

PENGARUH EDUKASI VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG STIMULASI *TUMMY TIME*

Vera Iriani Abdullah^{1*}, Mochamad Bagoes Nata Samudra²

^{1*}Poltekkes Kemenkes Sorong

²Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email Korespondensi: verabdullah1977@gmail.com

Artikel history

Dikirim, April 14th, 2026

Ditinjau, June 15th, 2026

Diterima, June 29th, 2026

ABSTRACT

Approximately 250 million children experience delays in physical, cognitive, and motor development. One effective preventive strategy is early stimulation through Tummy Time, which has been shown to enhance motor development, reduce the risk of motor delays in infants with Down syndrome, and prevent brachycephaly. However, mothers' knowledge regarding Tummy Time remains limited. This study aimed to examine the effect of Tummy Time stimulation education on maternal knowledge. A quasi-experimental study employing a one-group pretest–posttest design was conducted from October 2024 to January 2025 in the Mariyat Public Health Center service area, Sorong Regency. The study involved 30 mothers with infants aged 0–6 months. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed with the Wilcoxon signed-rank test. The results demonstrated a statistically significant improvement in maternal knowledge following the educational intervention ($p = 0.000$; $p < 0.05$). Tummy Time stimulation education was effective in improving maternal knowledge.

Keywords: *Tummy Time; Mothers' Knowledge; Developmental Stimulation*

ABSTRAK

Sekitar 250 juta anak mengalami keterlambatan perkembangan fisik, kognitif, dan motorik. Salah satu upaya pencegahan adalah stimulasi dini melalui *Tummy Time*, yang terbukti meningkatkan perkembangan motorik, mengurangi risiko keterlambatan motorik pada bayi dengan down syndrome, serta mencegah brachycephaly. Namun, pengetahuan ibu mengenai *Tummy Time* masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi stimulasi *Tummy Time* terhadap pengetahuan ibu. Desain penelitian menggunakan quasi experiment dengan pendekatan one group pretest–posttest. Penelitian dilakukan pada Oktober 2024–Januari 2025 di wilayah kerja Puskesmas Mariyat, Kabupaten Sorong, dengan melibatkan 30 ibu yang memiliki bayi usia 0–6 bulan. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu yang signifikan setelah edukasi ($p = 0,000$; $p < 0,05$). Edukasi stimulasi *Tummy Time* efektif meningkatkan pengetahuan ibu.

Kata Kunci: *Tummy Time; Pengetahuan Ibu; Stimulasi Perkembangan*

PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan *World Population Review* (2023), jumlah anak usia 0–14 tahun di dunia diperkirakan mencapai sekitar 2 miliar jiwa. Pada tahun 2017, populasi anak usia balita tercatat sebanyak 681 juta dan diproyeksikan terus meningkat hingga mencapai puncak sekitar 2,06 miliar pada tahun 2050. Sementara itu, hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang diselenggarakan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2023 menunjukkan bahwa jumlah anak usia dini di Indonesia mencapai 30,2 juta jiwa, yang terdiri atas bayi berusia kurang dari 1 tahun sebesar 11,22%, anak balita usia 1–4 tahun sebesar 59,95%, serta anak usia prasekolah (5–6 tahun) sebesar 28,83% (Nasitoh & Handayani, 2022). Angka keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan anak di Indonesia masih tergolong tinggi, dengan prevalensi berkisar antara 5–10%. Diperkirakan sekitar dua dari setiap 1.000 bayi mengalami gangguan perkembangan motorik, sementara tiga hingga enam dari 1.000 bayi mengalami gangguan pendengaran. Selain itu, sekitar satu dari 100 anak dilaporkan memiliki tingkat kecerdasan di bawah rata-rata yang disertai dengan keterlambatan kemampuan bicara (Prastiwi, 2019).

Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari 200 juta anak di dunia, usia di bawah lima tahun tidak mencapai potensi perkembangan maksimalnya, yang mencakup keterlambatan dalam aspek motorik, bicara, sosial, dan kognitif. Prevalensi keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan pada anak balita dilaporkan berada pada kisaran 13–18%. Data nasional menunjukkan bahwa sekitar 12,4% anak mengalami gangguan perkembangan motorik kasar dan 9,8% mengalami gangguan motorik halus berdasarkan hasil Riskesdas 2018, yang menegaskan bahwa keterlambatan perkembangan anak masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan (Karlinah & Irianti, 2021). Menurut studi yang dipublikasikan didalam jurnal *The Lancet* pada tahun 2021, diperkirakan sekitar 250 juta anak di dunia mengalami keterlambatan perkembangan, termasuk keterlambatan fisik, kognitif, dan motorik (Hidayah et al., 2024).

