



## INOVASI KAMPUNG KOMPLEMENTER BERBASIS TEHNOLOGI SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KETAHANAN KELUARGA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Rahayu Widaryanti<sup>\*)1)</sup> ; Muflih<sup>2)</sup> ; Marselina Endah Hiswati<sup>3)</sup>

1, 2, 3)Prodi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta  
Jl. Raya Tajem KM 1.5 Maguwoharjo, Depok, Sleman, DIY

### Abstrak

Ketahanan keluarga dapat dioptimalkan salah satunya dengan pemafaatan terapi komplementer, namun terapi ini kurang diketahui oleh masyarakat. Selain itu melihat kemajuan tehnologi dan mudahnya akses internet di Desa Tirtomartani namun diperlukan informasi secara menyeluruh pada media edukasi tentang terapi komplementer. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk membentuk kampung komplementer dengan konsep pengembangan terapi komplementer berbasis komunitas atau wilayah sehingga diharapkan dapat lebih dekat dengan masyarakat agar dapat dimanfaatkan secara optimal. Metode kegiatan berupa pelatihan kader komplementer sebagai motor penggerak kampung komplementer serta melakukan inovasi dengan mengoptimalkan teknologi digital untuk media edukasi terapi komplementer, selain itu dilakukan pendampingan dan monitoring serta evaluasi yang dilakukan secara berkala untuk keberlangsungan dari program kampung komplementer. Hasil dari kegiatan ini adalah terbentuknya kampung komplementer serta peningkatan pengetahuan, wawasan dan keterampilan masyarakat mengenai terapi komplementer untuk meningkatkan derajat kesehatan yang dapat diterapkan pada individu, keluarga maupun masyarakat. Mitra memperoleh peningkatan pengetahuan pada kategori baik dengan rata-rata 50,66% dan penurunan pengetahuan dengan kategori kurang dari pengetahuan sebelumnya yaitu 17,71%.

**Kata kunci:** *Inovasi, Kampung Komplementer, Ketahanan keluarga*

### Abstract

[TECHNOLOGY-BASED COMPLEMENTARY VILLAGE INNOVATION AS AN EFFORT TO IMPROVE FAMILY RESILIENCE DURING THE COVID-19 PANDEMIC] One of the ways to optimize family resilience is by using a complementary therapy, but this therapy is not well known by the community. Apart from that, seeing the advances in technology and easy access to the internet in Tirtomartani Village, comprehensive information is needed on educational media about complementary therapies. This community service activity aims to form a complementary village with the concept of developing community or area-based complementary therapies so that it is expected to be closer to the community so that it can be used optimally. The method of activity is in the form of training complementary cadres as the driving force for complementary villages and innovating by optimizing digital technology for educational media for complementary therapies, in addition to providing assistance and monitoring and evaluation which is carried out periodically for the sustainability of the complementary village program. The results of this activity are the formation of complementary villages and an increase in community knowledge, insight and skills regarding complementary therapies to improve health status that can be applied to individuals, families and communities. Partners get an increase in knowledge in the good category with an average of 50.66% and a decrease in knowledge in the less category than previous knowledge, namely 17.71%.

**Keywords:** *Innovation, Complementary Village, Family Resilience*

### 1. Pendahuluan

Pandemi Covid-19 sudah berlangsung 2 tahun lebih dimulai sejak Maret 2020 dan sampai

sekarang masih terdapat peningkatan kasus dan muncul jenis varian virus baru (He et al., 2021), banyak sektor yang terdampak akibat pandemi Covid-19 termasuk bidang kesehatan dan

\*) Correspondence Author (Rahayu Widaryanti)  
E-mail: [rwidaryanti@respati.ac.id](mailto:rwidaryanti@respati.ac.id)

