

PENGARUH PENYULUHAN PIJAT B AYI DAN BALITA TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN IBU

Dewi Aprilia Ningsih. I¹, Ruri Maisieptya Sari¹, Waytherlis Apriani¹, Metha
Fahrani¹

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan
STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Email : dewiaprilianingsih.i@gmail.com

ABSTRAK

Pijat bayi adalah pijatan perlahan dan lembut ke seluruh tubuh bayi mulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan, dan punggung. Pengetahuan ibu tentang pijat bayi secara mandiri perlu ditingkatkan mengingat banyaknya manfaat yang diperoleh dari pijat bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengaruh penyuluhan pijat bayi dan balita terhadap tingkat pengetahuan ibu.

Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *pre eksperimental* menggunakan pendekatan *one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan, pengambilan diambil secara *accidental sampling* sebanyak 80 ibu.

Hasil penelitian didapatkan: Dari 80 ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu sebelum diberikan penyuluhan didapatkan pengetahuan tentang pijat bayi berada pada pengetahuan kurang dengan nilai rata-rata 8,06. Dari 80 ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu setelah diberikan Penyuluhan didapatkan pengetahuan tentang pijat bayi berada pada pengetahuan cukup dengan nilai rata-rata 11,05. Hasil uji statistik *Wilcoxon* didapat nilai $Z = -7,064$ dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, berarti terdapat perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, ada pengaruh penyuluhan pijat bayi dan balita terhadap tingkat pengetahuan ibu.

Diharapkan tim kesehatan khususnya bidan dapat mengoptimalkan pemberian informasi terkait cara melakukan pijat bayi mandiri menggunakan media seperti leaflet, lembar bolak-balik, atau penggunaan video. Sehingga ibu lebih mengerti dan memahami apa yang disampaikan oleh bidan atau petugas puskesmas karena perubahan cara informasi menentukan keberhasilan kegiatan.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Penyuluhan, Pengetahuan

ABSTRACT

Baby massage is a slow and gentle massage throughout the baby's body starting from the legs, stomach, chest, face, hands, and back. Mother's knowledge about infant massage independently needs to be increased considering the many benefits obtained from infant massage.

This study aims to study the effect of counseling on infant and toddler massage on mother's level of knowledge. This type of research is a quasi-experimental with a pre-experimental design using a one group pretest posttest design approach. The population

in this study were all mothers who had infants and toddlers aged 0-12 months, 80 mothers were taken by accidental sampling.

The results of the study were from 80 mothers who had babies and toddlers aged 0-12 months in the Bentiring Health Center working area, Bengkulu City, prior to being given counseling, knowledge about infant massage was at a low level of knowledge with an average value of 8.06. From 80 mothers who have babies and toddlers aged 0-12 months in the working area of Bentiring Public Health Center, Bengkulu City, after being given counseling, the knowledge about baby massage is in sufficient knowledge with an average value of 11.05. Wilcoxon statistical test results obtained a value of $Z = -7.064$ with $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$ significant, meaning that there is a difference in knowledge scores before and after counseling, there is an effect of counseling on infant and toddler massage on mother's level of knowledge.

It is hoped that the health team, especially midwives, can optimize the provision of information related to how to do independent baby massage using media such as leaflets, alternating sheets, or the use of videos. So that mothers can better understand and understand what is conveyed by the midwife or puskesmas officer because changes in the way information determine the success of activities.

Keywords: *Baby Massage, Counseling, Knowledge*

PENDAHULUAN

Pijat bayi merupakan terapi sentuh tertua dan terpopuler yang dikenal manusia. Pijat bayi telah lama dilakukan hampir diseluruh dunia termasuk di Indonesia dan diwariskan secara turun temurun (1). Pijat bayi disebut juga sebagai *stimulasi touch* atau terapi sentuh. Dikatakan terapi sentuh karena melalui pijat bayi inilah akan terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan buah hatinya. Pijat adalah metode penyembuh tradisional yang sangat akrab bagi masyarakat. Pijat bayi juga merupakan salah satu jenis pijat yang juga sudah lama berkembang dan dipraktikan oleh masyarakat. Namun, teknik dan gerakan yang dilakukan pada pijat bayi tradisional ini tidak disertai dengan adanya penjelasan ilmiah sehingga pijat bayi tradisional ini diyakini dengan sugesti yang mengandung banyak manfaat bagi tubuh sikecil (2).

