

Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Motorik Pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Klinik “A” Bogor

Miftahul Jannah, Dewi Nawangsari, Della Erriani Akaputri
Universitas Respati Indonesia
Email: miftah@urindo.ac.id

Abstrak

Pijat bayi adalah salah satu bentuk stimulasi yang tidak hanya menyehatkan, tetapi juga memberikan manfaat besar bagi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, pijatan mampu memperkuat ikatan emosional antara orang tua dan bayi melalui sentuhan lembut pada kulit. Aktivitas ini menjadi wujud nyata dari kasih sayang, yang dapat memberikan pengaruh positif terhadap aspek fisik, emosional, serta perkembangan keseluruhan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan perkembangan motorik pada bayi sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat, serta mengevaluasi efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan kemampuan motorik pada bayi usia 6–12 bulan di Klinik Al-Husna, Bogor. Studi ini menggunakan rancangan penelitian kuasi eksperimen dengan pendekatan *nonequivalent pretest-posttest control group*. Responden kali ini adalah Seluruh bayi berusia 6-12 bulan yang melakukan pijat bayi di klinik Al-Husna sebanyak 50 orang, dengan 25 bayi sebagai kelompok kontrol dan 25 yang mendapat perlakuan pijat bayi dengan analisis data yaitu univariat dan bivariat. Secara statistik untuk hasil yang di dapatkan pada Uji T ini adalah sig 0,00 sehingga artinya ada perbedaan yang signifikan antara peningkatan motorik bayi yang melakukan pijat bayi dengan yang tidak melakukan pijat bayi. Penulis menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara bayi yang dilakukan pijat bayi dengan bayi yang tidak rutin dilakukan pijat bayi. Penulis Menghimbau kepada ibu yang memiliki bayi berusia 6-12 bulan untuk secara rutin melakukan pijatan pada bayi karena banyak sekali manfaat yang didapatkan baik secara motorik maupun secara sensorik.

Kata Kunci : Pijat Bayi, bayi usia 6-12 bulan, peningkatan motorik

Abstract

Baby massage is a form of stimulation that not only promotes health but also provides significant benefits for the growth and development of children. In addition, massage helps strengthen the emotional bond between parents and their babies through gentle skin-to-skin contact. This activity represents a tangible expression of affection that can have a positive impact on the baby's physical, emotional, and overall development. This study aims to analyze the differences in motor development in infants before and after massage therapy, as well as to evaluate the effectiveness of baby massage in improving motor skills in infants aged 6–12 months at Al-Husna Clinic, Bogor. This research uses a quasi-experimental design with a nonequivalent pretest-posttest control group approach. The respondents consisted of all infants aged 6–12 months who received baby massage at Al-Husna Clinic, totaling 50 participants—25 in the control group and 25 in the treatment group. Data were analyzed using univariate and bivariate methods. Statistically, the results of the T-test showed a significance value of 0.00, indicating a significant difference in motor improvement between babies who received massage and those who did not. The author concludes that there is a significant relationship between babies who received regular massage and those who did not. The author encourages mothers with babies aged 6–12 months to perform regular baby massage due to its numerous motor and sensory benefits.

Keywords: Baby Massage, Infants Aged 6–12 Months, Motor Development Improvement

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Masa bayi merupakan tahap awal kehidupan yang berlangsung sejak kelahiran hingga usia 11 bulan. Periode ini dibagi menjadi dua fase utama, yaitu fase neonatal yang mencakup usia 0 hingga 28 hari, serta fase post-neonatal yang berlangsung dari hari ke-29 sampai bayi berusia 11 bulan (Dewi RC, Oktiawati A, Saputri LD, 2015). Pertumbuhan dan perkembangan merupakan dua aspek yang saling berkaitan dalam proses tumbuh kembang bayi. Periode usia 0–12 bulan dikenal sebagai fase emas sekaligus masa yang sangat krusial dalam perkembangan individu. Disebut sebagai masa emas karena fase ini berlangsung singkat dan tidak dapat terulang, menjadikannya momen yang penting untuk dimaksimalkan secara optimal. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya (Nugrohowati R, Nurhidayati E, 2015). Proses tumbuh kembang bayi dipengaruhi oleh berbagai faktor utama. Pertama, faktor genetik yang mencakup karakter bawaan seperti kondisi fisik normal maupun patologis, jenis kelamin, serta latar belakang etnis. Kedua, faktor nutrisi dan kondisi kesehatan, di mana pertumbuhan dapat terhambat apabila tubuh kekurangan salah satu zat gizi penting atau mengalami penyakit tertentu. Ketiga, faktor lingkungan yang terbagi menjadi dua tahap, yakni lingkungan pralahir (prenatal) dan pascakahir (postnatal), yang keduanya berperan besar dalam menunjang perkembangan bayi secara optimal. (Dewi RC, Oktiawati A, Saputri LD, 2015)

