

## GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG EFEKTIVITAS PIJAT BAYI DI PMB MARIANA

Youlenta Ernesontha<sup>1\*</sup>, Efrosina Ludovika Kalista<sup>2</sup>, Lina Astuty<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo

y.ernesontha@sanagustin.ac.id

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Pijat merupakan suatu seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah dipraktikkan selama berabad-abad. Pijat bayi merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara alamiah atau suatu sentuhan yang dilakukan kepada bayi agar bayi merasa nyaman. Pijat dilakukan lebih mendekati usapan lembut atau rangsangan taktil yang dilakukan pada permukaan kulit, manipulasi jaringan atau organ tubuh dengan tujuan menghasilkan efek pada syaraf otot dan sistem pernafasan serta memperlancar peredaran darah. Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pijat bayi. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan pendekatan pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia 1 tahun yang berjumlah 30 orang, sampel yang digunakan adalah total populasi. Instrumen pengumpulan data adalah kuesioner dan observasi. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Responden mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan, responden yang berpengetahuan baik lebih banyak daripada yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 responden yang masuk dalam kategori baik, hal ini dikarenakan setelah dilakukan pendidikan kesehatan terutama tentang efektivitas pemijatan bayi. **Kesimpulan:** Setelah diberikan penyuluhan pendidikan kesehatan tentang efektivitas pijat bayi, pengetahuan responden meningkat dalam kategori baik. Meningkatnya pengetahuan diharapkan ibu lebih menyadari tentang pentingnya pijat bayi sehingga ibu mau dan mampu melakukan pijat bayi secara mandiri.

**Kata Kunci:** Pendidikan Kesehatan, Ibu, Bayi, dan Efektivitas Pijat Bayi

**Background:** Massage is an art of health care and medicine that has been practiced for centuries. Baby massage is an action that is done naturally or a touch that is done to the baby so that the baby feels comfortable. Massage is carried out closer to gentle stroking or tactile stimulation carried out on the surface of the skin, manipulation of tissues or organs of the body with the aim of producing effects on the nerves, muscles and respiratory system and improving blood circulation. The goal is to increase mothers' knowledge about baby massage. **Methods:** This study is a descriptive research, with a pretest-posttest approach. The population in this study is mothers who have 1-year-old children totaling 30 people, the sample used is the total population. The data collection instruments are questionnaires and observations. **Results:** The results of this study showed an increase in knowledge after being given health education. Respondents experienced a significant increase in knowledge, there were more respondents with good knowledge than those with less knowledge, namely as many as 23 respondents who were included in the good category, this is because after health education was carried out, especially about the effectiveness of infant massage. **Conclusion:** After being given health education counseling on the effectiveness of infant massage, the respondents' knowledge increased in the good category. Increased knowledge is expected to make mothers more aware of the importance of baby massage so that mothers are willing and able to do baby massage independently.

**Keywords:** Health Education, Mother, Baby, and Effectiveness of Baby Massage

\*corresponding author: Youlenta Ernesontha (y.ernesontha@sanagustin.ac.id)

## PENDAHULUAN

Kata pertumbuhan sering kali dikaitkan dengan kata perkembangan sehingga ada istilah tumbuh kembang. Pertumbuhan berarti bertambah besar dalam ukuran fisik, akibat berlipat gandanya sel dan bertambah banyaknya jumlah zat antarsel. Sebagai contoh, seorang anak tumbuh dari kecil menjadi besar. Ukuran kecil dan besar ini dapat dicontohkan dengan perubahan berat badan dari ringan menjadi lebih berat atau dengan perubahan tinggi badan dari pendek menjadi lebih tinggi. (Suryati, 2023)

Perkembangan diartikan sebagai bertambahnya fungsi tubuh yaitu pendengaran, penglihatan, kecerdasan dan tanggung jawab. Sebagai contoh seorang anak berkembang dari hanya mampu berbaring menjadi mampu berjalan, atau dari tidak dapat berbicara menjadi mampu berbicara. (Budiarti & Yunadi, 2020)

Menurut Prianti et al. (2021) perkembangan (*development*) adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Disini menyangkut adanya proses diferensiasi dari sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ dan sistem organ yang berkembang sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Termasuk juga perkembangan emosi,

intelektual dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya.

