to the child must be able and always provide a stimulus for the achievement of optimal growth and development. This type of research is comparative descriptive research with a cross sectional approach. The research subjects were parents who had toddlers less than 3 years old totaling 21 people. Data were collected using a checklist of baby massage skills, which were measured twice before and after the demonstration method training. The Univariate data analysis used frequency distribution on skill variables before and after training. The bivariate analysis used Paired T test. The results showed that the mean value of skills before demonstration was 64.14, the mean value of skills after demonstration was 71.76. The results of the comparative test showed that there was an effect of baby massage demonstration training with an increase in baby massage skills in parents with the correlation score of 0.458 with the significant score of 0.000 (< 0.05).

Keywords: *Demonstration, Baby massage*

PENDAHULUAN

Angka kematian bayi di Indonesia sebesar 10,86 per 1000 KG pada tahun 2022 yang mengalami kenaikan sebesar 0,36 sejak 2021 (WHO 2025). Salah satu permasalahan kesehatan anak di Indonesia adalah tingginya kejadian stunting (Lestari 2023). Stunting merupakan kondisi terhambatnya gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kurangnya asupan nutrisi, atau kondisi lainnya pada anak. Kurangnya nutrisi ini dapat berlangsung mulai dari bayi dalam kandungan sampai dengan Balita. Prevalensi stunting di Indonesia mengalami kenaikan dari tahun 2022 sebesar 21,6 % menjadi 22 % pada tahun 2022 (WHO 2025). Kabupaten Banyumas tahun 2022 prevalensi stunting mencapai 16.6 % yang lebih rendah dari prevalensi Jawa Tengah sebesar 20,8 % (Banyumas 2025).

Penyebab Stunting salah satunya adalah gangguan cakupan gisi, pola makan yang kurang baik (Wulandari and Kurniawati 2023). Berdasarkan Survey status gizi Indonesia keluarga berisiko mengalami stunting sebesar 16 % (SSGI 2024). Kekurangan nutrisi yang dialami anak selama 1000 hari pertama kehidupan akan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan fisiknya. Masa tiga bulan awal kehamilan terjadi fase *organogenesis* dimana terjadi awal pembentukan organ bayi, kondisi kurang nutrisi pada ibu akan berdampak buruk pada masa ini. setelah bayi dilahirkan pada awal kelahiran sampai usia 3 tahun membutuhkan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan otak dan fisiknya.

Usia paling berisiko tinggi mengalami stunting adalah rentang umur 24-35 bulan (SSGI 2024). Anak pada rentang usia 1 -3 tahun adalah masa *golden time* (Purwanti 2024). Fase *golden time* adalah usia dalam tahapan puncak pertumbuhan dan perkemangan anak, fase ini otak anak berkembang maksimal, menyerap berbagai stimulus dari sekitar ke arah kemampuan kognitif, motorik, bahasa, pertumbuhan fisik, perkembangan emosional secara optimal. Anak dengan stunting akan terganggu proses pertumbuhan dan perkembangannya (Probosiwi, Huriyati, and Ismail 2017).

Pencapaian pertumbuhan dan perkembangan yang optimal selain pemenuhan nutrisi juga perlu dilakukan stimulus. Salah satu bentuk stimulus adalah dengan pijat bayi (Carolin, Suprihatin, and Agustin 2020). Pijat bayi dapat memberikan stimulus dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan karena setiap sentuhan, usapan dan tekanan yang halus dapat merangsang *hormone endorphin* karena bayi merasa rileks, senang, nafsu makan meningkat, infeksi menurun karena kekebalan tubuh yang bertambah. Pijat bayi dapat memberikan energi positif sehingga meningkatkan mood anak untuk beraktivitas sesuai dengan tahapan perkembangannya secara optimal. Manfaat pijat bayi antara lain peningkatan kualitas tidur, tidur yang kurang berkualitas mengganggu perkembangan anak (Sulistyowati and Yudha 2022). Pada fase tidur beberapa peristiwa terjadi, antara lain otak anak sedang memproses penyimpanan memori segala aktivitas perkembangan pada hari itu, otak juga memproduksi hormon pertumbuhan lebih maksimal, pembentukan dan pematangan sel-sel daya tahan tubuh sehingga pada saat anak bangun kekebalan tubuh anak berfungsi dengan baik. Manfaat lainnya peningkatan berat badan (Nopalina S, Parningotan S 2022). Salah satu teknik pemijatan bayi adalah usapan pada perut, yang menyebabkan bayi terhindar dari kembung, pengosongan lambung lebih cepat sehingga bayi mudah lapar dan frekuensi menetek atau makan meningkat. Pemijatan pada bayi dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Hanifa 2022). Tahapan

pertumbuhan dan perkembangan anak Indonesia dapat optimal maka diperlukan pemijatan pada semua bayi secara rutin terutama pada fase golden time.

