

**PENGARUH *MASSAGE* BAYI TERHADAP TIDUR
PADA BAYI: *NARRATIVE REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh:
'Arifah Nurul Muthmainnah
1710301128

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI S1
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2021**

PENGARUH *MASSAGE* BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA BAYI: *NARRATIVE REVIEW*

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:
'Arifah Nurul Muthmainnah
1710301128

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan
Program Studi Fisioterapi S1 Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : Dita Kristiana, S.ST., MH
Tanggal : 5 Oktober 2021

Tanda Tangan :



UNISA
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENGARUH MASSAGE BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA BAYI: NARRATIVE REVIEW¹

Arifah Nurul Muthmainnah², Dita Kristiana³

ABSTRAK

Latar Belakang: Tidur merupakan salah satu kebutuhan paling penting bagi bayi dalam kehidupan sehari-hari. Bayi yang mengalami masalah tidur dapat mengganggu pada pertumbuhan bayi baik secara fisik maupun psikis. Mengingat kasus permasalahan tidur pada bayi di Indonesia terbilang banyak, maka perlu dilakukan pengkajian mengenai pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi menggunakan *narrative review*. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi. **Metode:** Metode penelitian yang digunakan yaitu *narrative review* dengan *framework* PICO (*Population/Patiens/Problem, Intervention, Comparison, Outcome*). Pencarian artikel jurnal menggunakan *database* (*PubMed, Garuda, Google Scholar*) sesuai *keywords* yang telah ditentukan. **Hasil:** Hasil keseluruhan artikel dari 3 *database* yaitu 129 jurnal. Setelah *discreening* judul dan *full text* diperoleh 10 jurnal yang membuktikan bahwa *massage* efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada bayi. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pemberian *massage* terhadap peningkatan kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan.

Kata Kunci : Bayi, *Massage*, Kualitas Tidur

Daftar Pustaka: 22 referensi (2011-2021)

¹Judul Skripsi

²Mahasiswi Program Studi Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE EFFECT OF BABY MASSAGE ON SLEEP QUALITY IN INFANTS: A NARRATIVE REVIEW¹

Arifah Nurul Muthmainnah², Dita Kristiana³

ABSTRACT

Background: Sleep is one of the important needs for infants in daily life. Infants who have sleep problems can interfere with their growth both physically and psychologically. Considering that there are many cases of sleep problems in infants in Indonesia, it is necessary to study the effect of baby massage on sleep quality in infants using the narrative review method. **Objective:** The study aims to determine the effect of baby massage on the quality of sleep in infants. **Method:** The research method used narrative review with the PICO framework (Population/Patients/Problem, Interventions, Comparison, Outcome). The search of the journal articles used databases (PubMed, Garuda, Google Scholar) according to predetermined keywords. **Result:** The search found 129 journal articles from 3 databases. After screening the title and full text, 10 journals were obtained which proved that baby massage was effective in improving the quality of sleep in infants. **Conclusion:** There is an effect of baby massage to improve sleep quality in infants aged 0-6 months.

Keywords : Infant, Massage, Sleep Quality

References : 22 References (from 2011 to 2021)

¹Title

²Student of Physiotherapy Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hiscock 2012 di Melbourne Australia terdapat 32% kejadian berulang masalah tidur pada bayi. Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2012 dalam jurnal *Pediatrics* sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur (Sinaga & Laowo, 2019). Di Indonesia, cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2%. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai suatu masalah (Permata, 2017). Diperoleh data sebanyak 80% bayi sulit tidur pada malam hari dengan jumlah tidur kurang dari 13 jam per hari dan 20% tidur normal rata-rata 14 jam per hari di Desa Bedadung Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember (Akib, 2017).