ketahanan pangan, serta ekonomi (Whitworth, 2020). Beberapa penelitian menunjukkan hasil bahwa masyarakat memiliki rasa khawatir pada saat pandemi Covid-19 dan mempunyai kesadaran untuk menjaga atau meningkatkan imunitas dengan cara kembali mengkonsumsi minuman herbal yang sudah menjadi tradisi turun temurun dan terbukti secara ilmiah terbukti dapat menjaga atau meningkatkan imunitas tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh (Saragih, 2020) selama pandemi Covid-19 terdapat 76% responden yang cenderung membuat empon-empon sebagai minuman yang dapat meningkatkan imunitas tubuh, jenis rempah rempah yang sering dipakai adalah jahe (44%). Lemon (25,5%), kunyit (10%). Selama kebijakan beraktivitas dari rumah menyebabkan masyarakat mengalami kejenuhan, kebosanan, ketidaknyamanan, stres bahkan depresi sehingga berakibat pada penurunan imunitas tubuh. Untuk mengatasi permasalahan ini perlu membiasakan diri dengan situasi yang terjadi sekarang ini dengan cara mengalihkan pikiran menuju hal-hal yang positif sehingga mampu mendatangkan energi positif dari diri sendiri bahkan dari lingkungan keluarga (Lestariningsih, 2020). Untuk menciptakan ketenangan diri dapat dilakukan dengan perpaduan aktivitas fisik seperti yoga dan terapi olah pikir hypnotherapy dan *neuro linguistic programming* (NLP).

Kampung komplementer merupakan sebuah inovasi pemberdayaan masyarakat dalam mengembangkan terapi komplementer berbasis komunitas dengan tujuan meningkatkan kesehatan secara individu, keluarga dan masyarakat yang menitikberatkan pada upaya promotif dan preventif (Ratnaningsih, Maydianasari, Widaryanti, & Muflih, 2020). Kegiatan kampung komplementer ini merupakan sebuah inovasi baru dan pertamakali diterapkan di Dusun Karangrejo, Tirtomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta.

## 2. Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mengikuti aktivitas pelaksanaan yang terdiri dari tahapan survei, tahapan pelaksanaan, dan tahapan monitoring dan evaluasi. Tahapan survei meliputi peninjauan lokasi pengabdian yaitu di Dusun Karangrejo, Desa Tortomartani, Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman, sekaligus koordinasi dan sosialisasi dengan pemangku wilayah. Tahapan pelaksanaan meliputi:

- a. Kegiatan sosialisasi kampung komplementer, kegiatan ini bertujuan untuk menyampaikan kepada warga masyarakat bahwa akan dilakukan kegiatan pembentukan kampung komplementer di wilayah.
- b. Pembuatan website, media sosial yang akan digunakan sebagai media *branding* kampung komplementer
- c. Pendaftaran peserta untuk mengikuti pelatihan komplementer sesuai dengan minatnya dengan mendaftar langsung kepada admin. Untuk mempermudah koordinasi maka dibuat group melalui aplikasi Whats App
- d. Pelatihan pemanfaatan herbal sebagai upaya peningkatan imunitas tubuh
- e. Pelatihan budidaya tanaman herbal (menyiapkan media tanam, pemilihan bibit, pemeliharaan tanaman, waktu tepat usia panen, serta cara pemanenan agar mendapatkan hasil yang optimal)
- f. Pelatihan bekam, *accupoint*, akupresur untuk meningkatkan kesehatan
- g. Pelatihan terapi komplementer olah pikir mengenai *Hypnotherapy* dan *Neuro linguistic programming* (NLP)
- h. Pelatihan pijat bayi untuk menstimulasi tumbuh kembang bayi dan balita
- i. Edukasi penggunaan herbal untuk warga yg isoman

Tahapan monitoring dan evaluasi (monev) meliputi pendampingan dan evaluasi pasca tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian. Kegiatan monev ini dengan pendampingan kader dan memotivasi kader untuk tetap mengimplementasikan ilmunya dan keberlangsungan program kampung komplementer.

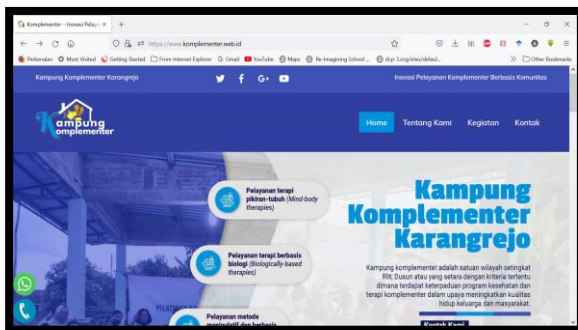
## 3. Hasil dan Pembahasan

Kampung komplementer merupakan satuan wilayah setingkat RW, Dusun atau yang setara dengan kriteria tertentu dimana terdapat keterpaduan program kesehatan dan terapi komplementer dalam upaya meningkatkan kualitas hidup keluarga dan masyarakat (Ratnaningsih, Maydianasari, Widaryanti, & Muflih, 2020). Kegiatan kampung komplementer dilakukan di Dusun Karangrejo, Karangnongko, Tirtomartani, Kalasan, Sleman. Kegiatan dimulai dengan tahapan survei sekaligus koordinasi dengan pemangku kebijakan.