Pertumbuhan dan perkembangan harus di stimulus oleh orang tua (Purnaning, Sumirah B, and Nurtul 2023). Orang tua sebagai orang yang berinteraksi dengan bayi setiap hari, adalah orang yang paling tepat untuk melakukan pijat bayi secara rutin. Pentingnya peran orang tua terhadap keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak karena orang tua dapat senantiasa memantau kehidupan anak setiap harinya. Perubahan seikit saja pada anak dapat dideteksi oleh orang tua. Stimulasi yang dilakukan setiap harinya dapat dilakukan oleh ibu maupun ayah (Isy Royhanaty, Sonhaji 2019). Anak merasa ada kedekatan sengan ibu yang bersama dengan anak hampir selama 24 jam, sehingga bayi akan merasa nyaman jika dipijat oleh orang tuanya terutama ibu.

Orang tua perlu mengetahui teknik dan tips dalam pemijatan kepada bayi, sehingga pijat bayi dapat di lakukan secara mandiri oleh orang tua baik ibu ataupun ayah (Rosidi and Purnamasari 2021). Perlunya metode yang tepat dalam melatih orang tua karena, berbagai latar belakang orang tua yang berbeda baik dari ekonomi, pendidikan, akses informasi. Pelatihan orang tua dengan metode demonstrasi lebih efektif karena orang tua melihat informasi kegiatan secara langsung dengan tahap demi tahap. Pelatih memperagakan atau mempraktikkan ketrampilan secara langsung dihadapan peserta (Dewanti and Fajriwati 2020). Orang tua diberikan kesempatan langsung mempraktikkan pijat bayi dengan pengawasan oleh pemateri, sehingga dapat segera dilakukan koreksi jika ada kekeliruan ataupun review positif jika ada peningkatan kemampuan. Penggunaan metode demonstrasi dapat meningkatkan pemahaman suatu materi (Dede Salim, Devi A 2018).

Penyuluhan pijat bayi dengan metode demonstrasi kemungkinan besar dapat lebih meningkatkan pemahaman orang tua, jika dibandingkan dengan metode pelatihan yang lain diperlukan suatu pembuktian. Harapannya metode ini dapat dijadikan sebagai salah satu metode promosi kesehatan bagi program kesehatan anak. Penelitian bertujuan mendeskripsikan kemampuan pijat bayi sebelum dan setelah dilakukan pelatihan pijat bayi dengan metode demonstrasi. Peneliti mengetahui pengaruh pelatihan pijat bayi dengan metode demonstrasi pada kemampuan pijat bayi pada orang tua.

PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *deskriptif comparatif* yang bertujuan menjelaskan perbedaan rata-rata dua kelompok atau lebih. Pendekatan penelitian secara *Cross sectional* dengan pengambilan data pada satu waktu pengukuran. Peneliti bermaksud menjelaskan perbedaan nilai rata-rata skor ketrampilan pijat bayi sebelum dan setelah mendapat pelatihan pijat bayi dengan metode demonstrasi, apakah memiliki perbedaan yang signifikan atau tidak. Populasi penelitian adalah semua orang tua yang memiliki balita usia kurang dari 3 tahun yang berkunjung ke posyandu Kayu Manis RW 12 desa Karang Pucung sejumlah 25 orang. Penentuan sampel penelitian menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu peneliti menentukan responden secara acak tanpa direncanakan dan siapapun yang datang berkunjung ke posyandu pada saat penelitian. Subyek penelitian sejumlah 21 orang, awalnya sejumlah 25 orang tapi, 3 orang tidak datang pada kunjungan berikutnya.

