

Penerapan Baby Massage untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita Stunting di Desa Mopusi Kec. Lolayan

Alhidayah R Mallorong¹, Grace Revalin Kartowijoyo², Fika Sari Paputungan³, Febriana Eka Putri Makkah⁴

^{1,2,3,4} Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Indonesia

Received : 1 Desember 2025, Revised : 21 Desember 2025, Published : 12 Januari 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Grace Revalin Kartowijoyo

E-mail: revalinkartowijoyo23@gmail.com

Abstrak

Stunting pada balita merupakan permasalahan gizi kronis yang berpengaruh negatif terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Salah satu intervensi non-farmakologis yang menjanjikan adalah baby massage (terapi pijat bayi), yang dapat menstimulasi sistem pencernaan dan meningkatkan nafsu makan. Artikel ini mengkaji penerapan baby massage sebagai strategi intervensi pada balita stunting melalui tinjauan literatur dan contoh-berita/penelitian terkini. Berdasarkan studi kasus dan penelitian kuasi-eksperimental, pijat seperti Tui Na atau acupressure menunjukkan efektivitas meningkatkan frekuensi makan, porsi makan, serta aliran darah ke organ pencernaan. Artikel ini juga menganalisis tantangan implementasi, seperti pemahaman orang tua dan pelatihan terapis, serta rekomendasi program intervensi berbasis komunitas. Kesimpulan menunjukkan bahwa baby massage adalah intervensi yang layak serta efektif sebagai bagian dari upaya integratif pencegahan dan penanganan stunting di balita, terutama bila dikombinasikan dengan edukasi orang tua.

Kata kunci - baby massage, stunting, nafsu makan, balita, intervensi non-farmakologis

Abstract

Stunting in toddlers is a chronic nutritional problem that negatively affects children's physical growth and cognitive development. One promising non-pharmacological intervention is baby massage, which can stimulate the digestive system and increase appetite. This article examines the application of baby massage as an intervention strategy for stunted toddlers through a literature review and examples from recent reports and studies. Based on case studies and quasi-experimental research, massage techniques such as Tui Na or acupressure have shown effectiveness in improving eating frequency, food intake, and blood flow to digestive organs. This article also analyzes implementation challenges, such as parental understanding and therapist training, as well as recommendations for community-based intervention programs. The findings show that baby massage is a feasible and effective intervention as part of an integrative effort to prevent and manage stunting in toddlers, especially when combined with parental education.

Keywords - baby massage, stunting, appetite, toddlers, non-pharm

How to Cite : Mallorong, A. R., Kartowijoyo, G. R., Paputungan, F. S., & Putri Makkah, F. E. (2026). Penerapan Baby Massage untuk Meningkatkan Nafsu Makan pada Balita Stunting di Desa Mopusi Kec. Lolayan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka, 4(3), 2875 - 2881. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.860>

Copyright ©2026 Alhidayah R Mallorong, Grace Revalin Kartowijoyo, Fika Sari Paputungan, Febriana Eka Putri Makkah

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang hingga kini masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di berbagai negara berkembang, termasuk Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan kegagalan pertumbuhan linear akibat malnutrisi jangka panjang, infeksi berulang, serta kurangnya stimulasi yang adekuat. Anak yang mengalami stunting tidak hanya memiliki tinggi badan di bawah standar usianya, tetapi juga berisiko menghadapi hambatan perkembangan kognitif, motorik, dan sosial yang dapat berdampak pada kualitas hidup jangka panjang (Sulistyawati, 2023). Pemerintah Indonesia menetapkan penurunan prevalensi stunting sebagai prioritas nasional, mengingat dampaknya yang luas terhadap produktivitas generasi masa depan dan beban ekonomi negara (Widaryanti et al., 2024).

Salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting adalah asupan gizi yang tidak memadai, yang sering kali dipengaruhi oleh kurangnya nafsu makan pada balita. Nafsu makan rendah menyebabkan anak tidak mampu memenuhi kebutuhan energi dan nutrisinya, sehingga proses pertumbuhan menjadi terhambat (Suryati et al., 2023). Berbagai intervensi telah dikembangkan untuk mengatasi persoalan ini, mulai dari pemberian makanan tambahan (PMT), suplementasi mikronutrien, edukasi gizi bagi orang tua, hingga intervensi medis ketika diperlukan (Khalifatunnisak et al., 2023). Namun, intervensi yang bersifat non-farmakologis juga semakin menarik perhatian karena aman, mudah diterapkan, dan memiliki bukti ilmiah yang mendukung (Agni et al., 2025).

