



Terapi Sentuhan Pijat Bayi Untuk Merangsang Perkembangan Dan Pertumbuhan Bayi Di Kelurahan Katimbang Kecamatan Biringkanaya

Leli^{1*}, Darmi Arda², Sitti Fatimah³, Rizky Aulia Juniarti⁴, Ainun Jariyah⁵, Ricda Nurhikmayanti Hamzah⁶, Elvira Safidni⁷, Rosmiati⁸, Hijrawati⁹, Ernawati¹⁰, Susi Rabuana¹¹

^{1,5} Program Studi Kebidanan, Universitas Cokroaminoto Makassar

² Program Studi Kebidanan, Politeknik Sandi Karsa

³ Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Bataritoja Bone

⁴ Program Studi Kebidanan, Universitas Islam Makassar

⁶ Program Studi kebidanan, Universitas Islam Makassar

⁷ Program Studi Profesi Ners, Institut Kesehatan dan Bisnis St Fatimah Mamuju

^{8,11} Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan dan Bisnis St Fatimah Mamuju

⁹ Program Studi Kebidanan, STIKes Gunung Sari

¹⁰ Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan Dan Bisnis Kurnia Jaya Persada

Abstract

Baby massage is one of the touch therapies that can meet the three basic needs, namely physical - biological needs, emotional - love needs, and stimulation needs, because in practice baby massage contains elements of touch in the form of affection, voice or speech, eye contact, movement, and massage. The purpose of the study was to stimulate the development and growth of babies in the Katimbang sub-district, Biringkanaya district. The research method used in this study was quantitative. using a pre-experiment in the one group pre-test-post-test design approach using a purposive sampling technique. The results of the study, the results of the statistical test using the Mann Whitney test obtained a p-value ($0.009 < 0.05$). This states that H_a is accepted. The conclusion of the study shows that stimulation in the form of massage on babies has a positive impact on the development of babies that are carried out routinely, causing more optimal development.

Keywords: Touch Therapy, Stimulating Baby Development and Growth, Katimbang Sub-District, Biringkanaya District

Abstrak

Pijat bayi merupakan salah satu terapi sentuhan yang bisa memenuhi ketiga kebutuhan pokok baik kebutuhan fisik - biologis, kebutuhan emosi - kasih, dan kebutuhan stimulasi, karena dalam prakteknya pijat bayi mengandung unsur sentuhan berupa kasih sayang, suara



atau bicara, kontak mata, gerakan, dan pijatan. Tujuan penelitian adalah untuk merangsang perkembangan dan pertumbuhan bayi di kelurahan katimbang kecamatan biringkanaya. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. menggunakan pre experiment pada rancangan pendekatan one group pre test-post test design dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara purposive sampling. Hasil penelitian hasil uji statistik menggunakan uji Mann Whitney diperoleh nilai p-value ($0,009 < 0,05$). Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa Stimulasi berupa pijatan pada bayi berdampak positif terhadap perkembangan bayi yang dilakukan secara rutin menyebabkan perkembangan yang lebih optimal.

Kata Kunci: Terapi Sentuhan, Merangsang Perkembangan Dan Pertumbuhan Bayi, Kelurahan Katimbang Kecamatan Biringkanaya

*Korespondensi : Leli
*Email : lelinurman93@gmail.com

I. PENDAHULUAN

Baby massage adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapanusapan 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 (Roesli, 2012).

Pijat bayi adalah terapi sentuhan tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang di praktekkan sejak berabad - abad silam lamanya. Bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia (Wati, 2012).

Tehnik pijat pada bayi sebaiknya dimulai dari kaki bayi karena umumnya bayi lebih menerima apabila dipijat pada daerah kaki. Dengan demikian akan memberi kesempatan pada bayi untuk membiasakan dipijat sebelum bagian lain dari badannya disentuh (Nurmalasari, Agung, and Nahariani, 2016). Susan (2013) menyatakan bahwa pijat bayi sebaiknya dimulai



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

dari bagian kaki, perut, dada, tangan, muka dan di akhiri pada bagian punggung. Pernyataan tersebut juga didukung oleh (Utami) 2016 dalam bukunya menyatakan bahwa sebaiknya urutan pemijatan bayi dianjurkan dimulai dari bagian kaki, perut, dada, tangan, muka dan di akhiri pada bagian punggung.

