



Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu ( ABDI KE UNGU )  
Universitas Aisyah Pringsewu

Journal Homepage

<http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi/>



## PENINGKATKAN BERAT BADAN, KUALITAS TIDUR YANG BAIK DAN KELANCARAN BUANG AIR BESAR DENGAN PIJAT BAYI

Yeti Anggrani<sup>1</sup>, Sadiman<sup>2</sup>, Firda Fibrila<sup>3</sup>, Islamiyati<sup>4</sup>  
Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang  
E-mail: [yettianggraini@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:yettianggraini@poltekkes-tjk.ac.id)

### Abstrak

Pijat bayi sebagai salah satu bentuk bahasa sentuhan ternyata memiliki efek yang positif untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Berdasarkan informasi pendahuluan yang didapatkan penulis bahwa budaya pijat bayi di wilayah Kota Metro masih cukup dilestarikan dan hal ini dilakukan oleh dukun bayi. Pelaksanaan pijat bayi oleh dukun pijat bayi banyak yang tidak sesuai dengan teknik yang terdapat dalam pedoman pemijatan menurut kesehatan. Pijat bayi sebaiknya dilakukan oleh orang yang terdekat dengan bayi dalam hal ini ibu bayi dalam rangka meningkatkan sentuhan fisik seperti belaian, pelukan dan pijatan lembut yang akan meningkatkan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi. Bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10) yang membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin meningkat sehingga penyerapan sari makanan menjadi lebih baik, penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi akan lebih sering menyusu.

Pemijatan juga mengoptimalkan tumbuh kembang bayi dengan resiko tinggi, yakni bayi-bayi yang dalam proses kehamilan dan kelahirannya mempunyai faktor-faktor resiko yang dapat mengganggu tumbuh kembangnya. Misalnya, berat lahir kurang dari 2000 gram. Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan karena dalam pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara, pandangan mata, gerakan dan pijatan. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur dan fungsi sel-sel otak.

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi dan penyuluhan tentang pijat bayi dapat meningkatkan berat badan, meningkatkan kualitas tidur, dan melancarkan buang air besar pada bayi, serta melatih kader dan ibu bayi usia 3-6 bulan dalam menerapkan teknik komplementer pijat bayi secara mandiri. Metode pemecahan masalah yang dilakukan berupa penyuluhan tentang pentingnya pijat bayi, demonstrasi pijat dengan phantom bayi, serta langsung mempraktikkan langkah-langkah pijat bayi sesuai dengan langkah-langkah dan prosedural yang benar.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi baik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ada perbedaan yang bermakna dengan p value 0,000, terhadap peningkatan waktu tidur baik kelompok perlakuan dan juga kelompok kontrol ada perbedaan yang bermakna dengan p value kelompok perlakuan 0,000 dan kelompok kontrol 0,003, dan terhadap peningkatan frekuensi BAB kelompok perlakuan ada perbedaan yang bermakna dengan p value 0,025 dan pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan yang bermakna dengan p value 0,655. Diharapkan bidan sebagai pemberi pelayanan dapat mensosialisasikan dan atau pelatihan pijat bayi kepada para bidan desa maupun kader-kader yang ada di setiap posyandu di wilayah kerjanya, dan para ibu-ibu menyusui dapat melakukannya sendiri di rumah.

**Kata Kunci** : Pijat bayi, peningkatan berat badan, kualitas tidur, dan kelancaran BAB

## 1. PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan di Indonesia masih banyak terjadi, diantaranya adalah masalah Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), dengan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) yang masih tinggi. Survei Demografi Indonesia (SDKI) 2018 memberikan data bahwa AKI 305 per 100.000 kelahiran hidup dan AKB 24 per 1.000 kelahiran hidup. Kematian bayi lebih dari tiga perempat terjadi dalam satu tahun pertama kehidupan anak, dan mayoritas kematian bayi terjadi pada periode neonatus (Risikesdas, 2018).

