



HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PIJAT BAYI DENGAN PELAKSANAAN PIJAT BAYI SECARA MANDIRI

Diah Permata Agusti, Agusni, Ammy Indah Lestari, Ayu Oktifisesa, Tiarnida Nababan*
PUI-PT Gentle Baby Care, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia,
Jl. Sampul No.3, Sei Putih Barat, Medan Petisah, Medan, Sumatera Utara 20118, Indonesia
[*tiarnidanababan@unprimdn.ac.id](mailto:tiarnidanababan@unprimdn.ac.id)

ABSTRAK

Pijat bayi merupakan metode stimulasi dan relaksasi penting yang mendukung perkembangan fisik, emosional, serta memperlerat ikatan orang tua-anak. Namun, prevalensi keterlambatan perkembangan bayi di Indonesia masih tinggi (28,7%), sering dikaitkan dengan minimnya pengetahuan ibu mengenai pijat bayi. Survei awal di Desa Bangko Pusako menunjukkan bahwa 15 dari 20 ibu tidak melakukan pijat bayi. Tujuan: Menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang pijat bayi dengan pelaksanaan pijat bayi secara mandiri. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan sampel 20 ibu yang memiliki bayi berusia 2–12 bulan dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan lembar observasi praktik pijat bayi. Analisis menggunakan uji chi-square. Mayoritas ibu memiliki pengetahuan kurang (45,0%) dan sebagian besar tidak melakukan pijat bayi (65,0%). Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan pelaksanaan pijat bayi ($p=0,001$). Pengetahuan ibu berhubungan signifikan dengan praktik pijat bayi mandiri. Edukasi kesehatan perlu ditingkatkan untuk mendorong ibu melakukan pijat bayi secara mandiri.

Kata kunci: pelaksanaan pijat bayi mandiri; pengetahuan ibu; pijat bayi

RELATIONSHIP BETWEEN MOTHERS' KNOWLEDGE ABOUT INFANT MASSAGE AND THEIR PRACTICE OF INDEPENDENT INFANT MASSAGE

ABSTRACT

Infant massage is an important stimulation and relaxation method that supports physical and emotional development, and strengthens parent-child bonds. However, the prevalence of infant developmental delays in Indonesia remains high (28.7%), often associated with mothers' lack of knowledge about infant massage. A preliminary survey in Bangko Pusako Village showed that 15 out of 20 mothers did not perform infant massage. To analyze the relationship between maternal knowledge about infant massage and independent infant massage practice. Methods: This study used a cross-sectional design with a sample of 20 mothers with infants aged 2–12 months. Data were collected using a knowledge questionnaire and an observation sheet for infant massage practice. Analysis used the chi-square test. The majority of mothers had insufficient knowledge (45.0%), and the majority did not perform infant massage (65.0%). There was a significant relationship between maternal knowledge and infant massage practice ($p=0.001$). Maternal knowledge is significantly related to independent infant massage practice. Health education needs to be improved to encourage mothers to perform infant massage independently.

Keywords: independent infant massage practice; infant massage; maternal knowledge

PENDAHULUAN

Pijat bayi adalah sebuah metode relaksasi untuk bayi dan balita, sangat bermanfaat bagi anak. Orang tua dapat memijat bayi dan memperlerat hubungan kasih sayang mereka. Bayi merasa lebih tenang dan memiliki potensi untuk sembuh sendiri jika mereka dipijat dengan lembut. (Ayun dan Thulil Kurrota 2018). Menurut WHO, Indonesia menempati urutan ketiga di Asia Tenggara dalam hal prevalensi bayi yang mengalami disabilitas perkembangan, yaitu mencapai 28,7%. Di seluruh dunia, mengalami keterlambatan perkembangan, yang

disebabkan oleh kurangnya stimulasi bagi bayi dan minimnya pengetahuan ibu mengenai pijat bayi. Di Amerika Serikat, persentase anak yang menghadapi masalah pertumbuhan dan perkembangan sebesar 12-16%, sedangkan di Argentina angka ini mencapai 22%, dan di Hong Kong 23% (WHO, 2022). Bidan memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan bayi. Program GERMAS mendorong tindakan sejak usia dini, seperti meningkatkan perkembangan bayi dengan aktivitas fisik dan gaya hidup sehat. Senam bayi dan pijat bayi membantu menenangkan bayi, sehingga mereka dapat berkembang dengan baik dan merasa lebih nyaman. (KEMENKES,2016).