Sentuhan dalam bentuk pijatan lembut mengungkapkan rasa kasih sayang ibu dan mampu memenuhi kebutuhan bayi akan kontak fisik. Setiap perubahan emosional menimbulkan reaksi otot, dengan mengurangi ketegangan otot, pijat bayi menenangkan emosi dan membantu meringankan beberapa trauma dan kecemasan yang berhubungan dengan masa kelahiran, lingkungan yang baru, dan masa penyapihan. Kulit memasok informasi terus-menerus ke sistem saraf pusat tentang lingkungan sekitar tubuh, melalui sentuhan kulit yang berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang anak.

Kualitas tidur adalah Mutu atau keadaan fisiologis tertentu yang didapatkan selama seseorang tidur, yang memulihkan proses - prosestubuh yang terjadi pada waktu orang itu bangun. Jika kualitas tidurnya bagus artinya fisiologi, dalam hal ini sel otak misalnya pulih kembali seperti semula saat bangun tidur (Khasanah, 2017).

Kualitas tidur bayi tidak hanya berpengaruh pada perkembangan fisik, tapi juga sikapnya keesokan hari. Bayi yang tidur cukup tanpa sering terbangun akan lebih bugar dan tidak gampang rewel. Bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika pada malam hari tidurnya kurang dari 9 jam, terbangun lebih dari 3 kali dan lama terbangunnya lebih dari 1 jam. Selama tidur bayi terlihat selalu rewel, menangis dan sulit tidur kembali (Goleman, Boyatzis, and Mckee, 2018).

Para peneliti di Carnegie Mellon University of Pennsylvania menemukan bahwa kuantitas serta kualitas tidur sesungguhnya mempengaruhi bagaimana orang bisa menjadi sakit. Ciri-ciri bayi cukup tidur yaitu, bayi akan dapat jatuh tertidur dengan mudah di malam hari, bugar saat bangun tidur, tidak rewel, dan tidak memerlukan tidur siang yang melebihi kebutuhan sesuai dengan perkembangannya. Kualitas dan kuantitas tidur bayi berpengaruh tidak hanya perkembangan fisik, juga terhadap perkembangan emosionalnya. Bayi yang tidur cukup tanpa terbangun lebih bugar dan tidak gampang rewel keesokan harinya (Nurmalasari, Agung, and Nahariani, 2016).

II. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian pre-experiment pendekatan one group pre test-post test design. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 18 Mei tahun 2024 di di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Katimbang Kecamatan Biringkanaya.

Perhitungan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu pengambilan sampel yang di dasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang di buat oleh peneliti sendiri berdasarkan ciri atau sifat-sifat yang sudah di ketahui sebelumnya. Pengukuran dan Pengumpulan Data Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tumbuh kembang.

Pada dasarnya sentuhan orang tua adalah dasar perkembangan komunikasi yang akan memupuk cinta kasih, timbal balik dan akhirnya menjadi penentu bagi anak untuk menjadi anak yang berbudi pekerti dan percaya diri.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Tumbuh Kembang Sebelum Massage pada Bayi

| No | Sebelum Massage | Frekuensi | Presentase |
|----|-----------------|-----------|------------|
| 1 | Kurang | 10 | 62,5 |
| | Cukup | 6 | 37,5 |
| 2 | Jumlah | 16 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa tumbuh kembang pada bayi sebelum *massage* bayi memiliki proporsi lebih banyak tumbuh kembang kurang sebanyak 10 orang (62,5%) sedangkan tumbuh kembang cukup sebanyak 6 orang (37,5%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tumbuh Kembang Sesudah Massage pada Bayi

| No | Sesudah <i>Massage</i> | Frekuensi | Presentase |
|----|------------------------|-----------|------------|
| 1 | Kurang | 3 | 18,8 |
| | Cukup | 6 | 37,5 |
| | Baik | 7 | 43,8 |
| 2 | Jumlah | 16 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa tumbuh kembang pada bayi sesudah *massage* bayi memiliki proporsi lebih banyak tumbuh kembang baik sebanyak 7 orang (43,8%) sedangkan tumbuh kembang cukup sebanyak 6 orang (37,5%) dan tumbuh kembang kurang sebanyak 3 orang (18,8%).

b. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tumbuh kembang pada bayi sebelum *massage* memiliki proporsi lebih banyak tumbuh kembang kurang sebanyak 10 orang (62,5%) sedangkan tumbuh kembang cukup sebanyak 6 orang (37,5%). Diketahui bahwa tumbuh kembang pada bayi sesudah *massage* memiliki proporsi lebih banyak tumbuh kembang baik sebanyak 7 orang (43,8%) sedangkan tumbuh kembang cukup sebanyak 6 orang (37,5%) dan tumbuh kembang kurang sebanyak 3 orang (18,8%). Perkembangan bayi yang diberikan stimulasi berupa pijat bayi menunjukkan tingkat perkembangan dengan kategori Normal yang dinilai Bayi dengan pijatan menunjukkan hasil yang lebih optimal.