Keterlambatan perkembangan merupakan kondisi ketika seorang anak belum mencapai capaian perkembangan yang seharusnya dibandingkan dengan anak seusianya. Tingkat keterlambatan perkembangan dapat diklasifikasikan menjadi keterlambatan ringan, sedang, dan berat. Keterlambatan ringan ditandai dengan usia fungsional yang kurang dari 33% di bawah usia kronologis, keterlambatan sedang apabila usia fungsional berada pada kisaran 34%–66% dari usia kronologis, sedangkan keterlambatan berat terjadi apabila usia fungsional berada di bawah 66% dari usia kronologis. Keterlambatan perkembangan yang signifikan didefinisikan sebagai kemampuan anak yang berada dua atau lebih standar deviasi di bawah nilai rata-rata pada

pengujian standar yang disesuaikan dengan usia, yang umumnya dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat sekunder atau tersier (Is et al., 2019).

Angka keterlambatan perkembangan bayi di seluruh dunia diperkirakan mencapai 10-15% dimana keterlambatan perkembangan ini meliputi perkembangan fisik, kognitif dan perkembangan motorik diantaranya keterlambatan berbicara. Bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan motorik kasar akan menurunkan kreativitas bayi dalam beradaptasi dan membuat bayi sulit untuk mengenali lingkungan sekitarnya. Di masa inilah, peran keluarga, lingkungan, dan pendidikan dituntut agar bisa menemukan, dan membentuk kemampuan anak secara tepat dan terarah menuju keberhasilan perkembangan yang optimal dalam mengembangkan potensi intelektual, skill, emosional serta spriritual (Klinik & Ika, 2024). Demi tercapainya tumbuh kembang secara optimal pada bayi maka dibutuhkan tiga hal yaitu, asah, asih, asuh yang tepat (Hidayah et al., 2024). Perkembangan motorik bayi adalah suatu tahap perkembangan yang sesuai dengan usia anak dan prinsipnya. Jika tahapan motorik dasar tidak dilewati, maka bayi tidak punya konsep motorik dasar yang berakibat pada tidak menyadari gerak fungsional. Minimnya waktu anak untuk belajar motorik dan perlindungan orang tua yang berlebihan serta motivasi maupun stimulasi anak yang rendah menyebabkan terjadi keterlambatan perkembangan (Siregar et al., 2025). Keterlambatan motorik kasar yang dialami oleh bayi ditandai dengan sulitnya bayi mengangkat kepalanya di usia yang memasuki 1-2 bulan. Bahkan hingga bayi mencapai usia 3-4 bulan masih juga akan mengalami kesulitan untuk mengangkat kepalanya setinggi 45 derajat dan butuh waktu lama untuk melakukannya. Saat bayi berusia 6 bulan, bayi sulit mengontrol kepalanya dengan baik bahkan tidak dapat mengontrol kepalanya dengan tegak (Nisa & Sulistyorini, 2024).

Untuk itu maka WHO merekomendasikan waktu tengkurap setidaknya 30 menit per 24 jam. Bayi yang menghabiskan setidaknya 30 menit tengkurap pada usia tujuh minggu memiliki hasil yang lebih baik dibandingkan bayi yang menghabiskan waktu kurang dari 30 menit sehari. Hal serupa juga berlaku pada bayi yang melakukan *Tummy Time* tiga kali sehari, berbeda dengan bayi yang tidak melakukan *Tummy Time*. Selain itu, *Tummy Time* juga efektif dalam menurunkan keterlambatan motorik pada bayi down syndrome (Hewitt et al., 2020). Meskipun *Tummy Time* direkomendasikan oleh WHO sebagai aktivitas fisik penting bagi bayi, pelaksanaannya masih belum optimal. Banyak pengasuh belum memahami cara dan durasi yang tepat, sehingga kurang

dari sepertiga bayi melakukan *Tummy Time* minimal 30 menit per hari, terutama karena keterbatasan pengetahuan dan dukungan pengasuhan (Huang & Li, 2024).