Bayi yang mengalami masalah tidur dapat mengganggu pada pertumbuhan bayi (Sukmawati, 2020). Terkadang bayi terlihat selalu rewel, menangis, dan sulit tidur kembali selama tidur. Apabila hal ini sering terjadi pada kebiasaan tidur bayi, maka akan mempengaruhi pertumbuhannya baik secara fisik maupun psikis (Fauziah, 2018). Penatalaksanaan fisioterapi untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi yaitu dengan *massage*. *Massage* merupakan sentuhan pada kulit yang banyak memberi manfaat bagi bayi meliputi dapat membantu rileksasi, mengubah gelombang otak menjadi positif, memperbaiki sistem sirkulasi darah dan pernapasan sehingga meningkatkan aliran oksigen dan

nutrisi ke sel, serta meningkatkan daya tahan tubuh (Muawamah, 2019).

Menurut Sukmawati (2020), *massage* bayi dapat meningkatkan kualitas tidur bayi dengan jumlah 73,3% responden usia 0-6 bulan. Sedangkan menurut Fauziah (2018), menyatakan bahwa tidak ada pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi.

Mengingat kasus permasalahan tidur pada bayi di Indonesia yang terbilang banyak, serta belum ditemukan penelitian yang melakukan *review* tentang pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi, maka perlu dilakukan pengkajian mengenai pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi menggunakan metode *narrative review*.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam *narrative review* ini yaitu bagaimana pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas pada tidur bayi?

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan yaitu *narrative review* dengan menggunakan identifikasi PICO (*Problem/Population/Patient, Intervention, Comparison, Outcome*).

Tabel 1 PICO

P	I	C	O
Bayi 0-6 bulan dengan masalah tidur	<i>Massage</i> Bayi	-	Kualitas Tidur

Kriteria seleksi *narrative review* sebagai berikut:

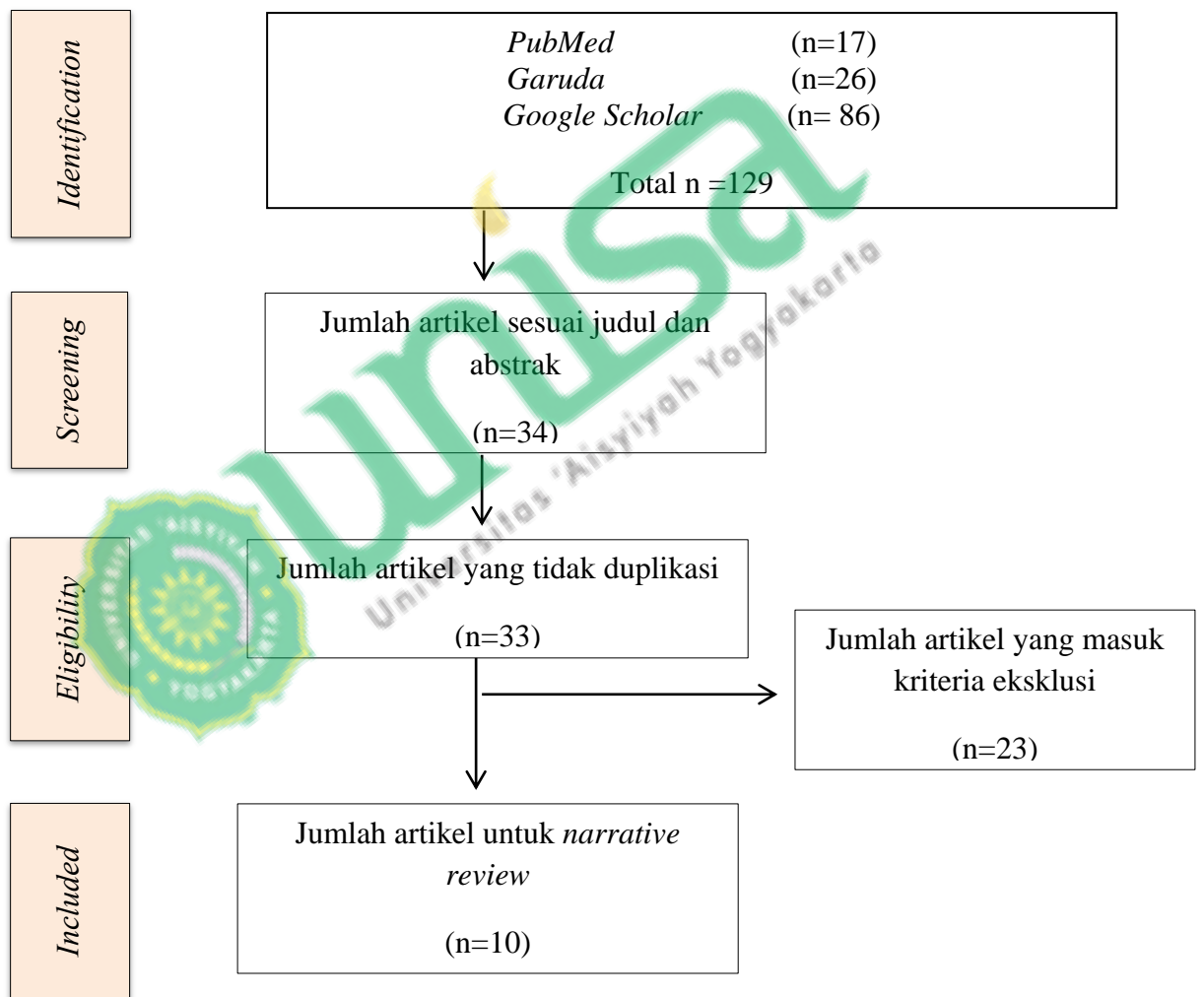
Tabel 2 Kriteria Inklusi Dan Kriteria Eksklusi