Provinsi Lampung pada tahun 2012, penyebab kematian neonatal tertinggi adalah BBLR sebesar 32% dan infeksi sebesar 18% (Dinkes Prov. Lampung, 2013). Kenaikan berat badan bayi baru lahir dengan BBLR dapat ditingkatkan salah satunya dengan pijat bayi. Berbagai penyakit infeksi dapat dicegah dengan meningkatkan imunitas bayi melalui pijat bayi yang dapat merangsang nafsu makan bayi sehingga bayi akan menghisap ASI lebih banyak, yang akan mengoptimalkan pemenuhan kebutuhan gizi bayi. Terpenuhinya gizi yang optimal pada bayi akan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi.

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan adalah peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang masing-masing berbeda disertai dengan adanya perubahan fisik, sedangkan perkembangan adalah keterampilan, bertambah sempurnanya kemampuan dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan

kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan (Adriana, 2013).

Orang tua dapat memberikan stimulasi atau rangsangan yang baik untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Tumbuh kembang sangat dipengaruhi oleh faktor nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung, salah satunya adalah dengan melakukan pijat bayi. Berdasarkan teori maka pijat bayi sebaiknya dilakukan oleh orang yang terdekat dengan bayi dalam hal ini ibu bayi dalam rangka meningkatkan sentuhan fisik seperti belaian, pelukan dan pijatan lembut yang akan meningkatkan ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi. Bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10) yang membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin meningkat sehingga penyerapan sari makanan menjadi lebih baik, penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi akan lebih sering menyusu (Roesli, 2011; Pratyahara, 2012).

Pemijatan juga mengoptimalkan tumbuh kembang bayi dengan resiko tinggi, yakni bayi-bayi yang dalam proses kehamilan dan kelahirannya mempunyai faktor-faktor resiko yang dapat mengganggu tumbuh kembangnya. Misalnya, berat lahir kurang dari 2000 gram. Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan karena dalam pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara, pandangan mata, gerakan dan pijatan. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur dan fungsi sel-sel otak (Pratyahara, 2012).

Masalahnya, sampai saat ini masih ada orang tua yang menganggap pijat bukanlah sebuah bentuk terapi ilmiah sekaligus alamiah bagi bayi. Sebagian ibu berpendapat pijat hanya perlu dilakukan ketika sikecil mengalami sakit flu dan masuk angin. Namun fakta sejarah menyebutkan bahwa pijat merupakan metode terapi sentuh tertua di Indonesia. Para ahli kesehatan menemukan pijatan dengan teknik yang tepat kepada anak dan balita, bisa dilakukan saat mereka dalam kondisi kesehatan yang baik (Maharani, 2009).

Pijat bayi mempunyai banyak manfaat, diantaranya dapat meningkatkan berat badan bayi, mengurangi kebiasaan menangis, membuat bayi tertidur lebih lelap, memudahkan buang air besar serta mengurangi angka kesakitan pada bayi (Maharani, 2009; Roesli, 2011). Florentina UY-TY dari Philippines Children's Medical Hospital Manila dan Dachrul Aldy dari IDAI Sumatera Utara mengungkapkan sebuah penelitian yang membuktikan bahwa pijat bayi mempersingkat masa tinggal perawatan bayi di rumah sakit (setelah dilahirkan) serta dapat meningkatkan berat badan bayi sampai 47% (Subakti dan Anggraini, 2008). Penelitian lain tentang pengaruh pemijatan pada bayi terhadap peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Weoe Kecamatan Wewiku Kabupaten Belu mendapatkan bahwa terdapat pengaruh pemijatan pada bayi terhadap kenaikan berat badan dengan nilai  $p = 0,000$  (Hady, 2014).

Pijat bayi juga dapat mengurangi masalah tidur dan meningkatkan efektifitas tidur bayi (Subakti dan Anggraini, 2008). Berdasarkan penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di Ruang Neonates RSIA Kirana Sidoarjo didapatkan

bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo (Astrilya dan Murti, 2013). Penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Timur tahun 2012 menunjukkan bahwa 70% bayi yang dipijat mengalami peningkatan kualitas tidur (Minarti dan Utami, 2012).