Tummy Time adalah posisi tengkurap saat bayi terjaga dan diawasi orang tua yang bertujuan melatih kemampuan mengangkat kepala, menopang tubuh dengan lengan, serta menggerakkan lengan dan kaki. Stimulasi ini bermanfaat meningkatkan perkembangan motorik dan mencegah brachycephaly (kepala rata) (Anak & Dini, 2024). Keterlambatan perkembangan motorik kasar dapat menghambat kemampuan adaptasi bayi terhadap lingkungan. Penelitian kuasi-eksperimen pada bayi usia 3–6 bulan menunjukkan bahwa *Tummy Time* yang dilakukan secara rutin selama tiga minggu secara signifikan meningkatkan perkembangan motorik kasar dibandingkan kelompok tanpa intervensi ($p = 0,000$). Oleh karena itu, *Tummy Time* direkomendasikan sebagai stimulasi dini yang sederhana dan efektif untuk mendukung pencapaian tonggak perkembangan motorik (Nisa & Sulistyorini, 2024).

Meskipun *Tummy Time* telah direkomendasikan oleh WHO dan terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik bayi serta mencegah keterlambatan perkembangan, penerapannya di masyarakat masih belum optimal. Berbagai studi menunjukkan bahwa rendahnya kepatuhan terhadap praktik *Tummy Time* terutama disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan ibu, kurangnya pemahaman mengenai cara dan durasi yang tepat, serta adanya rasa takut dalam melakukan stimulasi pada bayi. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada dampak *Tummy Time* terhadap luaran motorik bayi, sementara kajian yang menitikberatkan pada peningkatan pengetahuan ibu sebagai faktor kunci keberhasilan stimulasi dini masih terbatas, khususnya melalui intervensi edukasi yang sederhana dan mudah dipahami di tingkat pelayanan kesehatan primer. Edukasi berbasis video merupakan salah satu media pembelajaran yang efektif karena mampu menyajikan informasi secara visual, praktis, dan mudah dipahami, sehingga dapat membantu ibu memahami serta menerapkan *Tummy Time* dengan benar di rumah (Fabanyo & Mindayati, 2023). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi stimulasi *Tummy Time* menggunakan media video terhadap peningkatan pengetahuan ibu.

METODE

Jenis dan desain penelitian, yang digunakan adalah quasy eksperimen. Desain penelitian ini menggunakan one group pre test-post test design yaitu penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja yang dipilih secara random. Pada penelitian ini akan dilakukan pretest sebelum di berikan intervensi menggunakan media video serta dilakukan post test sesudah

diberikan media video yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Lokasi dan waktu penelitian, penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mariyat Kabupaten Sorong Propinsi Papua Barat Daya khususnya di 4 posyandu yaitu Posyandu Kuncup Mekar, Cemara, Aisyah 2 Dan Durian. Waktu penelitian selama 4 bulan mulai dari Oktober 2024 sampai dengan Januari 2025. Populasi dan sampel Populasi dalam penelitian ini adalah 30 ibu yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong. Seluruh populasi di jadikan sampel dalam penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi (Sugiono, 2019). Uraian rincian sampel pada posyandu kuncup mekar sebanyak 5 bayi, cemara sebanyak 6 bayi, aisyah 2 sebanyak 9 bayi dan durian sebanyak 10 bayi. Teknik pengambilan menggunakan teknik total sampling (Prof.Dr.Stang., 2025). Teknik pengumpulan data dan analisis data yang dilakukan, menggunakan kuesioner dengan 30 pernyataan benar dan salah yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Analisis bivariat menggunakan uji statistik uji non-parametrik Wilcoxon (MASNI, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=30)

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Usia Ibu		
≤ 19	0	0
20–34 tahun	21	70,0
≥ 35	19	30,0
Agama		
Islam	17	56,7
Kristen	13	43,3
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	4	13,3
Pendidikan Menengah	18	60,0
Pendidikan Tinggi	8	26,7
Pekerjaan		
ASN	5	16,7
Wiraswasta	2	6,7
Ibu Rumah Tangga	23	76,7
ASN	5	16,7

