

## **MEDIA EDUKASI BUKU SAKU TENTANG MANFAAT PIJAT BAYI TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI**

Eviana<sup>1</sup>, Siska Ningtyas Prabasari<sup>2</sup>  
[eviana.students@aiska-university](mailto:eviana.students@aiska-university)  
Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

### **RINGKASAN**

**Latar Belakang:** Permasalahan tidur pada bayi sering terjadi di awal kehidupannya, yang dipengaruhi beberapa faktor seperti lingkungan, fisik dan emosional yang membuat bayi akan sering terbangun pada malam hari. Untuk mengatasi gangguan tidur yaitu dengan memberikan pijat bayi. Manfaat pijat bayi antara lain dapat meningkat berat badan bayi, membuat bayi lebih tenang, meningkatkan pertumbuhan dan membuat bayi tidur lelap. Pijat bayi dapat merangsang sel-sel untuk mengeluarkan endorphine (morfin endogen: zat yang membuat badan terasa lebih segar dan nyaman). **Tujuan :** Media Komunikasi Edukasi dan Informasi (KIE) tentang manfaat pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan sebagai media promotif dan menjalankan peran Bidan dalam menstimulasi tumbuh kembang bayi. **Metode:** Metode yang digunakan dalam media KIE ini berupa buku saku yang berjudul “Bayi Tidur Lelap Dengan Terapi Pijat” yang di ujikan kepada 3 responden terkait isi. **Hasil:** Buku Saku yang berjudul “ Bayi Tidur Lelap Dengan Terapi Pijat” mampu meningkatkan pengetahuan responden uji coba. **Kesimpulan :** Buku Saku ini digunakan sebagai media promosi, komunikasi, informasi, edukasi yang dapat memberikan sumber pengetahuan kepada masyarakat tentang stimulasi tumbuh kembang bayi sedini mungkin.

**Kata kunci :** Buku Saku, Kualitas Tidur, Pijat Bayi