Salah satu intervensi non-farmakologis yang banyak diteliti adalah baby massage atau pijat bayi. Pijat bayi merupakan metode stimulasi sentuhan yang bertujuan untuk meningkatkan kenyamanan, menstabilkan fungsi fisiologis, serta mendukung perkembangan bayi dan balita (Dini Lita & Susanti, 2023). Secara fisiologis, pijat bayi diketahui mampu merangsang saraf vagus yang berperan dalam meningkatkan aktivitas sistem pencernaan (Fitriani & Novita, 2024). Aktivitas vagal yang meningkat mendorong sekresi enzim pencernaan, memperbaiki motilitas usus, serta mengoptimalkan penyerapan nutrisi (Noflidaputri et al., 2024). Selain itu, pijat bayi juga dapat meningkatkan aliran darah perifer, menurunkan kadar hormon stres (kortisol), dan membuat anak lebih rileks sehingga pola makan dan tidur menjadi lebih baik (Sulistyawati, 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa teknik pijat seperti baby massage, Tui Na, dan acupressure terbukti dapat meningkatkan frekuensi dan porsi makan pada balita, termasuk pada anak yang mengalami stunting atau gangguan nafsu makan kronis (Wulan et al., 2025; Agni et al., 2025). Efek relaksasi yang ditimbulkan pijatan juga dapat meningkatkan ikatan emosional antara orang tua dan anak, sehingga mendukung lingkungan tumbuh kembang yang lebih positif (Diniyati & Aulia, 2023). Dengan semakin banyaknya temuan mengenai manfaat pijat bayi, metode ini menjadi salah satu intervensi yang potensial untuk diintegrasikan ke dalam program penurunan stunting, terutama melalui posyandu, puskesmas, dan kader kesehatan masyarakat (Khalifatunnisak et al., 2023). Meskipun demikian, pelaksanaan pijat bayi di lapangan masih menghadapi beberapa kendala. Pengetahuan orang tua mengenai teknik pijat yang benar sering kali terbatas, sementara akses kepada tenaga terlatih belum merata. Di sisi lain, masih terdapat anggapan keliru di masyarakat bahwa pijat bayi hanya bertujuan menenangkan atau menidurkan anak, padahal manfaatnya jauh lebih luas (Widaryanti et al., 2024). Oleh karena itu, diperlukan kajian komprehensif mengenai penerapan pijat bayi sebagai strategi peningkatan nafsu makan pada balita stunting, agar intervensi ini dapat menjadi bagian dari pendekatan holistik (Sulistyawati, 2023).

Salah satu upaya untuk stimulasi tumbuh kembang pada bayi/balita adalah pijat bayi. Pijat bayi/balita merupakan metode pengobatan tertua di dunia, menggunakan gosokan yang kuat untuk melemaskan sendi yang terlalu kaku (Carolin et al., 2020). Pijat bayi merupakan perawatan rutin untuk bayi yang sudah dikenal oleh Masyarakat sejak lama. Pijat bayi mengungkapkan rasa kasih sayang antara orang tua dan anaknya melalui sentuhan kulit yang luar biasa (Merinda & Hanifa, 2022). Pijat bayi berdampak pada perkembangan motorik kasar dan halus bayi usia 3 hingga 24 bulan. Perkembangan motorik ditandai dengan kemampuan mengontrol lengan, kemampuan mengontrol badan, kemampuan mengontrol tungkai dan kemampuan koordinasi jari tangan. Pijat bayi meningkatkan hubungan emosi antara orang tua dan bayi sehingga dapat menstimulasi perkembangan prosomal social bayi, selain itu gerakan remasan pada pijat bayi berfungsi untuk menguatkan otot bayi sehingga dapat menstimulasi perkembangan motoriknya (Merinda & Hanifa, 2022).

Kualitas tidur merupakan suatu mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang di dapatkan Ketika seseorang tidur. Penatalaksanaan pijat bayi akan memicu hormon endrofin dan oksitosin yang diproduksi tubuh untuk menghilangkan nyeri dan membuat tubuh menjadi lebih rileks. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi berdasarkan literature review. Desain yang di gunakan dalam penelitian adalah studi literature review, dengan kriteris literature pengaruh, pijat bayi, kualitas tidur bayi.