**Gambar 1.** Koordinasi dengan Pemangku Kebijakan

Untuk mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini pengabdian membuat website yang bertujuan untuk media edukasi dan media *branding* kampung komplementer. Selain website kampung komplementer juga menggunakan media sosial untuk menjangkau masyarakat yang lebih luas. Website dapat diakses pada laman <https://www.komplementer.web.id>. Website kampung komplementer berisikan informasi mengenai kegiatan kampung komplementer serta jenis-jenis terapi komplementer beserta manfaatnya. Selain menggunakan website, pengabdian juga melakukan *branding* melalui media sosial instagram dengan akun @kampungkomplementer dan twitter dengan akun @kp\_komplementer dan WhatsApp group yang di ikuti oleh warga Karangrejo.



**Gambar 2.** Tampilan Website Kampung Komplementer

Upaya promosi kesehatan dan edukasi kesehatan menggunakan media sosial mempunyai banyak keuntungan karena mudah di akses, mempunyai jangkauan lebih luas dan biaya yang digunakan relatif lebih murah (Leonita & Jalinus, 2018). Penggunaan aplikasi WhatsApp efektif untuk melakukan komunikasi

antara tenaga kesehatan dan klien dengan sistem diskusi, kelebihan edukasi kesehatan menggunakan aplikasi ini adalah materi yang mudah diakses dan membutuhkan biaya yang murah (Ekadinata et al., 2017).

Langkah berikutnya yang dilakukan tim pengabdian yaitu melakukan sosialisasi kepada warga untuk mengikuti kegiatan pelatihan yang akan dilakukan pada program kampung komplementer. Adapun jenis pelatihan yang dilaksanakan pada program kampung komplementer sebagai berikut:

**a. Pelatihan pemanfaatan herbal sebagai upaya peningkatan imunitas tubuh**

Pada kegiatan pelatihan pemanfaatan herbal diselenggarakan pada tanggal 19 Juni 2021 dengan jumlah peserta 20 orang. Kegiatan dilaksanakan di balai padukuhun dengan pertimbangan tempat tersebut merupakan ruangan terbuka sehingga meminimalisir penularan Covid-19. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan cara *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat diketahui peningkatan pengetahuan selama mengikuti kegiatan. Penilaian pengetahuan di kategorikan menjadi 3 yaitu pengetahuan baik (Memiliki skor 75%-100%), pengetahuan cukup (Memiliki skor 55%-74%) dan pengetahuan kurang (Memiliki skor <55% ).

Hasil *pretest* pada table 1, menunjukkan sebanyak 5 % kader memiliki pengetahuan baik dan memiliki pengetahuan yang cukup sebanyak 65 % tentang materi pemanfaatan herbal yang berada di halaman pekarangan rumah untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Sebagian besar warga memanfaatkan tanaman herbal untuk bumbu masak, dan belum banyak yang menggunakan untuk meningkatkan daya tahan tubuh (Ratnaningsih, Maydianasari, Widaryanti, Muflih, et al., 2020).

**Tabel 1.** Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pelatihan I

Pengetahuan Kader	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang	6	30	2	10
Pengetahuan Cukup	13	65	10	50
Pengetahuan Baik	1	5	8	40
Jumlah	20	100	20	100



**Gambar 3.** Praktik pengolahan bahan herbal untuk meningkatkan daya tahan tubuh

Pada kegiatan ini tim pengabdian memberikan contoh resep yang bersumber dari kementerian kesehatan mengenai tanaman herbal yang dapat digunakan untuk meningkatkan daya tahan tubuh seperti jahe, batang sere, daun kelor, kunyit, jeruk nipis, kencur dll (BPOM, 2020).