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan uraian tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20–34 tahun (70,0%), beragama Islam (56,7%), berpendidikan menengah (60,0%), dan berstatus sebagai ibu rumah tangga (76,7%). Sementara itu, proporsi terendah terdapat pada responden berpendidikan dasar (13,3%) dan bekerja sebagai wiraswasta (6,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Intervensi

No	Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
		f	%	f	%
1	Baik	8	73,3	30	100
2	Cukup	22	26,7	0	0
3	Kurang	0	0	0	0
Total		30	100	30	100

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 2, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan ibu setelah intervensi edukasi menggunakan media video *Tummy Time*. Pada pre-test, sebagian besar responden memiliki pengetahuan kategori cukup (73,3%), sedangkan 26,7% berada pada kategori baik. Setelah intervensi, seluruh responden (100%) memiliki tingkat pengetahuan kategori baik. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi melalui media video efektif meningkatkan pengetahuan ibu mengenai stimulasi *Tummy Time*.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Edukasi Stimulasi *Tummy Time* Terhadap Pengetahuan Ibu

Test Statistics ^a	
Z	Post - Pre -4.800 ^b
Asymp. Sig. (2-Tailed)	.000
A. Wilcoxon Signed Ranks Test	
B. Based On Negative Ranks.	

Berdasarkan data Tabel 3 menunjukkan data bahwa nilai signifikansi pengetahuan responden dalam hal ini ibu sebelum dan sesudah di berikan edukasi terkait stimulasi *Tummy Time* adalah 0.000 lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima. Kesimpulannya pemberian edukasi stimulasi *Tummy Time* berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan ibu di wilayah kerja Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong Tahun 2025.

Pendidikan merupakan salah satu factor yang mempengaruhi hasil penelitian, data menunjukkan tingkat pendidikan ibu terbanyak berpendidikan menengah sebanyak 18 responden (60%), studi yang dilakukan Mohzana Tahun 2024 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orang tua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pola asuh anak. Semakin tinggi tingkat pendidikan

orang tua, semakin paham dalam memberikan pola asuh pada anak, sementara semakin rendah tingkat pendidikan orang tua, semakin rendah pemahaman orang tua mengenai pola asuh. Artinya bahwa Pendidikan mempengaruhi pola pikir dan pemahaman seseorang dengan pendidikan yang baik ibu mampu memahami materi stimulasi *Tummy Time* dengan baik dan dapat memplementasikan kepada bayi sehingga memperoleh hasil yang maksimal (Anak & Dini, 2024).

Selain itu pekerjaan terbanyak sebagai ibu rumah tangga sejumlah 23 responden (76,7%), pekerjaan orang tua dalam hal ini ibu sangat mempengaruhi hubungan atau bonding antara ibu dan anak. Ibu yang berkerja seharian diluar rumah akan mempengaruhi perhatiannya terhadap anak, berbeda dengan ibu rumah tangga yang 24 jam berada dalam rumah sehingga memiliki banyak waktu bersama anak. Dengan demikian maka ibu yang tidak bekerja akan memiliki waktu yang banyak dengan anak dan dapat melakukan stimulasi *Tummy Time* dengan intens. Selain itu pekerjaan orang tua berpengaruh signifikan terhadap perkembangan sosial emosional anak (Rumagit et al., 2023).

Sejalan dengan hasil penelitian ini, American Academy of Pediatrics (AAP) dalam rekomendasi terbarunya tahun 2022 menegaskan bahwa bayi harus selalu ditidurkan dalam posisi telentang untuk setiap waktu tidur guna menurunkan risiko kematian terkait tidur. Namun, AAP secara bersamaan merekomendasikan pemberian *Tummy Time* dalam kondisi bayi terjaga dan dalam pengawasan sebagai strategi penting untuk mendukung perkembangan motorik dan mencegah plagiocephaly posisional. *Tummy Time* dianjurkan dimulai segera setelah bayi pulang dari rumah sakit dan dilakukan secara bertahap hingga mencapai total 15–30 menit per hari pada usia 7 minggu (Moon et al., 2022).