Pijat bayi menggunakan minyak urut berbahan dasar lokal dengan nama ZeNuNa oil yang merupakan minyak urut dengan bahan lokal Sumba. Zenuna oil terdiri dari Zekura (Genoak/Acorus calamus), Nuu (Kelapa/Minyak kelapa murni/VCO) dan Lona Rara (Bawang merah/Allium cepa l. var. aggregatum). Zenuna oil digunakan untuk urut/pijat dengan berbagai manfaat, diantaranya meningkatkan kualitas tidur, memperbaiki keseimbangan hormon, meredakan nyeri, menjaga kesehatan pencernaan, meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga kesehatan kulit (Boa et al., 2024)

Pijat bayi/balita juga bermanfaat untuk memperbaiki kualitas tidur bagi bayi/balita. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Erlina et al., (2023), menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat pada bayi terhadap kualitas tidur pada bayi usia 1-12 bulan. Sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa terapi pijat merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan kualitas tidur (Lutfiani et al., 2022). Pemijatan yang dilakukan kepada anak akan meningkatkan kadar hormon serotonin yang dapat mensekresi melatonin serta mengurangi kadar adrenalin. hal ini berperan dalam tidur dan membuat tidur lebih lelap. Proses pematangan otak terjadi ketika bayi tidur ditahap rapid eye movement (REM) (Afriyani et al., 2021). Kematangan otak dibutuhkan bayi untuk belajar bermacam hal. Bayi yang kurang tidur akan menurunkan sistem kekebalan tubuh, sehingga bayi mudah sakit. Selain itu hormon pertumbuhan akan terganggu, sehingga pertumbuhan bayi terganggu, maka dari itu bayi harus mempunyai kualitas tidur yang cukup agar proses pematangan otak tidak terganggu. Selain untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur, dimana bayi yang rutin di pijat akan cenderung memiliki berat badan yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak dipijat secara rutin (Dieter et al., 2003).

Penggunaan minyak kelapa murni (VCO) untuk pijat adalah salah satu cara untuk membantu bayi makan lebih banyak nutrisi. Asam lemak jenuh jenis rantai sedang atau asam lemak jenuh medium chain (MCFA) yang mudah diserap kulit termasuk dalam VCO. Sangat baik untuk kulit bayi karena mengandung banyak vitamin E. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi dengan minyak kelapa murni (VCO) meningkatkan berat badan bayi lebih banyak daripada pijat dengan minyak mineral (Meiranny et al., 2023).

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi (Dermawan et al., 2022). Kondisi stunting ditandai dengan kondisi fisik yang tidak normal yaitu tinggi badan dari penderita dibawah standard yang di tetapkan oleh Kementrian Kesehatan. (Djalilah, 2022) Keadaan ini merupakan akibat tidak maksimalnya tumbuh kembang fisik atau tumbuh kembang bayi karena adanya kekurangan gizi jangka panjang. (Hasanah et al., 2023) Kondisi stunting menjadikan seseorang mengalami tumbuh kembang (Putri et al., 2023). Pijat bayi efektif dalam mengurangi stress dan meningkatkan kualitas tidur bayi, sehingga dapat menjadi alternatif terapi untuk mengatasi stress dan gangguan tidur pada bayi. Tujuan penelitian ini Adalah untuk mengetahui penerapn pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi 0-6 bulan (wahyudhita et al., 2022). Gangguan tidur pada bayi dapat di identifikasi dengan durasi tidur malam kurang dari Sembilan jam, bangun tidur lebih dari 3 kali, dan terjaga lebih dari 1 jam. Selama tidur, bayu mungkin tampak rewel, sulit tidur Kembali, dan menagis (sari& rahmadana, 2020).

Mengingat banyaknya potensi kerentanan terhadap kesejahteraan pertumbuhan anak, pemerintah telah menetapkan tujuan yang menarik untuk mengurangi prevalensi stunting di Indonesia menjadi hanya 14% pada tahun 2024. Hebatnya, data terbaru dari Kementerian Kesehatan, terungkap dalam Rakernas, telah menunjukkan adanya penurunan angka kejadian stunting secara signifikan. Yang mengherankan, angka ini telah turun dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Untuk mencapai prestasi yang patut dipuji ini, target penurunan stunting dalam dua tahun berturut-turut ditetapkan sebesar 3,8% (Rokom, 2023). Selain pemberian makanan yang tepat, imunisasi juga penting untuk mengurangi masalah stunting. Imunisasi menjadi tindakan krusial untuk meningkatkan kekebalan individu terhadap suatu penyakit (Permenkes RI, 2013), adalah dasar dari program imunisasi yang komprehensif yang diimplementasikan oleh pemerintah. Meskipun hal yang menggembirakan adalah sebagian besar individu telah menjalani imunisasi dasar yang diperlukan, namun penting untuk mengatasi kelompok minoritas lainnya yang belum menjalani imunisasi dasar. Penting untuk diketahui bahwa anak-anak yang tidak mendapatkan imunisasi dasar lengkap akan menghadapi kemungkinan stunting yang berbahaya. Hal ini jelas menekankan hubungan yang tidak dapat disangkal antara status imunisasi anak di bawah usia 5 tahun dan kejadian stunting, menyoroti tingkat serius masalah ini (Milman et al., 2005).