**b. Pelatihan budidaya tanaman herbal**

Selain diberikan pelatihan tentang pemanfaatan herbal tim pengabdian juga memberikan pelatihan tentang bagaimana cara membudidayakan tanaman herbal di lingkungan rumah. Kegiatan penanaman herbal dilaksanakan pada tanggal 26 Juni 2021 dengan jumlah peserta 18 orang. Kegiatan dilaksanakan di salah satu rumah warga yang bersedia meminjamkan lahan pekarangannya untuk pembibitan tanaman yang nantinya akan dibagikan kepada masyarakat Karangrejo. Adapun jenis tanaman yang dilakukan pembibitan antara lain daun pandan, jahe, kunyit, lengkuas, daun kelor, temulawak dll. Sebelum dilakukan edukasi terlebih dahulu dilakukan pretest dan post test dengan tujuan mengukur keberhasilan pemberian materi.

Dari table 2 hasil pretest diperoleh sebanyak 33,33% kader mempunyai pengetahuan kurang dan 50% kader mempunyai pengetahuan cukup. Setelah dilakukan edukasi tentang budidaya tanaman herbal (menyiapkan media tanam, pemilihan bibit, pemeliharaan tanaman, waktu tepat usia panen, serta cara pemanenan agar menapatkan hasil yang optimal terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 72,22 % ibu mempunyai pengetahuan yang baik, dan 22,22 % ibu mempunyai pengetahuan yang cukup. Sebagian besar masyarakat kurang memahami waktu yang tepat untuk melakukan pemanenan

terhadap tanaman herbal khususnya yang berupa empon-empon, masyarakat beranggapan bahwa semakin lama ditanam maka hasilnya akan semakin baik, padahal menurut penelitian waktu pemanenan tanaman empon-empon mempengaruhi kandungan yang ada didalamnya, sehingga untuk mendapatkan hasil yang optimal perlu dilakukan pemanenan di saat yang tepat (Wabula & Umamity, 2021).

**Tabel 2** Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pelatihan

Pengetahuan Kader	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang	6	33,33	1	5,56
Pengetahuan Cukup	9	50,00	4	22,22
Pengetahuan Baik	3	16,67	13	72,22
Jumlah	18	100	18	100

Tim pengabdian memberikan beberapa benih tanaman herbal yang dapat dibudidayakan di lingkungan rumah seperti daun pandan, jahe, lengkuas, kunyit, kencur dll sehingga diharapkan setiap rumah mempunyai tanaman herbal. Kegiatan penanaman satu rumah satu tanaman toga mendapatkan dukungan dari pihak pemangku kebijakan desa, dan akan diterapkan di semua wilayah Desa Tirtomartani melalui kelompok wanita tani. Tanaman herbal mempunyai banyak khasiat terutama untuk meningkatkan imunitas pada saat pandemi Covid-19, namun jika dikonsumsi dengan dosis yang kurang tepat akan menyebabkan efek samping tertentu sehingga perlu adanya edukasi penggunaan tanaman herbal (Lisma & Rangkuti, 2021).



**Gambar 4.** Pemberian bibit tanaman herbal kepada warga

**c. Pelatihan bekam, accupoint, dan akupresur untuk meningkatkan kesehatan**

Pelatihan bekam, *accupoint*, dan akupresur untuk meningkatkan kesehatan dilaksanakan pada hari minggu, 27 Juni 2021, kegiatan ini diikuti oleh 25 kader dan dilaksanakan di balai pertemuan Karangrejo. Sebelum dilakukan edukasi terlebih dahulu dilakukan pre test dan post test dengan tujuan mengukur keberhasilan pemberian materi. Hasil pre dan posttest pada pelatihan kader komplementer bisa dilihat pada tabel 3

**Tabel 3** Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pelatihan 3

Pengetahuan Kader	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang	15	60	6	24
Pengetahuan Cukup	8	32	4	16
Pengetahuan Baik	2	8	15	60
Jumlah	25	100	25	100

Tabel 3 hasil *pretest* diperoleh 60% kader mempunyai pengetahuan kurang dan 32% mempunyai pengetahuan yang cukup. Setelah dilakukan edukasi terdapat peningkatan pengetahuan tentang terapi bekam, *accupoint*, akupresur, 60% kader mempunyai pengetahuan baik dan 16 % mempunyai pengetahuan yang cukup, namun masih terdapat 24 % kader yang mempunyai pengetahuan kurang karena pada saat edukasi kader membawa anaknya sehingga tidak bisa fokus dalam mengikuti edukasi.