Indikator kesehatan bayi adalah dengan pertumbuhan dan perkembangan bayi sesuai dengan usianya. Berdasarkan data WHO, 5-25% dari anak balita mengalami gangguan motori kasar maupun halus. Masalah keterlambatan perkembangan di Indonesia masih sangat banyak, padahal program peningkatan kualitas anak menjadi salah satu prioritas pemerintah. Prevalensi gangguan perkembangan berkisar antara 12,8-16%, sebanyak 30% bayi mengalami keterlambatan ringan motorik kasar, seperti kemampuan bolak-balikan badan seharusnya pada usia 3-4 akan dialami usia lebih dari 5 bulan. (Nurseha & Subagiyo, 2022)

Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang yaitu nutrisi yang tercukupi, sentuhan atau rangsangan yang dilakukan secara teratur, dan lingkungan keluarga yang mendukung yang merupakan dasar untuk perkembangan bayi (Merida & Hanifa, 2022). Bayi memerlukan stimulasi untuk dapat tumbuh kembang secara optimal serta menimbulkan rasa nyaman dan rasa percaya diri sehingga bayi lebih responsif terhadap lingkungannya dan lebih berkembang. Kurangnya stimulasi taktil dapat menimbulkan penyimpangan perilaku sosial, emosional dan motorik (Nurseha & Subagiyo, 2022).

Pijat bayi merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara alamiah atau sentuhan yang dilakukan kepada bayi agar bayi merasa nyaman. Sentuhan alamiah yang diberikan kepada bayi dengan tindakan mengurut atau memijat. Jika tindakan ini dilakukan secara teratur dan sesuai dengan tata cara dan teknik pemijatan bayi, pemijatan ini bisa menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat (Afriyani & Salafas, 2019). Pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan- usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah (F. Sari et al., 2023).

Secara global sekitar 20-40% bayi dan balita usia 0-3 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Penyelesaian masalah perkembangan anak di berbagai negara maju dan berkembang di antaranya di Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22%, dan Hongkong 23%. Beberapa penelitian yang telah di evaluasi berdasarkan berdampak kegagalan perkembangan (Panglipurwati & Hamim, 2023).

Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi atau balita di masyarakat perannya masih di pegang oleh dukun. Selama ini, pemijatan tidak hanya dilakukan bila bayi atau balita sehat, tetapi juga pada balita sakit atau rewel

dan sudah menjadi rutinitas perawatan balita. Sibero et al. (2020) menyatakan bahwa pijat bayi mempunyai banyak manfaat yang besar bagi ibu dan balita bila dilakukan secara mandiri, namun saat ini ibu belum mau memijat balitanya sendiri dengan alasan takut jika salah atau kurang puas jika dipijat sendiri oleh ibu, dan lebih suka memijatkan balitanya ke dukun atau ke spa, penyebab dalam hal ini adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang pelaksanaan pijat balita secara mandiri. Pengetahuan ibu merupakan segala sesuatu yang diketahui oleh ibu, dengan pengetahuan yang kurang tentang pelaksanaan pijat balita secara mandiri akan mempengaruhi pemahaman ibu dalam pelaksanaan pijat bayi (Ayuningtyas, 2019).

Berdasarkan survei pendahuluan yang peneliti lakukan di PMB Mariana Pontianak sebagai langkah awal dilakukan pembagian kuesioner kepada yang memiliki anak usia 1 tahun, sebagai langkah awal dilakukan wawancara kepada 10 Ibu, didapat 7 dari ibu tersebut yang tidak mengerti mengenai Pijat Bayi Usia 1 tahun, sementara 3 di antaranya mengetahui mengenai Pijat Bayi Usia 1 tahun dan pernah memijat bayinya kepada tenaga profesional.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat bayi.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan pendekatan pretest-posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak 1 tahun yang berjumlah 30 orang, adapun sampel yang digunakan yaitu total populasi. Instrumen pengumpulan data yaitu kuesioner dan observasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, karakteristik responden penelitian dapat dilihat pada tabel 1. Distribusi responden menurut umur menunjukkan distribusi tertinggi adalah responden yang berusia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 17 responden (40 %). Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa distribusi tertinggi adalah responden yang tingkat pendidikannya SMP, yaitu sebanyak 20 responden (66,6%) dan distribusi terendah terletak pada responden yang tingkat pendidikannya Tinggi yaitu sebanyak 4 responden (14,4 %).