Pijatan untuk bayi sangat penting bagi pertumbuhan mereka. Aktivitas ini membantu sistem saraf, meningkatkan aliran darah, dan memperkuat ikatan emosional antara bayi dan orang tua. Dengan sentuhan lembut dari kaki hingga wajah, pijatan ini memberikan banyak manfaat seperti tidur yang lebih baik, pencernaan yang lebih lancar, dan kedekatan emosional yang lebih kuat. Pijatan juga mendukung perkembangan keterampilan motorik kasar dan membantu bayi beradaptasi dengan lingkungan mereka. (Nurul,2017). Akibatnya, sangat disarankan agar ibu memijat bayi mereka sendiri. Studi menunjukkan bahwa pijatan ini sangat membantu perkembangan fisik dan emosional bayi. Pijat bayi akan membantu nervus vagus bekerja lebih baik, yang berarti lebih banyak yang diserap oleh sistem pencernaan. Ini berarti produksi ASI akan meningkat dan bayi akan lebih lapar lebih cepat. Sudah lama diketahui bahwa kontak fisik dapat meningkatkan perkembangan anak. Namun, hanya sedikit studi ilmiah yang dilakukan tentang hal ini. Kulit adalah organ tubuh manusia dengan reseptor terbesar. Menurut Palupi (2018), sensasi menyentuh atau raba adalah indera yang aktif sejak kecil.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Erita Silvana Putri pada tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 35 responden, 7 orang (20,0%) memiliki pengetahuan yang baik, di antaranya 7 orang (20,0%) melakukan pijat bayi, dan 0 orang (0%) tidak melakukannya. 11 orang (31,4%) memiliki pengetahuan yang cukup, di antaranya 9 orang (25,7%) melakukan pijat bayi, dan 2 orang (5,7%) tidak melakukannya. Adanya Hubungan antara pengetahuan ibu tentang manfaat pijat bayi dan pelaksanaan pijat bayi secara mandiri di Desa Medan Krio pada tahun 2023 ditemukan dengan nilai Sig. 0,00 dan nilai α 0,05. (Erita Silvana Putri, tahun 2023). Hasil dari survei pertama menunjukkan bahwa dari 20 ibu yang memiliki bayi berusia antara 2- 12 bulan, dan 5 diantaranya melakukan pijat bayi, dan 15 lainnya tidak melakukannya karena ibu tidak tahu atau khawatir anaknya akan sakit saat pijat. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan tujuan untuk melihat hubungan pengetahuan ibu tentang pijat bayi dengan pelaksanaan pijat bayi secara mandiri.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan pendekatan survei analitik. Lokasi penelitian di Desa Bangko Pusako, Kecamatan Bangko Pusako, Kabupaten Rokan Hilir, pada November 2024. Populasi adalah seluruh ibu yang memiliki bayi berusia 2–12 bulan di desa tersebut. Sampel diambil secara purposive sebanyak 20 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu dan lembar observasi untuk menilai praktik pijat bayi. Analisis data meliputi analisis univariat untuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji chi-square dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1 dari 20 responden, 9 (45,0%) adalah ibu yang memiliki pengetahuan mayoritas kurang, dan 5 (25,0%) adalah ibu yang memiliki pengetahuan baik.

Tabel 1.
Pengetahuan Ibu tentang Manfaat Pijat Bayi

Pengetahuan	f	%
Baik	5	25,0
Cukup	6	30,0
Kurang	9	45,0

Tabel 2.
Pelaksanaan Pijat Bayi Secara Mandiri

Pelaksanaan Pijat Bayi Secara Mandiri	f	%
Tidak dilakukan	13	65,0
Dilakukan	7	35,0

Tabel 2 dari 20 responden, 13 adalah mayoritas ibu yang tidak melaksanakan pijat bayi (65,0%), dan 7 adalah minoritas ibu yang melaksanakan pijat bayi (35,0%).

Tabel 3.
Pengetahuan Pelaksanaan Pijat Bayi Crosstabulation

			Pelaksanaan Pijat Bayi		Total
			Tidak dilakukan	Dilakukan	
Pengetahuan	Baik	Count	5	0	5
		within Pengetahuan	100,0%	0,0%	100,0%
		within Pelaksanaan Pijat Bayi	38,5%	0,0%	25,0%
	Cukup	Count	6	0	6
		within Pengetahuan	100,0%	0,0%	100,0%
		within Pelaksanaan Pijat Bayi	46,2%	0,0%	30,0%
Kurang	Count	2	7	9	
	within Pengetahuan	22,2%	77,8%	100,0%	
	within Pelaksanaan Pijat Bayi	15,4%	100,0%	45,0%	
Total	Count	13	7	20	
	within Pengetahuan	65,0%	35,0%	100,0%	
	within Pelaksanaan Pijat Bayi	100,0%	100,0%	100,0%	

P= 0,001

Hasil uji chi-square memperlihatkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan ibu dan praktik pijat bayi dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu, semakin besar kemungkinan ibu melakukan pijat bayi secara mandiri.

