



## Dukungan Keluarga terhadap Peningkatan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi

Rina Utami<sup>1\*</sup>, Suci Arsita Sari<sup>1</sup>, Lusi Afriyani<sup>1</sup>, Rony Setianto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajekwesi Bojonegoro

<sup>2</sup>Prodi S1 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajekwesi Bojonegoro

\*Korespondensi: [rinautami46@gmail.com](mailto:rinautami46@gmail.com)

### Info Artikel

Diterima 09  
April 2023

Disetujui 28  
Oktober 2023

Dipublikasikan 13  
November 2023

**Kata Kunci:**  
Dukungan  
Keluarga,  
Keterampilan Ibu,  
Pijat Bayi

© 2023 The  
Author(s): This is  
an open-access  
article distributed  
under the terms of  
the Creative  
Commons  
Attribution  
ShareAlike (CC BY-  
SA 4.0)



### Abstrak

*Optimalnya pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hasil dari interaksi antara faktor yang saling berkaitan yaitu, lingkungan, perilaku dan rangsangan. Rangsangan stimulan salah satunya yaitu dengan pijat bayi. Namun masih banyak yang beranggapan bayi tidak boleh sering dipijat dikarenakan bayi masih lemah. Desain yang digunakan pada penelitian ini yaitu desain deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan cross sectional study. Lokasi dalam penelitian ini yaitu di Balaidesa Sumbertlaseh, Kec. Dander, Bojonegoro. Populasi dari penelitian ibu yang mempunyai bayi dengan usia 0-12 bulan. Teknik pengambilan sampel dengan total sampling sejumlah 20 orang yang datang ke balaidesa. Hasil yang didapatkan pada penelitian ini yaitu Karakteristik responden sebagian besar ibu dalam kategori usia reproduktif yaitu 15 orang (75%), ibu tidak bekerja sebanyak 16 orang (80%), pendidikan ibu terbanyak SMA sejumlah 17 orang (85%). Hasil penelitian: Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan keterampilan pijat bayi dengan  $p=0,04$ . Simpulan: penelitian ini dengan adanya dukungan dari keluarga dapat meningkatkan keterampilan pijat bayi pada ibu.*

### Abstract

*Optimum growth and development of children is the result of the interaction between interrelated factors, namely, the environment, behavior and stimuli. One of the stimulants is baby massage. But there are still many who think babies should not be massaged frequently because babies are still weak. The design used in this study is a correlation descriptive design using a cross sectional study approach. The location in this study is Sumbertlaseh, Dander, Bojonegoro. The population of the research is mothers who have babies aged 0-12 months. The sampling technique with a total sampling of 20 people who came to the village hall. The results obtained in this study are the characteristics of the respondents, most of the mothers are in the reproductive age category, namely 15 people (75%), 16 mothers (80%) did not work, the highest number of mothers with high school education were 17 people (85%). Results: There is a relationship between family support and baby massage skills with  $p=0.04$ . Conclusion: this research with the support of the family can improve the skills of infant massage in mothers. Keywords: Family support, Baby massage, skills*

## 1. Pendahuluan

Wewenang Bidan dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan bayi melalui stimulasi dan deteksi dini tumbuh kembang yang tertuang pada Keputusan Menteri Kesehatan nomor 900/MENKES/SK/VI/2022 yang salah satunya yaitu dengan melakukan teknik memijat bayi. Penelitian pijat bayi yang dilakukan oleh ilmuwan Venezuela mengenai sentuhan pada janin dalam kandungan, pada saat menjelang persalinan hingga janin lahir, hasilnya ditemukan adanya hubungan sentuhan dengan pijat bayi. Pengamatan mereka bahwa janin dalam kandungan yang mendapat sentuhan maka gerakannya lebih lincah ketika lahir (Felix, 2017)