Peran orang tua sangat besar dalam pencegahan dan penanggulangan masalah stunting. Hal ini dikarenakan balita masih sangat bergantung pada orang tua, terutama ibu. Peranan orang tua dalam pendidikan, pekerjaan, dan pengetahuan gizi orang tua, serta jumlah anggota keluarga. Ibu memegang peranan penting dalam mendukung upaya mengatasi masalah gizi, terutama dalam hal asupan gizi keluarga, mulai dari penyiapan makanan, pemilihan bahan makanan, sampai menu makanan. Ibu yang memiliki status gizi baik akan melahirkan anak yang bergizi baik. Kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan baik dalam jumlah maupun mutu gizinya sangat berpengaruh bagi status gizi anak. Keluarga dengan penghasilan relatif tetap, prevalensi berat kurang dan prevalensi kependekan lebih rendah dibandingkan dengan keluarga yang berpenghasilan tidak tetap (Sinulingga & Patriani, 2023). Upaya pencegahan stunting dengan farmakologi antara lain dengan pemberian multivitamin, dan micronutrien lainnya. Sedangkan non farmakologi antara lain melalui minuman herbal/jamu, pijat, akupresur, dan akupunktur. Saat ini kebanyakan orang tua mengatasi kesulitan makan dan masalah kenaikan berat badan anak sebatas pemberian multivitamin tanpa memperhatikan penyebab. Hal tersebut akan berdampak negatif jika diberikan dalam jangka waktu yang lama. Dewasa ini telah dikembangkan dari tehnik pijat bayi, yakni pijat Tui Na (Lia et al., 2023).

METODE

Metode penelitian ini adalah penyuluhan, pre experimental design dan demonstrasi, sampel penelitian ini adalah balita usia 3 tahun yang mengalami penurunan nafsu makan dan sudah mengalami stunting dan dilakukan pijat, pada hari Rabu 29 Oktober 2025 Pukul 15.00 WITA dengan 2 Sesi yaitu: untuk sesi 1 memberikan materi tentang pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan dan edukasi untuk ibu agar lebih memperhatikan pola makan balita, untuk sesi 2 yaitu demonstrasi teknik pijat balita.

Alat dan Media

Sound system, minyak dan kain dan bantal yang digunakan untuk pijat.

Analisis Data

Data hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif dengan melihat indikator peningkatan nafsu makan pada balita stunting. Hasil evaluasi kemudian dijadikan dasar untuk menilai seberapa efektif loving baby massage yang diterapkan untuk meningkatkan nafsu makan pada balita stunting dan dijadikan rekomendasi untuk menjadi acuan kepada masyarakat terutama pada ibu-ibu yang memiliki bayi atau balita pijat baby massage ini juga dapat mencegah terjadinya gangguan tumbuh kembang dan gizi kurang pada balita di Desa Mopusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilakukan di balai Desa Mopusi, Hari Rabu, 29 Oktober 2025, pukul 15.00 WITA, untuk sesi 1 yaitu pemberian materi mengenai pijat balita untuk meningkatkan nafsu makan dengan menggunakan power point. Untuk sesi 2 yaitu demonstrasi teknik pijat balita. Kegiatan dilakukan secara langsung dengan peserta 4 orang ibu yang memiliki balita yang berumur dibawah 5 tahun. Sebelum diberikan tentang pijat pada balita dan kami terlebih dahulu melakukan wawancara tentang pengetahuan ibu tentang pijat balita.

Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai Balita 0-59 Bulan Sebelum Diberikan Pendidikan Tentang Pijat Balita.