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
a. Artikel nasional dan internasional	a. Artikel berbayar
b. Artikel yang berbahasa Indonesia dan Inggris	b. Artikel dalam bentuk naskah publikasi
c. Artikel yang diterbitkan 10 tahun terakhir (2011-2021)	

- d. Artikel *full text*
- e. Artikel yang membahas tentang pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi
- f. Subyek pada bayi rentang usia 0 bulan sampai 6 bulan

Untuk mencari artikel yang relevan, penulis menggunakan 3 database yaitu, *PubMed*, *Garuda*, Dan *Google Scholar* dengan *keywords* “Bayi 0-6 bulan dengan masalah tidur” OR “*Baby 0-6 months with*

sleep problems” AND “*Massage bayi*” OR “*Baby massage*” AND “Kualitas tidur” OR “*Sleep quality*”. Proses *screening* artikel dibuat bagan sebagai berikut:



Gambar 1 PRISMA *Flowchart*

HASIL

Tabel 3 Hasil Ulasan *Narrative Review*

No	Judul/Penulis/Tahun	Negara	Tujuan Penulisan	Jenis Penelitian	Pengumpulan Data	Populasi/Jumlah Sampel	Hasil
1	<i>Effectiveness Of Infant Massage On Strengthening Bonding And Improving Sleep Quality</i> (Hartanti, Salimo, & Widyaningsih 2019)	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh <i>massage</i> bayi terhadap <i>bonding attachment</i> antara ibu dan bayi 3-6 bulan serta kualitas tidur bayi.	<i>Randomized Controlled Trial (RCT) design</i>	Kuesioner <i>Brief Sleep Questionnaire (Bisq)</i>	Total responden sebanyak 120 orang dibagi menjadi dua. Grup A (n=60) kelompok <i>massage</i> . Grup B (n=60) kelompok <i>non massage</i> .	Ada perbedaan yang signifikan dalam durasi tidur bayi antara kelompok <i>massage</i> dan kelompok <i>non massage</i> pada sebelum dan sesudah <i>treatment</i> (d=2.79; p<0.0001)
2	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Desa Pasar Latong Kecamatan Lubuk Barumon Kabupaten Padang Lawas Tahun 2019 (Rambe, 2019)	Indonesia	Penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengaruh <i>massage</i> bayi terhadap kualitas tidur bayi 0-6 bulan di Desa Pasar Latong	<i>Pre-experimental design</i> , dengan jenis <i>pre-test and post-test one group design</i>	Total <i>sampling</i>	Total responden sebanyak 39 orang yang dibagi menjadi dua. Grup A (n=20) kelompok tanpa <i>massage</i> . Grup B (n=19) kelompok dengan <i>massage</i> .	Ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi dengan nilai <i>p-value</i> 0,0001 dimana p< 0,005