Stimulasi merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi setelah kelahiran dan juga merupakan kebutuhan dasar untuk tumbuh kembang yang harus terpenuhi karena mempengaruhi perkembangan mental psikososial bayi yaitu kecerdasan, keterampilan, kemandirian, kreativitas, agama, kepribadian, moral - etika, juga produktivitas (Adriana, 2011).

Pijat bayi merupakan salah satu terapi sentuhan yang bisa memenuhi ketiga kebutuhan pokok (kebutuhan fisik - biologis, kebutuhan emosi - kasih, kebutuhan stimulasi) tersebut karena dalam praktiknya pijat bayi ini mengandung unsur sentuhan berupa kasih sayang, suara atau bicara, kontak mata, gerakan, dan pijatan (Riksani, 2012).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh The Brazelton Neonatal tahun 2001 bahwa bayi yang diberikan *massage* terjadi peningkatan motorik yang cukup signifikan dibandingkan dengan yang tidak. Bayi dapat mengalami perkembangan jika mendapatkan rangsangan pada kulit yang akan memberikan efek nyaman dan meningkatkan perkembangan neurologi sehingga perkembangan motoriknya lebih cepat.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Penelitian terdahulu yang dilakukan di Medan oleh Bastian dkk tahun 2014 tentang pijat bayi yang dilakukan oleh pemijat bayi tradisional di Kecamatan Medan Area Sumatera Utara dengan metode penelitian kualitatif. Dari hasil penelitiannya menyebutkan kesimpulan bahwa pengetahuan pemijat bayi terhadap cara pemijatan lebih banyak mengikuti dari keturunan dibandingkan dengan cara yang sudah banyak dituliskan oleh buku dan sudah sesuai dengan keamanan dan standart kesehatan pemijatan, pemijatan lebih mengarah kepada pengobatan dari pada pencegahan, banyak cara dan bahan yang digunakan tidak sesuai dengan buku pijat bayi. Pemijat bayi masih dipercaya karena banyak masyarakat yang percaya bahwa anaknya sakit karena magis seperti keteguran ketika bermain dibawah pohon bukan karena penyakit modern dan diobati dengan melakukan pilis atau dipilis menggunakan kunyit sehingga mereka bisa sembuh, selain itu pemijat bayi juga mempunyai sikap yang ramah dan memberikan penjelasan kepada pasiennya dengan bahasa sehari-hari sehingga mereka lebih percaya dan dapat memahaminya.

Penelitian lainnya yaitu mengenai Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kemampuan Mengangkat Kepala pada Posisi Tengkurap Bayi Usia 3 - 4 Bulan (Triandari, 2011). Penelitian menunjukkan nilai rata - rata kemampuan mengangkat kepala pada posisi tengkurap kelompok kontrol sebelum dilakukan pijat bayi sebesar 15,08 detik, sedangkan setelah dilakukan pijat bayi sebesar 30,42 detik selisih keduanya sebesar 14,25 detik. Kelompok perlakuan menunjukkan kemampuan rata-rata sebelum dilakukan pijat bayi sebesar 16,40 detik dan setelah diberi pijat bayi sebesar 34,46 detik dengan selisih waktu 18,06 detik. Hasil uji statistik menunjukkan ada beda pengaruh antara kemampuan mengangkat kepala pada posisi tengkurap setelah dilakukan pijat bayi.

IV. KESIMPULAN

Manfaat pijat bayi adalah a. Meningkatkan jumlah dan sitotoksisitas dari sistem imunitas (sel pembunuh alami). b. Mengubah gelombang otak secara positif. c. Memperbaiki sirkulasi darah dan pernafasan. d. Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan. e. Meningkatkan kenaikan berat badan. f. Mengurangi depresi dan ketegangan. g. Meningkatkan kesiagaan. h. Membuat tidur lelap. i. Mengurangi rasa sakit. j. Mengurangi kembung dan kolik (sakit perut). k. Meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayinya (bonding).