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	N	%
<b>Usia</b>		
< 20	1	3,3%
20 - 35	17	40%
>35	12	56,7%
<b>Pendidikan</b>		
SD	6	20 %
SMP	20	66.6 %
SMA/PT	4	14.4 %
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	22	73,3%
Bekerja	8	23,3%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Distribusi responden menurut pekerjaannya menunjukkan distribusi tertinggi adalah responden yang tidak bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga, yaitu sebanyak 22 responden (73,3%).

Tabel 2 Pengetahuan Sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Baik	3	10%	23	77,6%
Cukup	8	27%	2	8,4%
Kurang	19	63%	5	14%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu mengenai efektivitas pijat bayi sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 19 orang kategori kurang. Hasil penelitian setelah dilakukan Pendidikan kesehatan terdapat 23 responden dalam kategori baik, dan 5 responden kategori kurang.

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan ibu tentang efektivitas pijat bayi sebelum diberi pendidikan kesehatan sebanyak 19 orang dalam kategori kurang. Pengetahuan dari responden tersebut terlihat melalui hasil analisa dan observasi yang dilakukan oleh peneliti, responden tidak mengetahui manfaat serta bagaimana cara memijat bayi sehingga para ibu belum bisa melakukan pijat bayi secara mandiri. Selain itu kurangnya informasi kesehatan dan kesadaran ibu tentang pentingnya memijat bayi sendiri menjadi alasan ibu lebih memilih memijatkan bayinya pada dukun

pijat. Berdasarkan hasil penelitian ini dari keterangan para ibu dan petugas kesehatan setempat bahwa para ibu masih sering memijat bayinya pada tukang pijat atau dukun bayi di daerah tersebut dimana hal itu sudah menjadi sebuah tradisi secara turun - temurun. Saat ini masih banyak ibu yang memijat bayinya ke dukun bayi karena mereka percaya berdasarkan pengalaman dan kepercayaan bahwa pemijatan tersebut dapat menyembuhkan penyakit yang dialami oleh bayi (Na'mah & Kusumastuti, 2019).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan, dimana pengetahuan diperoleh melalui pendidikan, pengalaman sendiri maupun orang lain. Sedangkan sebelumnya responden belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang efektivitas memijat bayi (Setyani, 2020).

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sesudah diberi pendidikan kesehatan. Responden mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan, responden yang berpengetahuan baik lebih banyak dari pada yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 responden dalam kategori baik, hal ini dikarenakan setelah dilakukan pendidikan kesehatan khususnya tentang efektivitas memijat bayi. Meningkatnya pengetahuan diharapkan ibu lebih menyadari tentang pentingnya pijat bayi sehingga ibu mau dan mampu melakukan pijat bayi secara

mandiri. Pengetahuan dan akses informasi berhubungan dengan perilaku pijat bayi ibu, semakin tinggi pengetahuan ibu tentang pijat bayi, maka semakin banyak ibu yang melakukan pijat bayi pada bayinya. Menurut penelitian (Sadiman & Islamiyati, 2019). Responden yang diberi pendidikan kesehatan mengalami peningkatan ketrampilan pijat bayi 3 x lipat dikarenakan ibu yang mendapatkan penyuluhan tentang pijat bayi memiliki ketrampilan dan pengetahuan yang lebih baik, selain itu para responden merasa memiliki ikatan emosional yang lebih baik dengan bayi, pijat menjadikan bayi cenderung sedikit menangis, meningkatkan nafsu makan bayi (ASI maupun susu formula) (Akhiriyanti & Nisa, 2020). Namun hal ini tidak sejalan dengan penelitian Mariana & Sopiaturun (2020) mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik tentang pijat bayi tidak menjamin orang tersebut termotivasi untuk melakukan pijat bayi secara mandiri, hal ini dimungkinkan karena ibu hanya sekedar memahami saja namun ibu belum mampu melakukan pijat bayi sendiri atau ada faktor lain yang mempengaruhi seperti pengalaman masa lampau, situasi lingkungan, orang tua, sikap maupun keadaan yang mendesak atau bahaya (L. P. Sari & Rosidi, 2019).