Pelatihan dengan metode demonstrasi tidak dilakukan secara serentak karena menyesuaikan jam kedatangan orang tua dan Balita Pengambilan data dilakukan dengan observasi perilaku orang tua saat mempraktikkan pijat bayi kepada anaknya. Pengukuran dilakukan 2 kali yaitu, sebelum pelatihan dan setelah pelatihan 1 bulan setelah pelatihan pada jadwal kunjungan bulan berikutnya.. Pengukuran menggunakan alat bantu *cek list* ketrampilan pijat bayi. *Cek list* ini terdiri dari 43 langkah pijat bayi dengan hasil penilaian skor 1 jika dilakukan dan skor 0 jika tidak dilakukan. Perolehan skor maksimal adalah 43 dan skor terendah adalah 0.

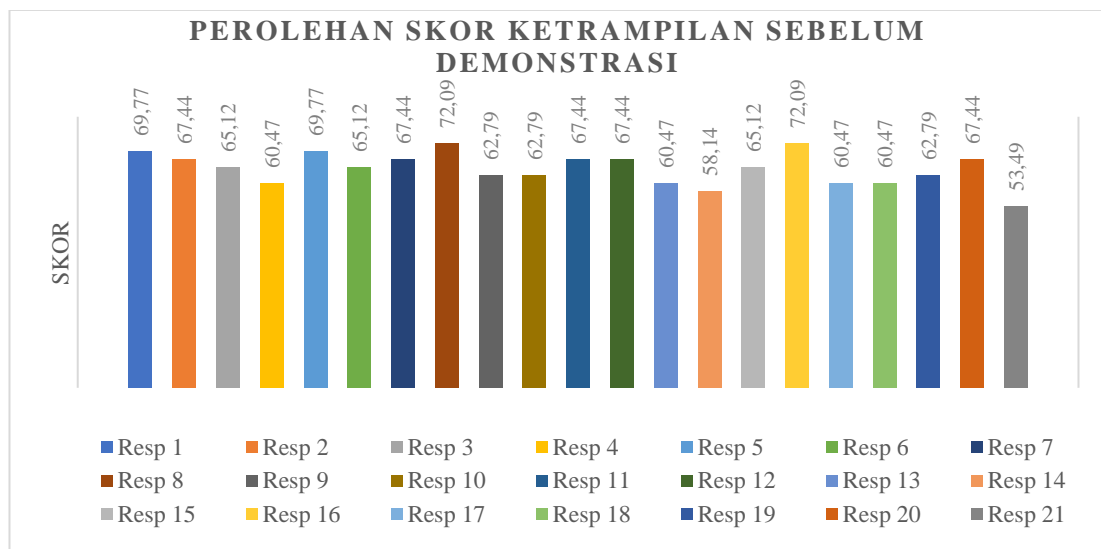
Hasil data pengukuran kemudian dianalisis *univariate* untuk mencari distribusi frekuensi variabel ketrampilan pijat bayi orang tua, baik sebelum dan sesudah demonstrasi. Penentuan jenis uji analisis *bivariate* tergantung dari normal atau tidaknya data. Pada uji normalitas dengan *Kolmogorov smirnov*, data berdistribusi normal karena nilai signifikansi sebesar 0,262 dan 0,195 yang nilainya lebih besar dari alfa 0.05. Data berdistribusi normal maka, analisis *bivariate* nya menggunakan uji *Paired T test* untuk mengetahui pengaruh pelatihan demonstrasi terhadap peningkatan ketrampilan pijat bayi pada orang tua.

Pijat bayi merupakan terapi sentuhan pada bayi (Nikmah 2022). Pijat bayi merupakan serangkaian sentuhan, usapan tekanan yang lembut pada bayi yang menimbulkan efek terapi melalui peningkatan hormon endorfin, penurunan stress, peningkatan daya tahan tubuh dan peningkatan nafsu makan. Pemijatan pada bayi lebih berupa usapan lembut dengan sedikit penekanan, usapan dan penekanan memberikan stimulus perkembangan motorik bayi (Yulianingsih and Rasyid 2020), rangsangan keluarnya hormon endorfin sehingga bayi merasa rileks, senang dan ada ikatan batin dengan orang tua (Purwanti 2024). Pijat bayi juga memberikan manfaat dalam peningkatan kualitas tidur bayi, meningkatkan kelancaran buang air besar bayi serta peningkatan nafsu makan bayi sehingga berat badan naik (Sadiman and Islamiyati 2019). Teknik pemijatan bayi mulai dari pemijatan kaki, bagian perut, dada dan punggung, lengan, bagian muka (Rosli 2001).