PEMBAHASAN

Manfaat Pijat Bayi Dan Pelaksanaan Pijat Bayi Secara Mandiri

Hasil riset menunjukkan bahwa 20 ibu dari responden memiliki pengetahuan kurang, sebanyak 9 orang (45,0%), dan 5 ibu memiliki pengetahuan baik, sebanyak 25 %. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 responden, 13 orang (65,0%) tidak melakukan pijat bayi, dan 7 orang (35,0%) melakukannya. Pijat bayi adalah salah satu metode terapi atau stimulasi yang dapat membantu bayi tumbuh lebih cepat. Dengan pijatan dan tekanan yang lembut, otot bayi akan merelaksasi, yang membantu mereka tumbuh dengan lebih baik dan membuat tubuh mereka lebih lentur. (Yudi et al., 2019). Jika dibandingkan dengan kelompok kontrol, bayi yang menerima pijatan tampak lebih sadar dan tidak menangis. Ketika bayi dipijat, tingkat hormon stres yang berupa katekolamin dalam urin, seperti noradrenalin, adrenalin, dan kortisol, mengalami penurunan. Pijat sangat bermanfaat bagi bayi dan balita. Menurut Febriani A. , 2022. Studi yang dilakukan oleh Ernita Silvanda Putri pada tahun 2023, yang meneliti hubungan antara pengetahuan seorang ibu tentang pijatan bayi dan sifat mandiri dalam melakukannya di desa Medan Krio pada tahun yang sama, konsisten dengan ini. Dianjurkan agar ibu selalu mengikuti setiap saran yang diberikan oleh petugas kesehatan agar bisa mendapatkan pengetahuan yang lebih baik dan mampu melakukan tindakan yang lebih tepat.

Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Manfaat Pijat Bayi dengan Pelaksanaan Pijat Bayi Secara Mandiri

Hasil studi menunjukkan bahwa, terdapat kolerasi pengetahuan ibu manfaat pijat bayi dengan pelaksanaan pijat bayi secara mandiri dengan nilai p value sebesar 0,001 lebih kecil dari α (0,005). Pijat bayi umumnya diyakini oleh orang tua dan anggota keluarga diperlukan ketika anak-anak mereka sakit, seperti mengalami batuk atau flu. Namun, riset para peneliti dan ahli kesehatan mengungkapkan bahwa metode pijat bayi yang alami dapat memberikan banyak manfaat bagi si kecil. (Dian Wulandari, 2023). Menurut peneliti ini, ibu harus memijat bayi mereka sendiri. Banyak penelitian telah menunjukkan bahwa pemijatan ini sangat membantu perkembangan bayi mereka secara fisik dan emosional. Penelitian ini membuktikan bahwa pengetahuan ibu memiliki hubungan signifikan dengan praktik pijat bayi mandiri. Temuan ini sejalan dengan penelitian Erita Silvana Putri (2023) yang melaporkan adanya hubungan positif antara pengetahuan ibu dan pelaksanaan pijat bayi. Pengetahuan yang memadai memungkinkan ibu merasa lebih percaya diri dan mampu melakukan pijat bayi dengan benar. Sebaliknya, keterbatasan informasi menimbulkan kekhawatiran bahwa pijat bayi dapat membahayakan anak. Oleh karena itu, bidan dan tenaga kesehatan perlu memberikan penyuluhan yang lebih intensif terkait manfaat pijat bayi, teknik yang benar, serta waktu yang tepat untuk melakukannya. Edukasi berbasis praktik langsung juga penting agar ibu lebih terampil.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang manfaat pijat bayi dengan pelaksanaan pijat bayi secara mandiri di Desa Bangko Pusako ($p=0,001$). Edukasi dan penyuluhan kesehatan perlu ditingkatkan agar ibu memiliki pengetahuan yang baik dan terdorong melakukan pijat bayi secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M., & Iswati, S. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Ayun, M., & Thulil Kurrota, N. (2018). *Manfaat Pijat Bayi untuk Perkembangan Anak*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Dian Wulandari. (2023). *Manfaat Pijat Bayi dalam Perawatan Kesehatan Anak*. Jakarta: Penerbit Keluarga Sehat.
- Erita Silvana Putri. (2023). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi Dengan Pelaksanaan Pijat Bayi Secara Mandiri*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Febriani, A. (2022). Efektivitas Pijat Bayi dalam Menurunkan Hormon Stres. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(2), 101–108.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Nurul. (2017). *Pentingnya Sentuhan dan Pijatan Bayi dalam Tumbuh Kembang*. Jakarta: Penerbit Sejahtera Ibu dan Anak.
- Palupi, D. (2018). *Perkembangan Indera Peraba pada Bayi*. Yogyakarta: Pustaka Medis Anak.
- Santosa, H. (2019). *Dasar-dasar Statistika dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Prenada Media.
- World Health Organization. (2022). *World Report on Developmental Disabilities*. Geneva: WHO Press.
- Yudi, S., Wibowo, A., & Nurlaila, L. (2019). Pijat Bayi sebagai Stimulasi Tumbuh Kembang. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 3(1), 45–53.