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Menurut World Health Organization (WHO), usia bayi pada beberapa bulan pertama kehidupannya yakni usia 1 sampai dengan 6 bulan merupakan tahap usia yang sangat penting bagi bayi, karena pada usia ini bayi memerlukan makanan yang bergizi tinggi dan stimulasi untuk mencapai tingkat pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arda, D., Ekawati, N., Marzuki, M., Syafri, M., Malaha, N., Nurhaedah, N., K, H., & Serli, S. (2023). Pengetahuan Ibu Dengan Penyakit Diare Pada Balita. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 169–171. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i2.25>
2. Aminati, Dini, 2013, *Pijat dan Senam untuk Bayi dan Balita*, Yogyakarta: Solusi Distribusi Amiruddin dan Zainal Asikin, 2013, *Pengantar Metode Penelitian Hukum*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
3. Budiman, Ari Muhammad, 2014, *Bidan yang Menjalankan Fungsi di Luar Kewenangan Sehingga Merugikan Pasien*, Tesis. Tidak diterbitkan. Program Studi Magister Hukum Pasca Sarjana. Universitas Airlangga: Surabaya.
4. Cahyani, Mailiza, and Betty Prastuti. 2020. Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)* 4(2): 39–45.
5. Candraini, Eka Trilova, and Lala Budi Fitriana. 2019. Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3 -12 Bulan Yang Dilakukan Baby Spa Dan Tidak Dilakukan Baby Spa.
6. Desy, Dkk. 2019. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan. *Jurnal Medika Karya Ilmiah kesehatan* 4(2).
7. Dewi, Aminin, & Gunnara. 2014. The Effects of Massage on the Quality of Sleeping in Babies 3-4 Months Old at Gelatik and Nuri IHCs of Tanjung Unggat Village of Tanjungpinang in 2014. *Jurnal Ners dan Kebidanan*. 1(3).
8. Fatimah, S., Mainassy, M. C., & Ula, Z., (2024). Sosialisasi Dan Pendampingan Penggunaan Bulu Bulu Panas Untuk Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Di Desa Tangkil Kabupaten Bogor. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 34–41. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i1.512>
9. Ferinawati Ss. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian. 2020;6(1):353–63.
10. Hestiyana N, Razy F. Korelasi Hipertensi Pada Persalinan Dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (Bblr) Di Rsud Dr. H. Moch Anshari Saleh Banjarmasin. *Proceeding Sari Mulia Univ Midwifery Natl Semin*. 2019;(1):177–87.
11. Haryanti SY, Pangestuti DR. Anemia Dan Kek Pada Ibu Hamil Sebagai Faktor Risiko Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (Bblr) (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Juwana Kabupaten Pati). *J Kesehat Masy*. 2019;7.



12. Hamzah, R. N., Mukriani, M., Yermi, Y., Utari, U., Ula, Z., Bahrin, S., & Lonik, L. (2024). Edukasi Dan Pengembangan Pengetahuan Siswa Siswi Smp Makassar Tentang Tiga Ancaman Dasar Kesehatan Reproduksi Remaja (Triad). *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 215–223. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i1.561>
13. Khoiriah A. Hubungan Antara Usia Dan Paritas Ibu Bersalin Dengan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) Di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *J Kesehat*. 2017;8(2):310.
14. Khosravi S, Dabiran S, Lotfi M, Asnavandy M. Study Of The Prevalence Of Hypertension And Complications Of Hypertensive Disorders In Pregnancy. *Open J Prev Med*. 2014;04 (11): 860–7.
15. Leli, L., Saad, R., Mayasari, E., & Jariyah, A. (2024). Nutritional Status of Toddlers on Mothers' Knowledge About Worm Infections in the Working Area of Kassi Kassi Health Center Makassar. *International Journal of Health Sciences*, 2(1), 179–190. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i1.264>
16. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 8 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Spa.
17. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak.
18. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 66 Tahun 2014 tentang Pemantauan Tumbuh Kembang Anak dan Gangguan Tumbuh Kembang Anak.
19. Purwandari, Haryatiningsih dan Wastu Adi Mulyono dan Suryanto, 2014, Perkembangan Balita: Deteksi Dini dan Stimulasi Tumbuh Kembang Balita, Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
20. Sudaryono, S., Manurung, H., & Pannyiwi, R. (2024). Kehadiran Komponen Cadangan (KOMCAD) Dalam Pertahanan Negara: Implementasi Operasi Militer Selain Perang (OMSP). *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1), 72–89. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i1.540>
21. Siregara Cnq. Karakteristik Ibu Yang Melahirkan Bayi Dengan Berat Badan Lahir Rendah (Bblr) Di Rsu Dr. Pirngadi Medan Tahun 2017 Skripsi. 2019.
22. Wijayanti, L. A., M, W., Simatupang, R., Reffita, L. I., Nurpratama, W. L., Palayukan, S. S., & Pannyiwi, R. (2024). Mother's Knowledge About Nutrition, Disease Infections And Snacking Habits With Nutritional Status Early Age Children In Garessi National Kindergarten. *International Journal of Health Sciences*, 2(4), 1276–1288. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i4.524>