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi pijat dalam penurunan frekuensi BAB dan tingkat dehidrasi pada anak usia 0-2 tahun dengan diare di RSUD Cibabat Cimahi mendapatkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok responden yang diberi terapi pijat dalam penurunan frekuensi buang air besar dengan nilai  $p = 0,000$  (Novianti, 2010).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Laporan bulanan Puskesmas sejak Januari-April 2015 didapatkan bahwa rata-rata bayi yang tidak naik berat badan sebesar 11,1%. Selanjutnya didapatkan juga bahwa ada sebesar 4,4% bayi mengalami diare. Dalam hal lamanya tidur sebagian (50%) bayi dikeluhkan mengalami gangguan waktu tidur, hal ini dikarenakan bayi mengalami batuk, pilek dan suhu badan yang panas. Hasil studi pendahuluan bahwa sebagaian ibu memijatkan bayinya pada dukun bayi. Praktik pijat bayi di wilayah Puskesmas yang dilakukan oleh dukun bayi belum sesuai dengan pedoman pijat menurut kesehatan. Pijat bayi oleh dukun bayi masih bersifat tradisional dan bahkan turun menurun dari orang tuanya.

Berdasarkan latar belakang, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan judul "Teknik

Komplementer Pijat Bayi” Di Wilayah Kelurahan Hadimulyo tahun 2017. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk melatih kader dan menambahkan pengetahuan ibu menyusui tentang efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan, lama waktu tidur dan kelancaran buang air besar pada bayi usia 3-6 bulan di Wilayah.

Target luaran dari kegiatan pengabmas ini berupa tersedianya video pembelajaran, modul dan leaflet tentang pijat bayi dan tersedianya leaflet tentang manfaat buah serta komitmen bersama-sama dengan kader untuk mensosialisasikan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan dan membuat komitmen bersama dengan Dinas Kesehatan Kota Metro.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Hadimulyo yaitu Posyandu Melati. Metode pelaksanaan kegiatannya berupa penyuluhan dan praktik pijat bayi, yang diawali dengan memberikan kuesioner sebelum diberikan penjelasan, dengan hasil sebagian besar 82% ibu-ibu menyusui masih belum tau teknik pijat bayi yang benar dan manfaatnya pada bayi. Setelah itu dipaparkan video pijat bayi, kemudian diberikan kembali kuesioner post test, dengan hasil hampir semua ibu-ibu menyusui 97% menunjukkan peningkatan.

Alat yang digunakan pada kegiatan ini Lembar balik, LCD, Video Pijat bayi dan leaflet pijat bayi, serta modul langkah-langkah pijat bay, dan praktik di awali di phantom, kemudian langsung dipraktikkan pada anak nya masing-masing.

Metode pengumpulan data dengan menggunakan lembar pertanyaan yang berisi tentang pengetahuan tentang pijat bayi, pentingnya pijat bayi.. Pengolahan data menggunakan komputer dan analisis data dengan persentase.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN KEGIATAN PENGABMAS

### a. Kegiatan Penyuluhan

**Tabel.1**  
**Distribusi Pengetahuan Kader Posyandu Dan Ibu Bayi usia 3-6 bulan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan**

Pengetahuan		Sebelum	%	Sesudah	%
Definisi Pijat Bayi	Baik	9	39,1	18	78,3
	Kurang	14	60,9	5	21,7
Pijat Bayi dapat meningkatkan Berat Badan	Baik	3	13	16	69,6
	Kurang	20	87	7	30,4
Pijat Bayi dapat meningkatkan kualitas tidur	Baik	2	8,7	20	23
	Kurang	21	91,3	3	87
Pijat Bayi dapat melancarkan BAB	Baik	5	21,7	15	65,2
	Kurang	18	78,3	8	34,8
Praktik Pijat Baik	Baik	2	8,7	15	65,2
	Kurang	21	91,3	8	34,8

Berdasarkan tabel diatas pengetahuan kader posyandu dan ibu menyusui tentang pijat bayi sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar dalam katagori kurang (60,9%), pijat bayi

dapat meningkatkan berat badan (87%), pijat bayi bisa meningkatkan kualitas tidur dalam katagori kurang (91,3%), pijat bayi dapat melancarkan BAB (78,3%), dan untuk praktik pijat bayi sebelum dilakukan demonstrasi masih belum sesuai standar yaitu sebesar 91,3%. Setelah dilakukan penyuluhan hasil yang didapatkan pengetahuan kader posyandu dan ibu menyusui tentang pijat bayi meningkat menjadi baik (78,3%), pijat bayi dapat meningkatkan berat badan meningkat baik menjadi (69,6%), pijat bayi bisa meningkatkan kualitas tidur dalam katagori baik (87%), pijat bayi dapat melancarkan BAB (65,2%), setelah di lakukan demonstrasi dan praktik langsung praktik pijat bayi bisa dilakukan dengan baik sebesar (65,2%).