Terapi bekam merupakan jenis terapi yang sudah dikenal sejak zaman Mesir kuno dan masih digunakan sampai sekarang, jenis terapi bekam ada 2 yaitu bekam kering dan bekam basah (Risniati et al., 2019). Pada kegiatan ini terapi bekam yang diajarkan yaitu terapi bekam kering dengan pertimbangan terapi bekam kering lebih kecil risikonya dibandingkan dengan bekam basah. Bekam basah menimbulkan perlukaan yang berisiko tinggi terjadinya infeksi jika tidak dilakukan dengan benar (Agung et al., 2018).

**d. Pelatihan terapi komplementer olah pikir mengenai Hypnotherapy dan Neuro linguistic programming (NLP)**

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 3 Juli 2021. Terapi komplementer olah pikir dengan Hypnotherapy dan *Neuro linguistic programming* (NLP) masih awan di masyarakat, hal ini terbukti dari hasil *pre test* masih banyak warga yang belum mengetahui bahwa hypnosis

merupakan salah satu terapi komplementer. Hasil *pre* dan *post* test pada pelatihan kader komplementer bisa dilihat pada tabel 4:

**Tabel 4.** Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pelatihan 4

Pengetahuan Kader	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang	20	80,00	6	24,00
Pengetahuan Cukup	4	16,00	12	48,00
Pengetahuan Baik	1	4,00	7	28,00
Jumlah	25	100	25	100

Tabel 4 diatas dapat diketahui sebanyak 80% responden belum mengetahui tentang terapi olah pikir khususnya mengenai *hypnotherapy* dan NLP. Banyak masyarakat beranggapan bahwa *hypnosis* mempunyai konotasi negatif dan sering digunakan untuk kejahatan, padahal *hypnosis* dapat berfungsi untuk mengatasi permasalahan kesehatan yang mempunyai efek relatif cepat (Valentine et al., 2019). Metode NLP untuk kesehatan belum begitu familiar di masyarakat, namun metode NLP ini sering digunakan pada kegiatan pemasaran. Pada penerapan NLP di bidang kesehatan dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan dan menangani trauma psikologi yang dialami oleh pasien (Lewis Walker, 2021).

Pada kegiatan ini terapi NLP juga diterapkan untuk membantu ibu menyusui yang mengalami masalah sindrom ASI berkurang yang disebabkan karena kekhawatiran pada saat pandemi Covid-19. Terapi NLP terbukti secara efektif dapat menurunkan masalah menyusui terutama kecemasan dan sindrom ASI berkurang (Widaryanti et al., 2022). Selain NLP terapi olah pikir yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah *hypnosis* dimana ibu menyusui yang mengalami sindrom ASI berkurang juga diberikan terapi *Hypnobreastfeeding* dimana metode terapi ini juga sudah terbukti dapat membantu memecahkan masalah tersebut (Laily et al., 2021) (Rahmawati Anita, 2017).

**e. Pelatihan pijat bayi untuk menstimulasi tumbuh kembang bayi dan balita**

Salah satu upaya untuk meningkatkan daya tahan tubuh serta menstimulasi tumbuh kembang bayi dan balita dapat dilakukan dengan cara pemijatan. Pelatihan pijat bayi ini dilakukan pada tanggal 7 November 2021 yang diikuti oleh 12 peserta.

**Tabel 5** Hasil Pre Test dan Post Test Pelatihan 5

Pengetahuan Kader	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang	6	50,00	3	25,00
Pengetahuan Cukup	4	33,33	2	16,67
Pengetahuan Baik	2	16,67	7	58,33
Jumlah	12	12	100	12

Berdasarkan tabel 5 sebelum dilakukan pelatihan mengenai pijat bayi terdapat 50% ibu yang mempunyai pengetahuan kurang mengenai pijat bayi dan setelah dilakukan pelatihan terdapat peningkatan pengetahuan dimana ibu yang mempunyai pengetahuan baik meningkat dari 16,67% menjadi 58,33%. Warga masyarakat Karangrejo mempunyai kebiasaan melakukan pijat bayi di dukun bayi, dimana dukun tersebut belum pernah terlatih, dan keterampilan memijat diperoleh secara turun temurun. Bayi yang dilakukan pijat dengan cara kurang tepat dapat menimbulkan efek samping seperti lebam, pembengkakan, serta pergeseran urat, cedera, bahkan dapat berisiko menyebabkan kematian oleh sebab itu pijat bayi sebaiknya dilakukan oleh tenaga terlatih atau ibu/pengasuh sendiri serta dilakukan saat bayi sudah siap untuk dipijat (Wahyuni et al., 2021).