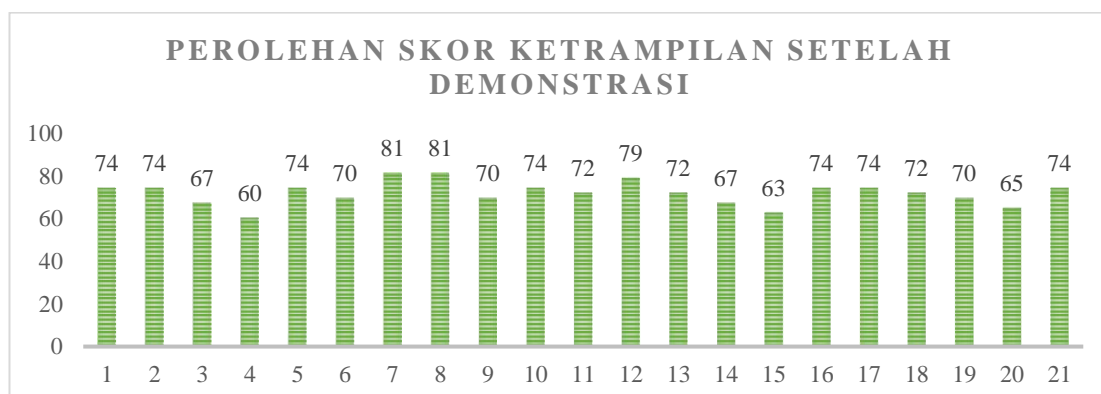
Orang tua selaku pengasuh bayi, adalah orang yang tepat untuk melakukan pemijatan pada bayi, karena keseharian bayi berinteraksi dengan orang tua. Pemijatan yang dilakukan oleh orang tua diharapkan memberikan efek yang lebih optimal jika dibandingkan pemijatan yang dilakukan oleh terapis atau orang lain. Orang tua perlu lebih memahami dan memiliki kemampuan pijat bayi, sehingga perlu diberikan penyuluhan atau pelatihan yang efektif. Berbagai macam media pelatihan antara lain ceramah, pendampingan, e-learning, berbasis video, demonstrasi atau interaktif. Pelatihan dengan media ceramah, e learning dan berbasis video kurang terserap oleh orang tua karena hanya bersifat satu arah tidak ada proses interaksi timbal balik. Metode pendampingan memang efektif akan tetapi terbatas pada jumlah penyuluh karena membutuhkan tenaga dan waktu yang lama.

Diperlukan metode yang terdapat interaksi antara pelatih dan orang tua, tetapi tidak memerlukan biaya dan waktu yang lama. Interaksi ini bersifat komunikatif, harmonis, ada proses tanya jawab, observasi perilaku. Observasi perilaku yang dimaksud adalah pemateri mengobservasi langkah demi langkah saat orang tua mempraktikkan pijat bayi dan langsung memberikan review pada saat itu juga. Pelatihan dengan metode observasi melibatkan seluruh indera orang tua yaitu penglihatan, pendengaran, komunikasi dan ketrampilan sehingga tujuan dari pelatihan akan lebih mudah tercapai (Dewanti and Fajriwati 2020). Metode

demonstrasi lebih efektif karena orang tua melakukan pengamatan sendiri selama proses, menerima penjelasan dan orang tua dapat mempraktikkannya pada saat itu juga (Imelda 2025).



Gambar 1. Hasil Skor Penilaian Ketrampilan Pijat Bayi pada Ibu sebelum dilakukan Pelatihan Menggunakan Metode Demonstrasi.



Gambar 2. Hasil Skor Penilaian Ketrampilan Pijat Bayi pada Ibu setelah dilakukan Pelatihan Menggunakan Metode Demonstrasi.

Skor terendah penilaian ketrampilan sebelum mengikuti pelatihan pijat bayi dengan demonstrasi sebesar 53 dan skor tertinggi adalah 72. Skor tertendah penilaian ketrampilan setelah mengikuti pelatihan pijat bayi dengan demonstrasi adalah 60 dan skor tertinggi adalah 81. Rata skor sebelum pelatihan sebesar 64,14, rata-rata skor setelah pelatihan sebesar 71,76. Adanya selisih rata-rata skor hasil sebelum dan setelah pelatihan sebesar -7,6 yang menunjukkan adanya peningkatan skor ketrampilan pijat bayi pada orang tua. Berdasarkan hasil uji *Paired T test* diperoleh nilai korelasi sebesar 0,458 dan signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0.05 sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh demonstrasi dengan peningkatan ketrampilan ibu dalam pijat bayi.