**Gambar 1**  
**Team Kegiatan Penyuluhan dan Prktik Pijat Bayi di Kelurahan Hadimulyo**

#### **b. Kegiatan Praktik Pijat Bayi**

Kegiatan praktek pijat bayi dilakukan di posyandu Melati pada bulan Agustus tahun 2017, dihadiri oleh 7 kader posyandu dan ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan sebanyak 16 orang. Kegiatan praktik pijat bayi diawali dengan menggunakan phantoom kemudian praktik langsung pijat bayi yang benar kepada bayinya. Ibu sangat antusias sekali, karena

merasa mendapatkan ilmu baru dan bisa langsung mereka terapkan dirumah, untuk nantinya ibu berjanji tidak lagi membawa bayi ke dukun pijat, karena ibu sudah mengerti dan memahami teknik-teknik pijat yang baik dan benar.



**Gambar 2**  
**Kegiatan Penyuluhan dan Prktik Pijat Bayi Dengan Phantom**

Monitoring dilaksanakan dengan melakukan pemantauan melalui kader posyandu tentang pnerapan pijat bayi di Kelurahan Hadimulyo, kemudian dilaksanakan kerja sama dengan pihak kelurahan untuk bisa melakukan kegiatan yang sama di semua posyandu yang ada di Kelurahan hadimulyo, dan kerja sama dengan lintas sektoral dalam hal ini adalah puskesmas wilayah setempat dan Dinas Kesehatan kota Metro.



**Gambar 3**  
**Kegiatan Penyuluhan dan Prktik**  
**Pijat Bayi Pada Bayi Langsung**



**Gambar 4**  
**Kegiatan Penyuluhan dan Prktik**  
**Pijat Bayi Pada Bayi Langsung**

#### 4. SIMPULAN DAN SARAN

1. Pemahaman ibu-ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan tentang pijat bayi meningkat dengan dilakukannya penyuluhan kesehatan
2. Pengetahuan kader posyandu tentang pijat bayi melalui penyuluhan dan demonstroi langsung praktik pijat bayi meningkat

3. Pemahaman kader dan ibu-ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan tentang pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi, meningkatkan kualitas tidur bayi dan dapat melancarkan BAB meningkat setelah diberikan penyuluhan dan pendidikan kesehatan secara langsung. Kader dan ibu mengatakan yang tadinya kurang mengerti dan paham. Setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi langsung mengatakan mulai tahu dan akan mensosialisasikan kepada semua ibu-ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan, dan ibu berkomitmen untuk rutin melakukannya di rumah
4. Minat ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan sangat tinggi untuk menerapkan teknik pijat bayi dirumah.
5. Pijat bayi dapat dilakukan dan dipraktikkan dengan baik oleh kader dan ibu bayi usia 3-6 bulan

#### Saran

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan, dan kader posyandu agar mensosialisasikan Teknik Komplementer Pijat Bayi. Selain itu juga dapat menambah wawasan dan pengalaman bagi ibu-ibu yang memiliki usia 3-6 bulan dengan harapan dapat memberikan informasi dan menyebarkan ilmu yang diperoleh kepada teman, kerabat dan masyarakat disekitar tempat tinggal, sehingga informasi ini dapat meluas pada masyarakat di sekitar wilayah Kelurahan Hadimulyo pada khususnya dan Kota Metro pada umumnya.