**Gambar 5.** Pelatihan Pijat Bayi

Pijat pada bayi yang dilakukan oleh tenaga profesional dan terlatih terbukti efektif dapat membantu menstimulasi tumbuh kembang (Ekayani, 2021) serta meningkatkan kualitas tidur pada balita (Sukmawati & Imanah, 2020), selain itu pemberian pijat pada bayi juga dapat membantu meningkatkan nafsu makan dapat meningkatkan berat badan balita (Diniyati & Aulia, 2021)

**f. Edukasi penggunaan herbal untuk warga yg isoman**

Pada periode bulan Juli s.d September 2021 terjadi peningkatan kasus terkonfirmasi positif Covid-19 termasuk di wilayah Karangrejo, untuk membantu warga yang sedang isolasi mandiri pengabdian bersama kader kampung komplementer memberikan paket bahan herbal yang dapat digunakan untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Bahan herbal mempunyai potensi sebagai antivirus termasuk SARS-CoV-2 dan Covid-19, bahan herbal dapat digunakan sebagai terapi komplementer (pelengkap) untuk meningkatkan imunitas tubuh dan mencegah infeksi yang dapat diaplikasikan dalam bentuk agen antivirus pada masker, disinfektan untuk mencegah penyebaran secara aerosol atau sebagai disinfektan pada permukaan benda yang sering terpegang oleh tangan (Panyod et al., 2020).

**4. Simpulan dan Saran**

Kesimpulan kegiatan pengabdian program kemitraan masyarakat (PKM) yang telah dilakukan yaitu pembuatan website kampung komplementer dan media sosial whatsapp group, Instagram dan twitter yang digunakan sebagai media untuk edukasi, promosi maupun branding kampung komplementer. Terbentuk kader dan pengurus dari kampung komplementer yang berasal dari warga Karangrejo. Mitra memperoleh peningkatan pengetahuan baik rata-rata 50,66% dan penurunan pengetahuan kurang dari pengetahuan sebelumnya yaitu 17,71%. Mitra telah mengikuti kegiatan pelatihan meliputi pemanfaatan tanaman herbal untuk meningkatkan daya tahan tubuh/ imunitas selama pandemic Covid-19, pelatihan budidaya tanaman herbal (menyiapkan media tanam, pemilihan bibit, pemeliharaan tanaman, waktu tepat usia panen, serta cara pemanenan agar mendapatkan hasil yang optimal), pelatihan bekam, *accupoint*, dan akupresur untuk meningkatkan kesehatan, Pelatihan terapi komplementer olah pikir mengenai *Hypnotherapy* dan *Neuro linguistic programming* (NLP) dan pelatihan pijat bayi untuk menstimulasi tumbuh kembang bayi dan balita.

**5. Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima disampaikan kepada Kementerian Pendidikan Kebudayaan Riset dan teknologi yang telah memberikan dukungan

pendanaan pada hibah pengabdian masyarakat skema program kemitraan masyarakat.