Terapi pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi yang memberikan manfaat positif bagi kesehatan dan kesejahteraan bayi. Selain berperan dalam memperkuat hubungan emosional antara orang tua dan anak, pijat bayi juga mendukung proses tumbuh kembang

secara optimal. (Ria Riksani A. MD. Bid, 2016). Pelaksanaan pijat bayi memiliki sejumlah tujuan penting, antara lain untuk mencegah kesalahan posisi tubuh, menghindari terjadinya kontraktur—yakni kondisi terbatasnya gerakan pada sendi—serta membantu meningkatkan kekuatan otot dan fleksibilitas sendi. Selain itu, pijat juga dapat merangsang kemampuan sensorik seperti penglihatan dan pendengaran, serta menjadi sarana edukasi bagi orang tua mengenai teknik menggendong dan memandikan bayi dengan benar.

Secara umum, manfaat pijat bayi dapat diklasifikasikan ke dalam tiga aspek utama. Pertama, dari aspek kesehatan, pijat tidak hanya bermanfaat bagi bayi yang sehat, tetapi juga memberikan efek positif pada bayi yang sedang sakit, bahkan pada anak-anak dan orang dewasa. Kedua, dari aspek psikologis, sentuhan dan pijatan setelah kelahiran dapat memperkuat kontak fisik yang berkesinambungan antara bayi dan orang tua, sehingga menciptakan rasa aman bagi bayi. Ketiga, dari aspek pertumbuhan dan perkembangan, pijat berkaitan dengan perubahan fisiologis pada tubuh, termasuk peningkatan ukuran, jumlah sel, dan fungsi organ yang mendukung proses tumbuh kembang secara menyeluruh. (Riksani, 2017)

Secara spesifik, pijat bayi memiliki manfaat yang dapat dikelompokkan ke dalam tiga aspek utama. Pertama, aspek kesehatan, di mana pijat tidak hanya memberikan manfaat bagi bayi yang dalam kondisi sehat, tetapi juga dapat membantu proses penyembuhan pada bayi yang sedang sakit. Bahkan, manfaat ini dapat dirasakan hingga usia anak-anak dan orang dewasa. Kedua, aspek psikologis, di mana sentuhan dan pijatan sejak dini mampu menciptakan kontak fisik yang berkelanjutan antara orang tua dan bayi, sehingga menumbuhkan rasa aman, nyaman, dan mempererat hubungan emosional. Ketiga, aspek tumbuh dan perkembangan, karena

pijatan membantu proses pertumbuhan yang mencakup peningkatan ukuran tubuh, jumlah sel, serta perkembangan organ, baik dari segi struktur maupun fungsinya. (Riksani, 2017).

Dalam melakukan pemijatan kepada bayi ada beberapa keistimewaan dari pijat bayi yaitu Teknik pijat bayi sangat mudah dipelajari, hanya dalam waktu sekitar 15 menit setiap orang tua sudah dapat menguasainya. (S. Dewi, 2016)