Bagi puskesmas dan Dinas Kesehatan Kota Metro, diharapkan dapat memprogramkan dan menggalakkan praktik Pijat Bayi, baik melalui pelatihan atau workshop, dan mengundang stakeholder seperti anggota

profesi bidan disetiap kelurahan yang ada di Kota metro.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Astrilya NH dan Murti K. 2013. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pola Tidur Bayi Usia 1 – 3 Hari Di Ruang Neonates RSIA Kirana Sidoarjo*. Surabaya: Embrio Jurnal Kebidanan Vol III Agustus 2013. Prodi D-III Kebidanan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- Dewi N.N dan Soetjningsih, 2011, *Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi Lahir Cukup Bulan*, Tesis, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Dinkes Provinsi Lampung. 2017. *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2017*. Bandar Lampung
- Fuadi, Mira. 2009. *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Penambahan berat badan bayi usia lebih dari 3 sampai usia 6 bulan di kelurahan Pasir Nan Tigo Lubuk Raya*, <http://repositoryunand.blogdetik.com>. diakses 20 Maret 2015
- Gottesman N. 2009. *The Benefits of Baby Massage*, Parents Magazine, May 2009, <http://www.Paren.com/baby/care/newborn/baby-massage>
- Hady AJ. 2014. *Pengaruh Pemijatan Pada Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Di Wilayah Kerja Puskesmas Weoe Kecamatan Wewiku Kabupaten Belu*. E-library STIKES Nani Hasanuddin Vol. 4 Nomor 1 Tahun 2014. Pare-pare: Prodi Keperawatan Poltekkes Parepare.
- [HyeJeong Choi](#), et al. 2015. *The effects of massage therapy on physical growth and gastrointestinal function in premature infants. A pilot study*. SAGE Journals. Journal of Child Health Care. August 2015.
- Ibrahim N. 2012. *Pijat Bayi*. [http://www.clubnutricia.co.id/new\\_mum/first\\_weeks\\_practical\\_tips/article/baby\\_massage](http://www.clubnutricia.co.id/new_mum/first_weeks_practical_tips/article/baby_massage). diakses 20 Maret 2015
- Irva T.S, Hasanah O dan Worferst R. 2014. *Pengaruh terapi pijat terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi*. Jurnal Online Mahasiswa PSIK Universitas Riau Vol I No 2 Oktober 2014. <http://jom.unri.ac.id>, diakses tanggal 2 Nopember 2015
- Kemenkes RI. 2013. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2012*. Jakarta
- Lee H.K. 2006. *The effects of infant massage on weight, height, and mother-infant interaction*, Journal of Korean Academy of Nursing. Vol. 36 (8). pp. 1331–1339
- Lemeshow. 1990. *Adequacy of Sample Size in Health Studies*. USA: John Wiley & Sons Ltd. WHO
- Mardiana L dan Martini D.O. 2014. *Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi 3-6 bulan di Desa Munungrejo Kecamatan Ngibang Kabupaten Lamongan*. Jurnal Surya. Volume 2 No. XVIII, Juni 2014
- Minarti N.M.A.M, Utami, K.C. 2012. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Timur*

- Tahun 2012*. Bali: Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana
- Narendra, dkk. 2008. *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta: CV Sagung seto
- Pahlawanti Z,H. 2013. *Pengaruh Pijat dengan Lama Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Rumah Sakit Keluarga Sehat Pati*. UNIMUS Digital Library, Universitas Semarang.
- Roesli, utami. 2011. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: PT. Trubus Agriwidya
- Riskesdas, 2018, *Angka Kematian Ibu dan Bayi*
- Widasari S. 2012. *Susah Buang air Besar (BAB) Penyebab dan Cara Mengatasi*, Informasitips.com. Diakses tanggal 2 Nopember 2015
- Sri Banun T.I, dkk, 2014. *Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang*. Jurnal Edu Health. Vol. 5 No. 2, September 2015
- Titi Mutiara K. 2011. *Uji Efek Pelancar ASI Tepung Daun Kelor (Moringa Oliefera (Lamk)) Pada Tikus Putih Galur Wistar*. Laporan Hasil Penelitian Disetasi Doktor. Malang.
- Zakaria, Veni Hadju, dkk, 2016. *Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Kuantitas Dan Kualitas Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan*. Jurnal MKMI, Vo.12 No.3 September 2016.
- Yuktiana Kharisma, Armaya Ariyoga, Herri S. Sastramihardja. 2011. *Efek Ekstrak Air Buah Pepaya (Carica Papaya L.) Muda Terhadap Gambaran Histologi Kelenjar Mamma Mencit Laktasi*. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung dan UNPAD Bandung.
- Majalah Kartini.co.id. Pekan ASI Sedunia 2017: *Mari Kita Dukung Keberhasilan Ibu Menyusui*