			Kecamatan Lubuk Barumon Kabupaten Padang Lawas Tahun 2019				
3	Efek Pemberian <i>Massage</i> Bayi Dapat Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Normal Usia 0-6 Bulan (Muawamah, Lesmana, & Dumilah 2019)	Indonesia	Tujuan penelitian ini untuk membuktikan bahwa <i>massage</i> mampu meningkatkan kualitas tidur bayi 0-6 bulan	Eksperimental murni dengan <i>randomized pre-test and post-test group design</i>	Wawancara dengan kuesioner dan observasi	Total 10 responden dalam satu kelompok diberi intervensi <i>massage</i> bayi	Ada manfaat yang signifikan dalam pemberian <i>massage</i> bayi yang memberi efek terhadap kualitas tidur bayi normal usia 0-6 bulan ($p=0,005$)
4	<i>The Effectiveness Baby Massage To The Baby's Sleeping Quality</i> (Sukmawati, Didik, Imanah, & Serulingmas 2020)	Indonesia	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi	<i>Pre-eksperimental</i> dengan pendekatan <i>pre-test post-test one group design</i>	Teknik <i>sampling</i> total <i>population</i>	Total 30 responden dengan <i>massage</i> bayi	Pijat bayi efektif dalam meningkatkan kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan (p -value sebesar 0,034)
5	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di	Indonesia	Tujuan dari penelitian ini untuk	<i>Quasy experimental design with</i>	Teknik <i>sampling</i> tidak random	Total 20 responden dibagi menjadi dua. Grup A (n=10)	Hasil <i>Uji Statistic Mann-Whitney</i>

	Bidan Praktek Mandiri Nurul Umaira Titi Papan Tahun 2019 (Zaen & Arianti 2019)		mengetahui bahwa pijat bayi dapat meningkatkan tidur bayi usia 3-6 bulan di Bidan Praktek Mandiri Nurul Umaira Tahun 2019	<i>nonequavalein control group</i>		dengan pijat bayi. Grup B (n=10) tanpa pijat bayi	menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi pada kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan dengan nilai (p=0,002)
6	Efektivitas Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Cahaya Bunda (Cahyani & Prastuti, 2020)	Indonesia	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pijat terhadap kualitas tidur pada bayi di Klinik Cahaya Bunda	<i>Quasy experiment</i>	Teknik total <i>sampling</i> dengan observasi dan kuesioner <i>Brief Infant Sleep Questionnaire</i>	Total 68 bayi dibagi menjadi dua. Grup A (n=34) tanpa <i>massage</i> . Grup B (n=34) <i>massage</i> .	Hasil <i>Uji Statistic Chi Square</i> dengan derajat kepercayaan 95% p=0,05 didapatkan pijat bayi efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi dengan (p=0,003)
7	Hubungan Pemberian <i>Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Kelurahan Tonja Denpasar Utara (Negara, Winaya, Adayani, &	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pemberian <i>massage</i>	<i>Cross sectional</i> dengan teknik <i>consecutive sampling</i>	Kuesioner	Total 54 responden terdiri dari dua kelompok. Grup A (n=27) dengan <i>massage</i> . Grup B (n=27) tidak	Diperoleh hasil p=0,000 sehingga p<0,05 maka disimpulkan bahwa terdapat

	Sundari 2021)		terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan			dengan <i>massage</i>	hubungan yang signifikan antara pemberian <i>massage</i> terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Tonja Denpasar Utara
8	<i>The Effect Of Massage On The Quality Of Sleeping In Babies 3-4 Months Old At Gelatik And Nuri IHCS Of Tanjung Unggat Village Of Tanjungpinang In 2014</i> (Dwi, Aminin, & Gunnara 2014)	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan apakah ada perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah <i>massage</i> pada bayi usia 3-4 bulan di Gelatik dan Nuri IHC (Integrated Health Center) Desa Tanjungunggat Kota Tanjungpinang	<i>Quasy experiment study with a pretest-posttest</i>	Wawancara dan observasi	Total 17 responden bayi	Tidak ada perbedaan yang signifikan antara durasi tidur bayi sebelum dan sesudah <i>massage</i> (p=0,414)
9	Pengaruh Pijat Bayi	Indonesia	Tujuan	<i>Pre-</i>	Kuesioner a	Total 15 responden	Ada pengaruh

	Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-4 Bulan (Tang, 2018)		penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-4 bulan	<i>experimental design with one group pretest-posttest</i>	<i>Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems dan Morrel's Infant Sleep Questionnaire</i>	bayi	signifikan antara pijat bayi dan kualitas tidur bayi ($p=0,003$) pijat bayi efektif dalam memberikan pengaruh terhadap kualitas tidur pada bayi
10	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan (Anggraini & Sari 2020)	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi dengan kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan	<i>Pre-experimental design one group pretest-posttest</i>	Kuesioner	Total 30 responden bayi	Ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan di <i>Moza Mon And Baby Spa</i> Surabaya dengan nilai <i>p-value</i> 0,002

PEMBAHASAN

Massage termasuk dalam faktor eksternal yaitu faktor lingkungan postnatal stimulasi taktil (Tang, 2018). Menurut Hartanti, Salimo, & Widyaningsih (2019), pijat bayi merupakan pendekatan yang memberikan kontribusi penting bagi kesejahteraan psikologis dan fisiologis bayi dan ibu serta membentuk hubungan yang harmonis. Pijat bayi secara teratur dapat membantu orang tua untuk memahami keinginan bayi dengan bahasa isyarat. Pelatihan *massage* didampingi oleh *enumerators* selama 5-7 hari pertama selanjutnya dilakukan secara mandiri oleh para ibu bayi selama 30 hari.

Menurut Rambe (2019), kualitas tidur merupakan keadaan fisiologis yang dapat memulihkan sel otak seperti seperti semula saat bangun tidur. Kualitas tidur yang baik ditujukan pada jumlah jam tidur yang cukup, mudah tidur di malam hari, dan tidak rewel. Pijat bayi dilakukan 4-5 kali dalam 1 bulan. Menurut Muawamah, Lesmana, & Dumilah (2019), *massage* dapat meningkatkan kadar serotonin yang menghasilkan melatonin yang tugasnya membuat tidur lebih lama dan terlelap pada malam hari. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur yaitu faktor internal (kondisi kesehatan dan usia) dan faktor eksternal (lingkungan). *Massage* diberikan 15 menit, 3 kali seminggu selama 1 bulan.

Menurut Sukmawati & Nur Imanah (2020), efek pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur bayi dan mengurangi tangisan bayi. Bayi yang lahir kurang dari 36 minggu dengan berat lahir <2,5 kg mendapat pijatan sampai usia 8 bulan. Menurut Zaen & Ariyanti (2019), efek pijat bayi yaitu mengendalikan hormon stress sehingga bayi mudah tertidur, merasa nyaman, bayi tidur lebih tenang, tidak rewel ketika bangun dan buang air

kecil yang lancar. *Massage* dilakukan 2x15 menit setiap minggu dalam jangka waktu 5 minggu.

Menurut Cahyani & Prastuti (2020), sentuhan dan tekanan lembut dari *massage* menyebabkan pelepasan hormon oksitosin (fungsinya menurunkan hormon stress) dan hormon endorphin (hormone untuk meredakan nyeri dan menghilangkan rasa tidak nyaman). *Massage* dilakukan selama 15 menit. Menurut Negara, Winaya, Andayani, & Sundari (2021), *massage* bayi menyebabkan ujung-ujung saraf di permukaan kulit bereaksi sehingga mengaktifkan sistem saraf parasimpatis sehingga merangsang sel enterochromaffin untuk mengeluarkan hormon serotonin yang dapat menginduksi rasa kantuk dan ketenangan. Menurut Dewi, Aminin, & Gunnara (2014), peningkatan lama tidur pada bayi disebabkan adanya peningkatan kadar sekresi serotonin. *Massage* dilakukan setiap hari selama 6 hari.