Hubungan pijat bayi dengan peningkatan motorik pada bayi Berdasarkan penelitin Gonzales yang menyatakan bahwa bayi yang dipijat dengan frekuensi dua kali sehari akan lebih berpengaruh terhadap perkembangan denyut jantung, dan imunitas. Selain pemberian pijat bisa memberikan efek positif secara motorik, antara lain mengontrol koordinasi jari tangan, lengan, badan dan tungkai (Hazmi, dkk 2017). Tujuan dalam penelitian ini adalah Untuk mengetahui perbedaan tingkat peningkatan kemampuan motorik pada bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi Pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Klinik Al-Husna Bogor serta untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap

peningkatan kemampuan motorik pada bayi Usia 6-12 di Klinik Al-Husna Bogor.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang diterapkan adalah kuasi eksperimen dengan pendekatan *Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design*, yang melibatkan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan populasi bayi berusia 6–12 bulan yang melakukan pijat bayi di Klinik Al-Husna, dengan total 50 responden. Sebanyak 25 bayi dimasukkan dalam kelompok perlakuan yang menerima pijat bayi, sedangkan 25 lainnya berada dalam kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan serupa. Data primer dan sekunder menggunakan kuesioner serta menggunakan data dari klinik Al-Husna Bogor. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi yang berusia 6-12 bulan yang bersedia mengisi kuesioner sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah ibu yang tidak mengisi kuesioner serta mengikuti penelitian ini.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Hasil Analisis Univariat

NO	Pijat Bayi	n	%
1	Dilakukan	25	50
2	Tidak Dilakukan	25	50
	Total	50	100

NO	Jenis Kelamin	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
		n	%	n	%
1	Laki-laki	7	28	18	72
2	Perempuan	18	72	7	18

No	Umur	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
1	0-3 bulan	10	40	6	24
2	3-6 bulan	8	32	6	24
3	6-9 bulan	5	20	7	28
4	9-12 bulan	2	8	6	24
	Total	25	100	25	100

Tabel 2 Hasil Analisis Bivariat dengan Uji T

Group Statistics				
melakukan pijat bayi	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
gerak motorik bayi pijat bayi	25	99,60	2,000	,400
tidak pijat bayi	25	50,44	14,340	2,868

Tabel 3 Hasil Out put uji T

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
gerak motorik bayi	Equal variances assumed	28,148	,000	16,977	48	,000	49,160	2,896	43,338	54,982
	Equal variances not assumed			16,977	24,933	,000	49,160	2,896	43,195	55,125

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan hasil univariat untuk variabel pijat bayi yang dilakukan pemijatan sebanyak 25 responden sedangkan yang tidak dilakukan pemijatan disesuaikan dengan kelompok perlakuan yaitu sebanyak 25 responden. Pada variabel jenis kelamin di dapatkan pada kelompok perlakuan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 18 orang, sedangkan pada kelompok kontrol yang berjenis kelamin perempuan 18 orang dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 7 orang. Pada variabel umur kelompok perlakuan yang berusia 0-3 bulan sebanyak 6 orang, berusia 3-6 bulan sebanyak 6 orang, berusia 6-9 bulan 7 orang, berusia 9-12 bulan sebanyak 6 orang sedangkan pada kelompok kontrol yang berusia 0-3 bulan sebanyak 10 orang, berusia 3-6 bulan sebanyak 8 orang, berusia 6-9 bulan sebanyak 5 orang dan berusia 9-12 bulan sebanyak 2 orang

Pada penelitian ini bivariat menggunakan uji T independent dimana peneliti ingin melihat perbedaan antara peningkatan motorik anak yang dilakukan pijat bayi dibandingkan dengan motorik anak yang tidak dilakukan perlakuan pijat bayi, untuk hasil yang di dapatkan pada Uji T ini adalah sig 0,00 sehingga artinya ada perbedaan yang signifikan antara peningkatan motorik bayi yang melakukan pijat bayi dengan yang tidak melakukan pijat bayi.

Sesuai dengan penelitian listina dengan judul pengaruh pijat bayi terhadap pemenuhan kebutuhan tidur bayi dimana hasilnya adalah ada perbedaan pemenuhan kebutuhan tidur bayi yang dilakukan pijat bayi dan tidak dilakukan pijat bayi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Hazmi yang menyatakan bahwa stimulasi, seperti melalui pijat bayi, dapat menjadi salah satu cara efektif untuk mendorong perkembangan motorik anak. Pijat bayi sendiri merupakan bentuk terapi

sentuhan yang telah dipraktikkan sejak lama dan diyakini memiliki pengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sentuhan-sentuhan yang dilakukan saat pemijatan membuat bayi merasa nyaman, merangsang peredaran darah dan menambah energi.