Hasil pelatihan akan lebih optimal jika orang tua diberi kesempatan untuk bertanya, mengemukakan pendapat, diskusi. Metode demonstrasi diarahkan untuk

memecahkan masalah yang dialami oleh peserta dan sekitarnya (Endayani, Rina, and Agustina 2020). Pada metode demonstrasi, pelatihan berorientasi pada masalah yang dihadapi setiap orang tua, sehingga selama proses pelatihan tidak membosankan. Setelah proses demonstrasi atau memperagakan materi oleh pelatih, dan diikuti dengan praktik mandiri masing orag tua, orang tua dapat menyampaikan permasalahan, kendala yang dihadapinya. Pelatih dapat memberikan rekomendasi solusi yang tepat dan sesuai dengan kondisi setiap orang tua, dengan demikian ketrampilan atau tujuan dari pelatihan dapat tercapai dengan maksimal.

Pelatihan-pelatihan yang sering dilakukan selama ini banyak yang menggunakan metode ceramah, penayangan video dan hanya bersifat satu arah, meskipun ada beberapa yang dilanjutkan dengan diskusi atau tanya jawab. Dampaknya pemahaman orang tua hanya sekilas, kurang tertarik, setelah periode penyuluhan selesai materi cenderung akan dilupakan. Berdasarkan hasil penelitian perlunya diubah strategi dalam memberikan penyuluhan pijat bayi bagi masyarakat dalam hal ini orang tua, tidak hanya sekedar penyuluhan, pemaparan materi, penayangan video, tapi perlu metode yang lebih interaktif, yaitu demonstrasi. Hal ini karena metode demonstrasi adalah pengajaran dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung atau menggunakan media (Nurul Aeni, Yuhandini 2018)

KESIMPULAN

Orang tua perlu memiliki kemampuan pijat bayi, sebagai salah satu upaya peningkatan pertumbuhan dan perkembangan. Ketercapaian pertumbuhan dan perkembangan dapat mencegah terjadinya permasalahan kesehatan pada Balita, seperti Stunting, gangguan nutrisi, penurunan kejadian infeksi dan sakit. Peningkatan kemampuan orang tua dalam teknik pijat bayi dapat dilakukan melalui pelatihan secara demonstrasi. Teknik pelatihan demonstrasi memberikan kesempatan pada orang tua untuk melihat secara langsung langkah demi langkah teknik pemijatan, mempraktikkan kembali dan mendiskusikan kepada narasumber jika ada kesulitan atau ketidakpahaman. Hal ini terbukti dari hasil penelitian sebagai berikut : 1) skor penilaian ketrampilan sebelum mengikuti pelatihan pijat bayi dengan demonstrasi sebesar 64,14. 2) skor penilaian ketrampilan setelah mengikuti pelatihan pijat bayi dengan demonstrasi sebesar 71,76. 3) adanya selisih rata-rata skor hasil sebelum dan setelah pelatihan sebesar -7,6 yang menunjukkan adanya peningkatan skor ketrampilan pijat bayi pada orang tua. 4) adanya pengaruh demonstrasi dengan peningkatan ketrampilan ibu dalam pijat bayi, dengan nilai korelasi sebesar 0,458 dengan nilai signifikansi 0,000 (0.05).

DAFTAR PUSTAKA

- Carolyn, Bunga Tiara, Suprihatin Suprihatin, and Clara Agustin. 2020. "Pijat Bayi Dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan Pada Bayi." *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia* 10(02): 28–33.
- Dede Salim, Devi A, Nurul F. 2018. "Upaya Meningkatkan Pemahaman Konsep Siswa Melalui Penerapan Metode Demonstrasi Pada Mata Pelajaran Ipa." *Jurnal Cakrawala Pendas* 4(2): 9–16.

<https://core.ac.uk/download/pdf/228882831.pdf>.

Dewanti, Rahmi, and A Fajriwati. 2020. "Metode Demonstrasi Dalam Peningkatan Pembelajaran Fiqih." *Jurnal Kajian Islam Kontemporer* 11(1): 88–98.