Kematian bayi mendadak yang tidak terduga (*Sudden Unexpected Infant Death/SUID*) merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kematian mendadak dan tidak terduga pada bayi, baik yang dapat dijelaskan maupun tidak, yang setelah dilakukan investigasi dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti sesak napas, asfiksia mekanis, terperangkap (*entrapment*), infeksi, tertelan (*ingestions*), penyakit metabolik, kanalopati jantung terkait aritmia, maupun trauma (Moon et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Danilo Inchingolo et al. (2022) menekankan pentingnya keseimbangan antara keamanan tidur dan perkembangan kepala bayi. Bayi direkomendasikan tidur dalam posisi telentang untuk menurunkan risiko Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS), namun saat terjaga perlu diberikan *Tummy Time*

sedikitnya 30 menit per hari guna mendukung perkembangan motorik dan mencegah deformitas tengkorak. Studi ini juga menyoroti penggunaan *Passive Sleep Curve Mattress*, yaitu kasur lengkung pasif yang membantu mendistribusikan tekanan kepala secara merata sehingga mendukung pertumbuhan tengkorak yang harmonis. Dibandingkan helm ortotik, kasur ini lebih ekonomis, nyaman, dan mudah digunakan. Selain faktor postnatal, penelitian ini menegaskan bahwa kecukupan nutrisi ibu selama kehamilan, khususnya vitamin D dan asam folat, berperan penting dalam menurunkan risiko deformitas tengkorak pada bayi (Inchingolo et al., 2022).

Tummy Time adalah suatu latihan untuk bayi dengan memposisikan bayi bertumpu pada perutnya atau tengkurap, manfaat *Tummy Time* di antaranya merangsang kemampuan bayi untuk menjaga keseimbangan tubuh, melakukan koordinasi pada paha, mengontrol gerakan kepala. Bayi dalam posisi tengkurap, akan berlatih menggunakan tangannya untuk meraih sesuatu, itu adalah kemampuan yang akan menjadi bekal untuk merangkak. Saat tengkurap bayi membiasakan diri melihat apa yang ada di sekelilingnya dari sudut pandang yang berbeda, melatih bayi mengangkat leher dan memutar kepala sambil menjaganya agar tetap tegak, sehingga otot leher dan bahunya kuat. Studi Agus Widodo (2018) menegaskan bahwa *Tummy Time* exercise secara signifikan meningkatkan kemampuan motorik mengangkat kepala pada bayi usia 0-16 minggu, sebuah temuan yang mendukung pentingnya aktivitas tengkurap ini untuk memperkuat otot leher dan punggung, serta mendukung perkembangan motorik kasar selanjutnya seperti merangkak. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian stimulasi *Tummy Time* sejak dini sangat penting untuk membantu bayi mencapai tonggak perkembangan motorik lebih optimal, seperti mengangkat kepala dan dada saat tengkurap (No Title, n.d.).

Hasil penelitian ini sejalan dan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Tummy Time* exercise berpengaruh signifikan terhadap kemampuan motorik kasar mengangkat kepala bayi usia 0–4 bulan ($p = 0,001$). Bayi yang melakukan *Tummy Time* secara teratur memiliki kemampuan motorik kasar yang lebih baik, dengan proporsi kemampuan normal sebesar 86,1%, dibandingkan dengan bayi yang tidak teratur melakukan *Tummy Time* (45,8%). Selain itu, bayi yang tidak rutin melakukan *Tummy Time* memiliki risiko 1,879 kali lebih besar mengalami keterlambatan kemampuan motorik kasar mengangkat kepala. Maka hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan ke depan untuk penelitian lanjut dan dapat bermanfaat untuk masyarakat umum khususnya di wilayah kerja Puskesmas Mariyat Kabupaten Sorong.