Pijat bayi tradisional masih sering dijumpai di daerah-daerah, biasanya dilakukan oleh dukun bayi. Banyak diantara ibu, ayah atau anggota keluarga lain belum mengetahui manfaat dari pijat bayi. Mereka beranggapan bahwa pijat bayi hanya dilakukan sebagai terapi untuk menyembuhkan penyakit. Pada kenyataannya, pijatan yang dilakukan ibu, ayah atau anggota keluarga lain merupakan pijatan terbaik karena terbukti dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan terutama bisa memenuhi kebutuhan kasih sayang. Sentuhan yang diberikan oleh ibu selama pemijatan akan direspon oleh bayi sebagai bentuk perlindungan, kasih sayang, perhatian dan ungkapan cinta yang tulus. (2).

Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan, sesuai dengan keinginan orang tua. Dengan lebih cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapat keuntungan

yang lebih besar. Apalagi jika pemijatan dapat dilakukan setiap hari sejak kelahiran sampai bayi berusia 0-12 bulan. Proses kelahiran adalah suatu pengalaman traumatis bagi bayi karena bayi yang lahir harus meninggalkan rahim yang hangat, aman, nyaman dan dengan keterbatasan ruang gerak menuju ke suatu dunia dengan kebebasan tanpa gerak tanpa batas, yang menakutkan, tanpa sentuhan- sentuhan yang nyaman dan aman di sekelilingnya, seperti ketika berada di dalam rahim (3).

Pijat bayi akan merangsang saraf vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan gerak peristaltik usus sehingga proses pengosongan lambung meningkat, sehingga merangsang bayi untuk makan lebih banyak selera dengan jumlah sedang. Selain itu, saraf vagus juga dapat merangsang produksi enzim pencernaan untuk memaksimalkan penyerapan makanan. Di sisi lain pijat juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, dari rangkaian kegiatan tersebut berat badan bayi akan meningkat (4).

Manfaat pijat bayi antara lain meningkatkan berat badan dan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (bonding), meningkatkan produksi ASI. Selain ada manfaat, pijat bayi juga memiliki dampak dan komplikasi bila dilakukan dengan tidak benar akibat kesalahan pemijat seperti trauma atau lebam pada kulit dan otot, rasa sakit pada bayi sehingga bayi menjadi rewel, cedera otot dan tulang, pembengkakan, bayi semakin rewel.

Tetapi selama pijat bayi dilakukan dengan benar dan lembut, maka pijat bayi aman dilakukan, bahkan bermanfaat (5).

Banyak faktor yang mempengaruhi penatalaksanaan pijat bayi oleh ibu meliputi faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya adalah pendidikan, dengan pendidikan yang tinggi ibu akan lebih paham tentang kesehatan bayinya. Faktor pengetahuan, dengan pengetahuan ibu yang luas akan berpengaruh pula pada keinginan ibu untuk melakukan pijat bayi, selain itu ada pula faktor pekerjaan, sikap dan persepsi yang dapat mempengaruhi ibu untuk melakukan pijat bayi. Faktor eksternal meliputi faktor kebudayaan, ibu melakukan pijat bayi kepada bayinya dikarenakan sudah menjadi sebuah kepercayaan dan tradisi tersendiri. Faktor lingkungan sosial serta dukungan keluarga juga berpengaruh pada minat ibu untuk melakukan pijat bayi. (6).

Masalah dalam pelaksanaan pijat bayi pada saat ini adalah masih adanya anggapan dari orangtua atau keluarga yang menganggap bahwa pijat bayi bukanlah bentuk terapi sekaligus alamiah bagi bayi yang bisa memberikan banyak manfaat. Sementara sebagian yang lain menganggap bahwa pijat bayi hanya dilakukan saat si kecil mengalami sakit, seperti flu atau masuk angin. Namun, sebenarnya teknik pijatan yang tepat dilakukan secara teratur kepada bayi dan balita bisa dilakukan kapan pun dan baik juga dilakukan saat si kecil dalam kondisi sehat (2).

Menurut penelitian (7) yang berjudul “Pengetahuan Ibu Paska Melahirkan Tentang Pijat Bayi Di Kota Bandar Lampung” Berdasarkan hasil penelitian

tentang gambaran pengetahuan ibu tentang pijat bayi di PMB Nurmala Dewi Rajabasa Bandar Lampung. Ibu yang mempunyai bayi dan berkunjung di PMB Nurmala Dewi Rajabasa Bandar Lampung yang paling banyak pengetahuan yang cukup tentang pijat bayi yaitu sebanyak 16 responden (53%) dan paling sedikit 4 responden (13,3%) mempunyai pengetahuan kurang tentang pijat bayi.