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	2	50
Cukup	1	25
Kurang	1	25
Jumlah	4	100%

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu yang memiliki balita usia 0-59 bulan mengenai pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan pada balita stunting sebelum dilakukan penyuluhan terdapat 2 orang yang mendapatkan kategori baik, 1 orang kategori cukup dan 1 orang kategori kurang.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai Balita 0-59 Bulan Setelah Diberikan Pendidikan Tentang Pijat Balita.

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	3	75
Cukup	1	25
Kurang	0	0
Jumlah	4	100%

Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu yang memiliki balita usia 0-59 bulan mengenai pijat balita untuk meningkatkan nafsu makan pada balita stunting setelah dilakukan penyuluhan terdapat 3 orang mendapatkan kategori baik, 1 orang mendapatkan kategori cukup dan 0 orang mendapatkan kategori kurang.

Hasil pengabdian ini menunjukkan terdapat perbedaan antara pre test dan post test yang dilakukan wawancara yaitu ibu yang memiliki balita sebelum dilakukan penyuluhan yaitu berpengetahuan baik sebanyak 2 orang (50%), berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (25%) dan berpengetahuan buruk sebanyak 1 Orang (25%). Sedangkan ibu yang memiliki balita usia 0-59 bulan yang telah diberikan penyuluhan dan di wawancara tentang pijat bayi memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 orang (75%), memiliki pengetahuan cukup sebanyak 1 orang (25%) dan memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 0 (0%).

Berdasarkan hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan ibu tentang pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan pada stunting menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini terlihat dari hasil post-test yang memperlihatkan bahwa Sebagian besar ibu mengalami peningkatan pemahaman dibandingkan sebelum diberikan penyuluhan. Sebanyak 3 orang (75%) berada pada kategori baik dan 1 orang (25%) berada pada kategori cukup, yang menandakan bahwa materi penyuluhan dapat diterima dengan baik dan mampu menambah wawasan ibu mengenai manfaat serta teknik pijat balita.



Gambar 1. Dokumentasi penyuluhan tentang pijat balita



Gambar 2. Dokumentasi Pijat Balita



Gambar 3. Dokumentasi Penutup

KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan baby massage menunjukkan potensi kuat sebagai salah satu intervensi pendukung dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting pada balita. Berdasarkan literatur dan penelitian, pijat bayi dapat meningkatkan fungsi pencernaan, memperlancar aliran darah, meningkatkan respons sistem saraf parasimpatik, dan merangsang hormon pertumbuhan. Hal-hal tersebut berkontribusi pada peningkatan nafsu makan dan kemungkinan penambahan berat badan. Selain itu, intervensi pijat bayi juga dapat mempererat ikatan emosional antara orang tua dan anak, yang berdampak positif terhadap kesejahteraan psikososial balita.

Namun demikian, efektivitas baby massage sangat bergantung pada konsistensi pelaksanaan, teknik yang benar, serta keterlibatan orang tua atau pengasuh secara aktif. Pelatihan bagi orang tua, demonstrasi praktis, dan edukasi yang berkelanjutan sangat penting agar pijat bayi dilakukan secara efektif dan aman. Jika diintegrasikan dalam program kesehatan masyarakat (seperti pelatihan komunitas, posyandu, atau fisioterapi), baby massage dapat menjadi strategi non-farmakologis yang relatif murah dan mudah diakses untuk mendukung penurunan prevalensi stunting.

Secara keseluruhan, baby massage bukanlah solusi tunggal, tetapi intervensi pelengkap yang sangat layak dimasukkan ke dalam paket intervensi gizi dan kesehatan anak yang holistik. Rekomendasi implementasi mencakup pengembangan modul pelatihan baby massage, monitoring secara rutin, serta kolaborasi lintas sektor (kesehatan, komunitas, pendidikan) untuk meningkatkan kemampuan orang tua dan memperkuat keberlanjutan program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika Kotamobagu atas dukungan pendanaan, serta kepada Masyarakat Desa Mopusi dan pengurus atas kerjasama dan kesempatan selama kegiatan. Dukungan semua pihak sangat berarti bagi keberhasilan program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agni, M., Risnawati, R., Hayati, I., & Sulistyorini, C. (2025). Efektivitas Pijat Tui Na Terhadap Nafsu Makan Balita Stunting. *Menara Medika*, *8*(1), 81-90.
- Lita, D. H. N., & Susanti, R. (2024). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur, nafsu makan dan kenaikan berat badan pada bayi. *Journal of Midwifery Care*, *5*(1), 95-100.
- Diniyati, L. S., & Aulia, A. A. (2021). Stimulasi nafsu makan balita dengan pijat bayi di Kampung Cijulang. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, *2*.
- Fitriani, L., Novita Nurhidayati, S. S. T., & Utomo, M. K. A. K. E. (2010). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Nafsu Makan Bayi Usia Ditas 6 Bulan di Ploklirik Fisioterapi Handicamp International Wedi Klaten Tahun 2007. *Jurnal Kebidanan*.