Asumsi peneliti dalam penelitian ini adalah manfaat yang diberikan pada pijat bayi sangat banyak sekali salah satunya yang didapatkan oleh bayi setelah pijat bayi secara rutin yaitu adalah kenaikan berat badan serta perkembangan motorik yang sesuai dengan tumbuh kembangnya, maka di harapkan kepada para ibu yang memiliki bayi agar dapat

melakukan pijat bayi kepada bayinya masing-masing sehingga pertumbuhan serta perkembangan bayinya dapat secara maksimal.

Simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

Adanya perbedaan peningkatan motorik anak yang dilakukan pijat bayi di bandingkan dengan motorik anak yang tidak dilakukan perlakuan pijat bayi serta adanya efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan motorik bayi Pada Bayi Usia 6-12 di Klinik Al-Husna Bogor.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Awal M, Suharto S. Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Lisu Kecamatan Tanete Riaja Kabupaten Barru. *Glob Heal Sci.* 2018;3(1):28–36.
- [2] Dewi S. Pijat & Asupan Gizi Tepat Untuk Melejitkan Tumbuh Kembang Anak. Ari, Editor. Jl. Wonosari Km 6, Demblaksari RT 4, Baturetno, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2016.
- [3] Dewi RC, Oktawati A, Saputri LD. Teori & Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak Dan Usia Remaja.
- [7] Kusumastuti NA, Tamtomo D, Salimo H. Effect Of Massage On Sleep Quality And Motor Development In Infant Aged 3-6 Months. *J Matern Child Heal.* Sebelas Maret University; 2016;1(3):161–9.
- [8] Nugrohowati R, Nurhidayati E. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Usia 0-12 Bulan Di Desa Margodadi Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman. *STIKES' Aisyiyah Yogyakarta*; 2015;
- [9] Nasrah N, Swastika IK, Kismiyati K. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 4-6 Bulan Di Puskesmas Hedam Distrik Abepura Kota Jayapura. *J Keperawatan Trop Papua.* Yogyakarta: Nuha Medika. Nuha Medika; 2015.
- [4] Dewi I. Hubungan Pijat Dengan Perkembangan Motorik Pada Bayi Usia 4- 12 Bulan Di Puskesmas Paccerakkang Makassar. *J Ilm Kesehat Diagnosis.* 2018;12(1):59–62.
- [5] Hazmi FRF Al, Zaidah L. Perbedaan Pengaruh Senam Bayi Dengan Pijat Bayi Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Pada Anak Usia 3-12 Bulan Di Posyandu Modinan Yogyakarta. *Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*; 2017;
- [6] Indonesia KKR. Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2016. Jakarta Pus Data Dan Inf Kementerian Kesehat RI. 2017; 2018;1(1):13– 8.
- [10] Ria Riksani A. MD. Bid. Cara Mudah & Aman Pijat Bayi. MN H, Editor. Jln. Gunung Sahari III/7 Jakarta 10610: Dunia Sehat;
- [11] Setyaningsih R, Wati KEP, Utami A. Hubungan Pijat Bayi Dengan Perkembangan Motorik Bayi Usia 1– 12 Bulan Di Desa Pundungsari Bulu Sukoharjo. *J Ilmu Kesehat Kosala.* 2015;3(1). Parwati NWM. Hubungan Pijat Bayi Dengan Perkembangan Bayi Umur 3- 6 Bulan The Relations Between Baby Massage And 3-6 Months' Old Baby Development. *J Ris Kesehat Nas.* 2017;1(2):145–50
- [12] Simanihuruk R. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan

- Perkembangan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Desa Nifuboke Kecamatan Noemuti Tahun 2017. J Inohim [Internet]. 2017
- [13]Parwati NWM. Hubungan Pijat Bayi Dengan Perkembangan Bayi Umur 3- 6 Bulan The Relations Between Baby Massage And 3-6 Months' Old Baby Development. J Ris Kesehat Nas. 2017;1(2):145–50.
- [14]Prof. Dr. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Jl. Gegerkalong Hilir No. 84 Bandung: Cv ALFABETA; 2018
- [15]Rivanica R, Oxyandi M. Buku Ajar Deteksi Dini Tumbuh Kembang Dan Pemeriksaan Bayi Baru Lahir. Jakarta Salemba Med. 2016