Endayani, TB, Cut Rina, and Maya Agustina. 2020. "Demonstration Method to Improve Student Learning Outcomes." *Al - Azkiya : Jurnal Ilmiah Pendidikan MI/SD* 5(2): 150–58.

Hanifa, Fatya Nurul. 2022. "Pengaruh Pijat Bayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi." *Jurnal Kesehatan* 11(1): 27–32.
<https://jurnal.uym.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/424>.

Imelda, Dewi Qomariah. 2025. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. ed. Fitri Rejeki. PT Kimhsafi Alung Cipa.

Isy Royhanaty, Sonhaji, Tri Widyaningsih. 2019. "Peran Orang Tua Dalam Stimulasi Perkembangan Anak Balita." *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan STIKES Widya Husada*, 10 nomor 2(Stimulasi pertumbuhan dan perkembangan): 10. [http://eprints.unkaha.ac.id/368/1/9.peran orang tua.pdf](http://eprints.unkaha.ac.id/368/1/9.peran%20orang%20tua.pdf).

Lestari, T.R.P. 2023. "Stunting Di Indonesia: Akar Masalah Dan Solusinya." *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual dan Strategis* XV(14): 21–25.

Nikmah. 2022. *Keajaiban Pijat Bayi*. Pertama. Penerbit NEM.

Nopalina S, Parningotan S, Plora N. 2022. "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi." *Indonesian Health Issue Pengaruh* 1 Nomor 1(Baby Massage Weight): 83–89.
<https://inhis.pubmedia.id/index.php/inhis/article/view/15/14>.

Nurul Aeni, Yuhandini, Diyah Sri. 2018. "162 Jurnal Care Jurnal Care, No.2, Tahun 2018." *Jurnal Care* Vol .6(2): 162–74.

Probosiwi, Hardiana, Emy Huriyati, and Djauhar Ismail. 2017. "Stunting Dan Perkembangan Anak Usia 12-60 Bulan Di Kalasan." *Berita Kedokteran Masyarakat* 33(11): 559.

Purnaning Yuni Candra Eka Putri, Pertami Sumirah Budi, and Pujiastuti Nurtul. 2023. "Stimulus Orang Tua Dan Status Gizi Dalam Hubungannya Dengan Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* 14(1): 170–74. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>.

Purwanti, Sugi. 2024. "Analisis Bounding Attachment Sebelum Dan Setelah Pelaksanaan Pijat Bayi." *Ensiklopedia of Journal* 6 No.2 Edi. <https://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8-3/index.php/ensiklopedia/article/view/2145>.

Rosidi, Indah Yun Diniaty, and Lili Purnamasari. 2021. "Sosialisasi Dan Simulasi Tentang Pemijatan Bayi Untuk Mendukung Tumbuh Kembang Bayi." *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(1): 63.

Rosli, Utami. 2001. *Pedoman Pijat Bayi Prematur Dan Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta: Niaga Swadaya.

Sadiman, and Islamiyati. 2019. "Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan , Lama Waktu Tidur Dan Kelancaran Buang Air Besar The Effectiveness of Baby Massage Against Increased Weight , Long Sleep Time and Pendahuluan Penyebab Kematian Neonatal Tertinggi Di Provinsi Lampung." 12(2): 9–16.

Sulistyowati, Elya Ani, and Anindhita Yudha. 2022. "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Di Desa Matesih Kecamatan Matesih

Kabupaten Karanganyar.” *Jurnal Stethoscope* 2(2): 87–95.

Wulandari, Ayu, and Herlin Fitriana Kurniawati. 2023. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stunting.” *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan* 2(01): 51–58.

Yulianingsih, Endah, and Puspita Sukmawaty Rasyid. 2020. “Pijat Bayi Berpengaruh Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan.” *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)* 7(1): 20–28.

Banyumas Masuk 6 Besar Terbaik Jateng Dalam Penanganan Stunting Tahun 2022 | Pemerintah Kabupaten Banyumas akses tanggal 29 Juni 2025

WHO 2025 Stunting prevalence among children under 5 years of age (% height-for-age <-2 SD) (survey-based estimates) akses tanggal 29 Juni 2025

WHO 2025 Indonesia akses tanggal 29 Juni 2025

Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes akses tanggal 29 Juni 2025