## KESIMPULAN

Sosialisasi pendidikan kesehatan pada ibu yang memiliki bayi usia 1 tahun terhadap efektivitas pijat bayi di PMB Mariana Pontianak menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan yang signifikan sebanyak 23 responden (77,6%) berpengetahuan baik setelah diberi penyuluhan Pendidikan kesehatan tentang efektivitas pijat bayi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, L. D., & Salafas, E. (2019). Efektifitas Media Promosi Kesehatan ASI Perah terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Bekerja untuk Memberikan ASI Eksklusif. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 8(1), Article 1. <https://doi.org/10.30591/siklus.v8i1.1053>
- Akhiriyanti, E. N., & Nisa, H. (2020). Mengenal Terapi Komplementer dalam Kebidanan pada Ibu Nifas, Ibu Menyusui, Bayi dan Balita. *Trans Info Media*.
- Ayuningtyas, I. F. (2019). *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer Dalam Kebidanan*. PT. Pustaka Baru. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=10759463063768276232&hl=en&oi=scholar>
- Budiarti, T., & Yunadi, F. D. (2020). *Tata Laksana Stimulasi Pijat Bayi*. Insan Cendekia Mandiri Group.
- Mariana, J., & Sopiatur, R. (2020). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Pada Bayi Usia 3 Sampai 6 Bulan di Kelurahan Mandalika Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Tahun 2019. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.32807/jmu.v2i2.100>
- Merida, Y., & Hanifa, F. N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), Article 1.
- Na'mah, L. U., & Kusumastuti, K. (2019). Efektifitas Baby Massage dan Baby Gym terhadap Perkembangan Bayi 3-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), Article 1. <https://doi.org/10.48144/jiks.v12i1.133>
- Nurseha, N., & Subagiyo, S. U. (2022). Efektifitas Pijat Bayi terhadap Perkembangan Bayi (Motorik Kasar, Motorik Halus, Sosial Kemandirian dan Bahasa) Pada Bayi Usia 6-7 Bulan di Desa Dermayon Kramatwatu. *Journal Of Midwifery*, 10(2), Article 2. <https://doi.org/10.37676/jm.v10i2.3273>
- Panglipurwati, C., & Hamim, N. (2023). Pijat Bayi Dengan Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Midwifery Journal*, 3(3), Article 3. <https://doi.org/10.33024/mj.v3i3.12232>
- Prianti, A. T., Darmi, & Kamaruddin, M. (2021). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Motorik Pada Bayi 3-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar. *Medika Alkhairaat : Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.31970/ma.v3i1.66>
- Sadiman & Islamiyati. (2019). Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan, Lama Waktu Tidur dan

- Kelancaran Buang Air Besar. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(2), Article 2.  
<https://doi.org/10.26630/jkm.v12i2.1974>
- Sari, F., Aprillia, Y. T., Mawarni, E. S., Ariyanti, I., & Sanusi, A. (2023). Pijat Bayi Sebagai Relaksasi dan Meningkatkan Imunitas Pada Masa Pandemi. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 7(2), Article 2.  
<https://doi.org/10.52643/pamas.v7i2.2151>
- Sari, L. P., & Rosidi, I. Y. D. (2019). Peningkatan Berat Badan Bayi 0 – 6 Bulan Melalui Tindakan Pemijatan Bayi. *Patria Artha Journal of Nursing Science*, 3(2), Article 2.  
<https://doi.org/10.33857/jns.v3i2.275>
- Setyani, R. A. (2020). *Buku Kebidanan Komplementer dengan Pendekatan Holistik*. Graha Ilmu.  
[https://scholar.google.co.id/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=id&user=gJUYipEAAAAJ&citation\\_for\\_view=gJUYipEAAAAJ:8k81kl-MbHgC](https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=gJUYipEAAAAJ&citation_for_view=gJUYipEAAAAJ:8k81kl-MbHgC)
- Sibero, J. T., Sartika, D., Wardani, F. K., & Padilah, A. (2020). Pelatihan Pijat Bayi Bagi Ibu di Wilayah Kerja Puseksmas Tanjung Marulak Kota Tebing Tinggi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ilmu Kesehatan*, 1(1), 07–10.
- Suryati, B. A. S. (2023). Hubungan pola Asuh terhadap Kejadian Stunting pada Anak Usia 6-23 Bulan di wilayah Kerja Puskesmas Bontonompo II Kabupaten Gowa. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin*.