## 6. Daftar Pustaka

- Agung, S. D. I. D. A., Muflih, M., & Damayanti, S. (2018). Pengaruh bekam basah pada remaja dengan IMT normal terhadap kadar gula darah sewaktu. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(2), 141-146.
- BPOM. (2020). Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19 di Indonesia. In *Jakarta: BPOM RI* (Pertama).
- Diniyati, L. S., & Aulia, A. A. (2021). Stimulasi Nafsu Makan Balita Dengan Pijat Bayi di Kampung Cijulang. *Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, 2.
- Ekadinata, N., Widyandana, D., & Widyandana, D. (2017). Promosi kesehatan menggunakan gambar dan teks dalam aplikasi WhatsApp pada kader posbindu. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(11), 547.
- Ekayani, N. P. K. (2021). Stimulasi Perkembangan dan Pijat Bayi dalam Mencapai Tumbuh Kembang Optimal di Desa Karang Bayan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 3(1), 45-51. <https://doi.org/10.32807/jpms.v3i1.796>
- He, X., Hong, W., Pan, X., Lu, G., & Wei, X. (2021). SARS-CoV-2 Omicron variant: characteristics and prevention. *MedComm*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/mco2.110>
- Laily, N., Rahman, F., Putri, A. O., Noor, M. S., Rahayu, A., Yulidasari, F., Anggraini, L., Anhar, V. Y., Sari, A. R., & Rosadi, D. (2021). Implementation of Hypnobreastfeeding Therapy as an Effort to Reduce the Incidence of Underweight on Children Aged 0-6 Months. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(E), 123-126.
- Leonita, E., & Jalinus, N. (2018). Peran Media Sosial dalam Upaya Promosi Kesehatan: Tinjauan Literatur. *INVOTEK: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi*, 18(2), 25-34. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/invotek.v18i2.261>
- Lestariningsih, R. W. (2020). Afirmasi Positif Sebagai Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Ibu Menyusui. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 548-553.
- Lewis Walker. (2021). *Changing with NLP. "A Casebook of Neuro-linguistic Programming in Medical*. Radcliffe Medical Press.
- Lisma, L. T., & Rangkuti, I. Y. (2021). Penggunaan tanaman herbal pada masa Pandemi virus corona. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(2), 148-154. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/147/134>
- Panyod, S., Ho, C.-T., & Sheen, L.-Y. (2020). Dietary therapy and herbal medicine for COVID-19 prevention: A review and perspective. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 10(4), 420-427. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jtcm.2020.05.004>
- Rahmawati Anita, B. P. (2017). *Hypnobreastfeeding untuk meningkatkan produksi asi pada ibu menyusui yang bekerja*. 48-53.
- Ratnaningsih, E., Maydianasari, L., Widaryanti, R., & Muflih. (2020). *Buku Petunjuk Teknis Kampung Komplementer*. Respati Press.
- Ratnaningsih, E., Maydianasari, L., Widaryanti, R., Muflih, M., & Maranressy, M. (2020). Pemberdayaan Masyarakat untuk Peningkatan Derajat Kesehatan dengan Pemanfaatan Herbal. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 2(1), 33-39.
- Risniati, Y., Afrilia, A. R., Lestari, T. W., Nurhayati, N., & Siswoyo, H. (2019). Pelayanan Kesehatan Tradisional Bekam: Kajian Mekanisme, Keamanan dan Manfaat. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 3(3), 212-225. <https://doi.org/https://doi.org/10.22435/jpppk.v3i3.2658>
- Saragih, B. S. F. M. (2020). *Gambaran Kebiasaan Makan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19*.
- Sukmawati, E., & Imanah, N. D. N. (2020). Efektivitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11-17.
- Valentine, K. E., Milling, L. S., Clark, L. J., & Moriarty, C. L. (2019). The efficacy of hypnosis as a treatment for anxiety: a meta-analysis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 67(3), 336-363. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/0>

0207144.2019.1613863

- Wabula, L. R., & Umamity, S. (2021). Sosialisasi Covid-19 Dan Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Upaya Pemeliharaan Kesehatan Tubuh Di Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Tehoru Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(5), 233-238. <https://doi.org/https://doi.org/10.52436/1.jpmi.34>
- Wahyuni, S. W. S., Amalia, R. A. R., & Maharani, R. M. R. (2021). Perilaku Ibu Membawa Bayi Pijat ke Dukun Bayi di Desa Titian Resak Kecamatan Seberida Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2020. *Media Kesmas (Public Health Media)*, 1(1), 1-16.
- Whitworth, J. (2020). COVID-19: a fast evolving pandemic. *Transactions of The Royal Society of Tropical Medicine and Hygiene*, 114(4), 241. <https://doi.org/10.1093/trstmh/traa025>
- Widaryanti, R., Febriati, L. D., Setyaningsih, D., Yuliani, I., & Mustamu, A. C. (2022). The Effectiveness of Neurolinguistic Programming on Perceived Insufficient Milk. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, 13(4), 922-926. <https://pnjournal.com/index.php/home/article/view/2700>