SIMPULAN

Pemberian edukasi stimulasi *Tummy Time* menggunakan media video terbukti meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 0–6 bulan secara signifikan ($p < 0,05$). Media video efektif sebagai sarana edukasi karena mudah dipahami dan meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya serta cara melakukan *Tummy Time* dengan benar. Oleh karena itu, tenaga kesehatan disarankan memanfaatkan media video sebagai metode edukasi rutin di puskesmas dan posyandu. Penelitian selanjutnya perlu melibatkan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta mengevaluasi perubahan sikap, praktik ibu, dan dampaknya terhadap perkembangan motorik bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Mariyat beserta seluruh tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, dukungan, dan membantu pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kader Posyandu Kuncup Mekar, Cemara, Aisyah 2, dan Durian atas bantuan dalam koordinasi pelaksanaan penelitian, serta kepada seluruh ibu yang memiliki bayi usia 0–6 bulan yang telah bersedia menjadi responden. Apresiasi juga diberikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara teknis maupun moral, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Anak, A., & Dini, U. (2024). DOI : <https://doi.org/10.31539/joes.v7i1.8631>. 7, 1–11.
- Fabanyo, R. A., & Mindayati, S. (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Motivasi Ibu Menyusui Tentang Asi Eksklusif. *Jurnal Nursing Arts*, 17(2), 29–37. <https://jurnal.poltekkes-sorong.id/index.php/NA/article/download/5/4>
- Hewitt, L., Stephens, S., Spencer, A., Stanley, R. M., & Okely, A. D. (2020). Weekly group *Tummy Time* classes are feasible and acceptable to mothers with infants : a pilot cluster randomized controlled trial. 1–11.
- Hidayah, N., Masita, S., Ahmad, A., Aotari, W., Studi, P., Kebidanan, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Makassar, A. (2024). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Manfaat *Tummy Time* Dalam Meningkatkan Motorik Bayi Usia 3 - 12 Bulan di Desa Lalabata. 4(4), 428–432.
- Huang, Y., & Li, L. (2024). Suboptimal status of *Tummy Time* for infants in early childhood education institutions in urban China : A cross-sectional study. 14. <https://doi.org/10.7189/jogh.14.04048>

- Inchingolo, A. D., Inchingolo, A. M., Piras, F., Malcangi, G., Patano, A., Pede, C. Di, Netti, A., Ciocia, A. M., Corriero, A., Semjonova, A., Azzollini, D., Ruvo, E. De, Viapiano, F., Ferrara, I., Palmieri, G., Campanelli, M., Mancini, A., Leonardis, N. De, Avantario, P., ... Dipalma, G. (2022). applied sciences A Systematic Review of Positional Plagiocephaly Prevention Methods for Patients in Development.
- Is, W., Delay, D., Relevant, H. O. W., This, I. S., & My, T. O. (2019). Developmental delay : identification and management at primary care level. 60(3), 119–123.
- Karlinah, N., & Irianti, B. (2021). Relationship of Authoritarian Parenting on the development of Pre-School Age Children in Karya Indah Vilage Working Area UPT Puskesmas Pantai. 10(1), 2019–2022.
- Klinik, D. I., & Ika, P. (2024). 4* 1-4. 6(2020), 2188–2199.
- MASNI. (2024). Biostatistik dilengkapi penyelesaian menggunakan program SPSS. PT NAS MEDIA INDONESIA.
- Moon, R. Y., Carlin, R. F., & Hand, I. (2022). Sleep-Related Infant Deaths : Updated 2022 Recommendations for Reducing Infant Deaths in the Sleep Environment. 150(1), 1–22.
- Nasitoh, S., & Handayani, Y. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak Usia 0-2 Tahun : Tinjauan Literatur. 221–231.
- Nisa, H. K., & Sulistyorini, S. (2024). The Effect of *Tummy Time* Exercise on Gross Motor Skills in Babies Aged 3-6 Months. 2(4), 25–29.
- No Title. (n.d.). 1–11.
- Prastiwi, M. H. (2019). Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia 3-6 Tahun. 10(2), 242–249. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.162>
- Prof.Dr.Stang., M. K. (2025). Metode Sampling Dan Besar Sampel Dalam Penelitian Observasional Dan Eksperimen (1st ed.). Pustaka Pelajar.
- Rumagit, R. A., Tampubolon, R., Keperawatan, S., Kristen, U., & Wacana, S. (2023). STIMULASI PERKEMBANGAN SOSIAL ANAK USIA. 19(2), 87–96. <https://doi.org/10.31983/link.v19i2.9550>
- Siregar, R. B., Saputra, H., Purwana, R., Ramadhani, A., & Jln, A. (2025). Pengaruh *Tummy Time* Exsercise terhadap Peningkatan Motorik Bayi 3 Bulan - 6 Bulan di Klinik Physioroom Medan Selayang The Effect of *Tummy Time* Exercise on Improving Motor Skills in Babies Aged 3 Months - 6 Months at the Physioroom Clinic in Medan Selayang.
- Sugiono. (2019). Metode Penelitian & Pengembangan Research and Development. Alfabeta.