- Rahmawati, E., & Setiyarini, A. D. (2022). Optimalisasi Pertumbuhan Bayi Melalui Pijat Bayi. *Journal of Nursing and Health*, 7(2), 182-187.
- Sulistyawati, Henny. Pengaruh Baby Massage terhadap Peningkatan Nafsu Makan dan Tidur Berkualitas pada Balita Usia 1-5 Tahun. *Jurnal Keperawatan*, Vol. 22, No. 1, 2023.
- Putri, S. D. Y., Wijayanti, A., Apriani, M., Yulia, Y., & Arahman, S. (2025). Pijat Tui Na Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Pada Anak Dengan Usia 1-3 Tahun Di Poskesdes Kutapandan. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 14(1), 99-105.
- Wulan, R., Gunarmi, G., & Badi'ah, A. (2025). Efektivitas pijat tuina terhadap peningkatan nafsu makan bayi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 16(01), 174-179.
- Widaryanti, R., Muflih, M., Rahmayanti, D. R., Bora, F. A., & Halmawati, H. (2024). Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Balita dengan Pijat Tuina dan Edukasi Pemanfaatan Herbal. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(1), 343-351.
- Noflidaputri, R., Meilinda, V., & Hidayati, Y. (2020). Efektifitas pijat tui na dalam meningkatkan berat badan terhadap balita di wilayah kerja puskesmas lintau buo. *Maternal Child Health Care*, 2(1), 240-244.
- Siahaan, E. R. (2023). Pengaruh massage bayi terhadap kualitas tidur pada bayi (literature review). *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 5(1), 1-7.
- Merinda, Y., & Hanifa, F. N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*, 11, (1), 27-32.
- Boa, G. F. B., Widyastuti, R., Riti, D. N., & Saghu, M. M. P. (2024). *ZeNuNa OIL*.
- Dieter, J. N. I., Field, T., Hernandez-Reif, M., Emory, E. K., & Redzepi, M. (2003). Stable preterm infants gain more weight and sleep less after five days of massage therapy. *Journal of Pediatric Psychology*, 28(6), 403-411.
- Meiranny, A., Arisanti, A. Z., & Sukmana, A. D. (2023). Perbandingan efektivitas pijat bayi dengan menggunakan minyak kelapa a murni (virgin coconut oil) dengan minyak zaitun (olive oil) pada pertumbuhan bayi umur 3-6 bulan di wilayah kerja puskesmas kalibakung kabupaten tegal. *JMHSA: Journal of Midwifery and Health Science of Sultan Agung*, 2(1), 19-28.
- Putri, R. A., Sulastri, S., & Apsari, N. C. (2023). Pemanfaatan potensi lokal dalam Upaya pencegahan stunting. *IJD: International Journal of Demos*, 5(1), 16-28.
- Wahyudhita, S. S., Mukhoirotn, M., Rajin, M., & Fatmawati, D. A. (2022). Baby Massage untuk Menurunkan Stres dan Meningkatkan Kualitas Tidur pada Bayi: Quasy Eksperimental. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(1), 181-190
- Sari, J., & rahmadana, L. H. (2020). Pengaruh baby spa terhadap kualintitas tidur bayi usia 5-6 bulan di klinik bersalin bunda riani martubung midan labuhan. *Jurnal al ulum LLPM universitas al washliyah medan*, 8(2), 40-50.
- Putri, R. A., Sulastri, S., & Apsari, N. C. (2023). Pemanfaatan potensi lokal dalam upaya pencegahan stunting. *IJD: International Journal of Demos*, 5(1), 16-28.
- Rokom. (2023). Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Milman, A., Frongillo, E. A., de Onis, M., & Hwang, J. Y. (2005). Differential improvement among countries in child stunting is associated with long-term development and specific interventions. *The Journal of Nutrition*, 135(6), 1415-1422.
- Sinulingga, S., & Patriani, S. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu terhadap Pelaksanaan Pijat Bayi di PMB Muzilatul Nisma Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 302-311.