Menurut Tang (2018), *massage* merupakan bentuk terapi yang kompleks dimana melibatkan sentuhan fisik dengan emosional. Pijat bayi dilakukan sebanyak 6 kali selama 2 minggu. Menurut Anggraini & Sari (2020), pemijatan dapat mengubah gelombang otak dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta teta yang dibuktikan dengan *Elektro Encephalogram* (EEG). *Massage* dilakukan selama 15 menit, 3 kali dalam seminggu selama 2 minggu.

Secara keseluruhan penelitian ini, *massage* bayi yang paling minimal 2 minggu sebanyak 3 kali per minggu, *treatment* selama 15 menit sudah memberi dampak bagi bayi yang mengalami masalah tidur.

KESIMPULAN

1. Ada pengaruh yang signifikan pada pemberian *massage* bayi

terhadap kualitas tidur pada bayi usia 0-6 bulan

2. Pemberian *massage* selama 15 menit dilakukan 2-3x per minggu selama 1 bulan.

SARAN

1. Profesi Fisioterapi
Dapat mengembangkan promosi dan edukasi tentang menerapkan *massage* bayi kepada masyarakat khususnya orangtua untuk meningkatkan kualitas tidur.
2. Peneliti Selanjutnya
Melanjutkan penelitian ini serta menambah informasi mengenai pengaruh *massage* bayi terhadap kualitas tidur pada bayi
3. Masyarakat
Melakukan *massage* yang benar secara rutin untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi.

DARTAR PUSTAKA

- Akib, H. & Merina N. D. (2017). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Pada Bayi di Desa Beradung Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi*. 6(1): 462-468.S
- Anggraini, R. D., & Sari, W. A. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan. 10(1): 25-32.
- Baker, J. D. (2016). *The Purpose, Process, and Methods of Writing a Literature Review*. *AORN Journal*. 103(3): 265-269.
- Cahyani, M. & Prastuti, B. (2020). Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*. 4(2): 39-45.
- Dewi, U., Aminin, F., & Gunnara, H. (2014). Pengaruh Pemijatan terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tanjungggat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjungpinang Tahun 2014. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*. 1(3): 230-235.
- Fauziah, A. & Wijayanti H. N. (2018). *Effect Of Baby Massage To Increase Weight And Baby Sleep Quality At Jetis Public Health Center Yogyakarta*. *Placemntum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. Vol 6(2): 14-19.
- Hartanti, A. T., Salimo, H., & Widyaningsih, V. (2019). *Effectiveness of Infant Massage on Strengthening Bonding and Improving Sleep Quality*. *Indonesian Journal of Medicine*. 4(2): 165-175.
- Muawanah, S., Lesmana, S., & Dumilah, R. (2019). Efek Pemberian *Massage* Bayi Dapat Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Normal Usia 0 – 6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*. 2(1): 27-34.
- Muawamah, S., Zaimsyah, F. R., & Samosir, N. R. (2019). Efek Pemberian *Massage* Bayi Dapat Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Normal Usia 0 – 6 Bulan di Posyandu Permata Hati. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*. Vol.3 No.1: 48-54.
- Negara, L. K. A. J. D., Winaya, I. M. N., Andayani, N. L. N., & Sundari, L. P. R. (2021). Hubungan Pemberian *Massage* Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3-6 Bulan Di Kelurahan Tonja Denpasar Utara. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*. 9(1): 45.
- Permata, Ayu. (2017). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Lama Tidur Malam Pada Bayi 3-

- 6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Al Irsyad (JKA)*. X(1): 37-45.
- Rambe, K. S. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan di Desa Pasar Latong Kecamatan Lubuk Barumun Kabupaten Padang Lawas Tahun 2019 Kumala Sari Rambe. *Jurnal Ilmiah Simantek*. 3(4): 71-77.
- Sinaga, A. & Laowo, N. (2020). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*. 3(1): 27-31.
- Sukmawati, E., Didik, N., Imanah, N., & Serulingmas, S. (2020). *The Effectiveness Baby Massage To The Baby's Sleeping Quality*. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*. 13(1): 11-18.
- Tang, A. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Bayi Usia 1-4 Bulan. *Global Health Scienc*. 3(1): 12-16.
- Zaen, N. & Arianti, R. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Bidan Praktek Mandiri Nurul Titi Papan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*. 5(2): 87-94.