Hasil survei pendahuluan yang dilaksanakan peneliti di Puskesmas Bentiring dengan melakukan wawancara kepada 6 orang ibu, sebanyak 3 orang mengatakan tidak tahu manfaat pijat bayi dan balita, 1 orang mengatakan trauma karena anaknya pernah dipijat pada saat demam dan 1 orang sudah mengetahui apa itu pijat bayi dan balita juga manfaat pijat bayi dan balita yang dilakukan sendiri oleh ibunya. Dalam mencapai target eliminasi pijat bayi dan balita, pemerintah Indonesia mengadakan pelayanan kesehatan anak khususnya pemantauan dan stimulasi tumbuh kembang bayi dan balita dan anak

pra-sekolah sehingga peneliti tertarik untuk penelitian tentang pengaruh penyuluhan pijat bayi dan balita terhadap tingkat pengetahuan ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu Tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain/rancangan penelitian Pre-Experimental dengan rancangan *One Group Pretest Posttest Disign*. Teknik yang digunakan adalah observasi yaitu suatu metode dimana pengamat (observer) ikut berpartisipasi dalam kegiatan yang dilakukan (8). Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan sehingga mendapatkan perbandingan. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu. Sampel diambil dengan menggunakan Teknik *Accidental Sampling* di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu pada bulan April 2022 sebanyak 80 orang.

HASIL PENELITIAN

Analisis univariat

Tabel 1

Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang pijat bayi sebelum dan sesudah di berikan penyuluhan di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu

Pengetahuan Ibu	Minimum	Maksimum	Mean	Median	Std. Deviation
Pretest	3	13	8,06	7,50	2,467
Pottest	5	17	11,05	11,00	3,093

Berdasarkan tabel 2, tampak bahwa dari 80 ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu sebelum

diberikan Penyuluhan didapatkan pengetahuan tentang pijat bayi dengan nilai minimum 3, nilai maksimum 13, nilai rata-rata 8,06 (kurang), median 7,5 (kurang)

dengan Std. Deviation 2,467. Sedangkan setelah diberikan Penyuluhan didapatkan pengetahuan tentang pijat bayi dengan nilai minimum 5, nilai maksimum 17, nilai rata-

rata 11,05 (kurang menuju cukup), Median 11 (kurang) dengan Std. Deviation 3,093 kejadian *stunting* dan 26 orang (50%) tidak mengalami kejadian *stunting*.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi dan Balita Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di Puskesmas

Bentiring Kota Bengkulu 2022 menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test* karena tidak semua data berdistribusi normal:

Tabel 3
Pengaruh Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi dan Balita Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu

Variabel	Ranks	N	Z	p
Tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan - Tingkat pengetahuan setelah penyuluhan	Negative	5	-7,064	0,000
	Positive	69		
	Ties	6		

Berdasarkan tabel diatas dari 80 orang ibu setelah diberikan penyuluhan terdapat 5 orang skor pengetahuan menurun, 69 orang skor pengetahuan naik dan 6 orang skor pengetahuan tidak mengalami perubahan. Hasil uji statistik *Wilcoxon* didapat nilai $Z = -7,064$ dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, berarti terdapat

perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi dan Balita Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu tahun 2022.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari 80 orang ibu setelah diberikan penyuluhan terdapat 69 orang skor pengetahuan meningkat. Penelitian ini menunjukkan bahwa setelah responden mendapatkan penyuluhan dari peneliti, responden mengalami peningkatan pengetahuan

yang dapat dikarenakan informasi yang diberikan tersampaikan dengan baik kepada responden serta pemilihan media yang kreatif dan inovatif menjadikan materi yang disampaikan tidak monoton, tidak membosankan sehingga terjadinya pemberian informasi menjadi lebih baik.

Walaupun demikian dari 80 orang ibu setelah diberikan penyuluhan masih ada juga 6 orang skor pengetahuan tidak mengalami perubahan. Ini karena 4 orang pada saat penjelasan materi anaknya rewel sehingga tidak bisa fokus memperhatikan peneliti dalam memberikan penjelasan, 1 orang sedang menelfon saat pemberian materi dan 1 orang lainnya mengatakan tidak dapat fokus karena sedang memikirkan masalah pribadi.

Selain itu ada 5 orang skor pengetahuan menurun. Kondisi ini dapat terjadi karena, berdasarkan wawancara peneliti kepada responden yang skornya malah menurun didapatkan bahwa 3 orang mengatakan mereka asal mengisi karena ingin cepat pulang, dan 2 orang lainnya mengatakan belum terlalu faham dengan penjelasan yang diberikan peneliti.

