

PIJAT BAYI MODERN SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN DURASI WAKTU TIDUR BAYI DENGAN MEDIA VIDEO

Mukti Susi Okviatri
Mso27oktober1999@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang; Pijat Bayi adalah pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dan anak lewat sentuhan pada kulit. Pemijatan dengan baby oil yang dilakukan tiga kali seminggu dapat memberikan manfaat pada bayi, yaitu salah satunya bayi tidur lebih lelap dan bangun pagi lebih bugar. **Metode;** Karya Tulis Ilmiah yang dilakukan menggunakan metode Informasi dan Edukasi dengan menggunakan luaran yaitu video. **Hasil;** Hasil luaran yang dihasilkan yaitu berupa media video edukasi pijat bayi untuk masyarakat umum, khususnya ibu post partum dan keluarga yang memiliki bayi mengalami gangguan tidur maupun yang tidak memiliki gangguan tidur. Karya ini dapat dilihat secara berulang – ulang yang artinya memiliki manfaat bagi yang menontonnya. **Kesimpulan;** Pengembangan media komunikasi, informasi dan edukasi berupa video penerapan pijat bayi meningkatkan kualitas tidur bayi dapat memberikan edukasi khususnya pada ibu post partum atau masyarakat umum. Pemijatan yang benar dengan durasi waktu tiga kali seminggu dapat membantu memberikan kontribusi pada perkembangan otak bayi dan memperbaiki kualitas tidur pada bayi. Dengan media ini ibu post partum atau masyarakat umum, lebih mudah memahami bagaimana meningkatkan kualitas tidur bayi dengan pijat bayi.

Kata Kunci : *pijat bayi, kualitas tidur bayi*