Hasil uji statistik *Wilcoxon* didapat nilai $Z = -7,064$ dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, berarti terdapat perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi dan Balita Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu. Hasil ini menunjukkan bahwa Penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pijat bayi, ini karena penyampaian materi penyuluhan pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan leaflet sehingga setelah pemberian materi leaflet tersebut masih bisa dibawa pulang oleh responden yang membuat

responden terlihat antusias untuk melihat gambar yang ada di leaflet dan pemaparan yang disampaikan mengenai pijat bayi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (9) tentang pengaruh penyuluhan pijat bayi terhadap pengetahuan praktik pijat bayi pada ibu di Desa Tugu Kecamatan Jumantono Kabupaten Karanganyar. Didapatkan hasil adanya pengaruh penyuluhan pijat bayi terhadap pengetahuan praktik pijat bayi pada ibu di Desa Tugu Kecamatan Jumantono Kabupaten Karanganyar.

Hal ini sesuai dengan penelitian (10) yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang cara melakukan pijat bayi, pengetahuan yang dimiliki tersebut akan ditelaah lebih dalam yang akan menentukan sikap dan dapat meningkatkan keterampilan melakukan pijat bayi.

Menurut (11) bahwa tingkat media yang digunakan dalam pembelajaran dapat membentuk pengalaman yang nyata pada sasaran pembelajaran. Beberapa faktor yang mempengaruhi diantaranya media, media baca cetak (misal poster) tingkat konkritnya lebih rendah dari audio visual (misal video atau televisi) media audio-visual tingkat konkritnya lebih rendah dari praktikum terpimpin (praktek langsung) dan lain sebagainya.

Menurut (12), bahwa media penyuluhan kesehatan memiliki beberapa keuntungan yaitu lebih menarik dan lebih mudah dipahami,

misal dengan leaflet seseorang dapat belajar sendiri, dapat diulang pada bagian tertentu yang perlu lebih jelas, dapat menampilkan sesuatu yang detail, dan dapat dipercepat maupun diperlambat.

KESIMPULAN

1. Dari 80 ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu sebelum diberikan Penyuluhan didapatkan pengetahuan tentang pijat bayi dengan nilai minimum 3, nilai maksimum 13, nilai rata-rata 8,06 (kurang), median 7,5 (kurang) dengan Std. Deviation 2,467..
2. Dari 80 ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-12 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu setelah diberikan Penyuluhan didapatkan pengetahuan tentang pijat bayi dengan nilai minimum 5, nilai maksimum 17, nilai rata-rata 11,05 (kurang menuju cukup), Median 11 (kurang) dengan Std. Deviation 3,093.
3. Hasil uji statistik *Wilcoxon* didapat nilai $Z = -7,064$ dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ signifikan, berarti terdapat perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi dan Balita Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Armini, dkk. 2017. Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak Prasekolah. Jakarta : EGC
2. Riksani, R. 2012. *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta Timur : Dunia Sehat
3. Roesli. 2016. Panduan Inisiasi Menyusu Dini plus ASI Eksklusif. Jakarta : Pustaka Bunda.
4. Hady, A. (2014). Pengaruh pemijatan pada bayi terhadap peningkatan berat badan di wilayah kerja Puskesmas Weoe Kecamatan Wewiku Kabupaten Belu. Naskah Publikasi. Stikes Nani Husada Pare pare
5. Sulistyorini dkk, 2014. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi Pada Ibu Yang Mempunyai Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Candirejo Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang*. D4 Thesis, Universitas Ngudi Waluyo. Diakses pada 07 Februari 2020, dari <http://repository2.unw.ac.id/496/>.
6. Enindya Santi, 2019. *Buku pintar Pijat Bayi Untuk Tumbuh Kembang optimal Sehat dan Cerdas*. Yogyakarta : Pinang Merah.
7. Riyanti, dkk. 2018. Pengetahuan Ibu Paska Melahirkan Tentang Pijat Bayi Di Kota Bandar Lampung, *Jurusan Kebidanan Poltekkes Tanjung karang*. vol 14 (2). Hal 226-230.
8. Notoadmojo. S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
9. Ambasari, Maecelina Hestin, Sri Anggarini, and Angesti Nugraheni. 2017. "The Effect of Infant Massage Counseling on Infant Massage Practice by Mothers in Tugu Village, Jumantono Sub-District, Karanganyar Regency." *Journal of Health Science and Prevention* 1, no. 2: 73–78.

<https://doi.org/10.29080/jhsp.v1i2.78>.

10. Sari, Mia Rita, Program Studi, Diploma Tiga, Akademi Kebidanan, and Husada Gemilang. 2021. "Keefektifan Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Ibu Dalam Pijat Bayi." *Health Care : Jurnal Kesehatan* 10, no. 1: 54–61. <http://jurnal.payungnegeri.ac.id/index.php/healthcare/article/view/104>
11. Wawan, A dan Dewi, M. 2014. *Teori dan Pengukuran, sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta : Nuha Medika.
12. Setiawati, (2012). Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan. jakarta Timur: Trans Info Media