Pijat bayi dikenal lama oleh masyarakat dan perawatan rutin bagi bayi sehingga menjadi salah satu terapi paling tua di dunia. Memijat bayi dapat digunakan sebagai peningkatan kasih sayang anak dengan orang tuanya dikarenakan pijat bayi dapat dilakukan oleh orang tuanya secara langsung (Pratyahara, 2012). Pengaruh dari teknik memijat bayi yaitu untuk meningkatkan motoric kasar dan motoric halus bayi dengan usia bayi antara 3-24 bulan. Penelitian tentang pijat menunjukkan bahwa terdapat kemampuan dalam mengontrol lengan bayi dalam bergerak, tubuh atau badan bayi, tungkai hingga jari-jari tangan pada rentang usia 6-18 bulan yang dilakukan pada 20 sampel (Kusumastuti et al., 2016)

Mekanisme yang mendasari dari pijat bayi salah satunya yaitu aktivitas dari Nervus Vagus, yang dapat meningkatkan volume ASI dikarenakan meningkatnya nervus vagus yang menjadi penyebab bayi menjadi cepat lapar sehingga bayi sering meminta menyusu. Semakin sering diminta atau sering menyusui maka produksi ASI semakin meningkat. Pijat bayi yang dilakukan akan supaya bayi lebih tenang dan akan memberikan dampak pada meningkatnya produksi ASI (Khusuma et al., 2019). Menurut Carolin (2020), dengan adanya peningkatan konsumsi ASI maka nutrisinya menjadi lebih baik dan dapat meningkatkan berat badan bayi. Pijatan bayi menjadi salah satu cara untuk membuat bayi senang dan menghilangkan ketegangan dan mencegah bayi rewel. Pijatan lembut yang dilakukan membantu otot-otot mengendur, sehingga bayi dapat tidur dan tenang. Pemijatan yang dilakukan oleh ibu bayi dapat memberikan makna tersendiri karena mempengaruhi hubungan antara batin dan kejiwaan ibu dengan anaknya. Manfaat yang didapatkan bayi yaitu sebagai sentuhan kasih sayang dan memberikan arti sebagai pembentukan kepridannya kelak (Saddiyah Rangkuti, 2021)

Pijat bayi dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu meliputi sumber daya kesehatan yang tersedia, sikap tenaga kesehatan dan sikap keluarga juga dapat berpengaruh pada minat ibu dalam melakukan pijat bayi. (Wina Agustina, 2018). Berdasarkan penelitian mengenai frekuensi dalam memijat bayi dapat mempengaruhi pertumbuhan berat badan (BB) bayi pada usia 1-3 bulan, di dapatkan hasil bahwa terdapat ada beda kenaikan berat badan pada kelompok intervensi yang diberikan pijat bayi 2x dalam sehari mengalami peningkatan 1,28 kg, sedangkan pada intervensi yang dilakukan pijat bayi 1x dalam sehari sebesar 23,14% (Brier & lia dwi jayanti, 2020)

Manfaat pijat bayi banyak memberikan manfaat bagi bayi, namun pada kenyataannya mitos tentang perawatan bayi di masyarakat masih banyak. Pemijatan bayi secara rutin enggan dilakukan secara mandiri oleh ibu, karena dianggap bayi masih dalam keadaan yang lemah tetapi kebenrannya belum terbukti.

Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat dukungan keluarga terhadap keterampilan ibu dalam memijat bayi di Desa Sumbertaseh, Dander, Bojonegoro.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan studi pendekatan cross sectional. Responden penelitian adalah ibu yang mempunyai bayi dengan usia 0-12 bulan. Kriteria eksklusi yaitu bayi dengan kelainan bawaan dan penyakit berat. Teknik sampling dengan total sampling. Alat ukur yang digunakan dengan kuesioner yang diberikan kepada ibu untuk mengukur dukungan keluarga, teknik pengumpulan data berupa tes dan uji hipotesis yang digunakan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan tindakan pijat bayi adalah Chi Square. Jumlah responden sebanyak 20 orang, dengan lokasi penelitian Desa Sumbertaseh, Dander, Bojonegoro. teknik analisis data menggunakan.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Desa Sumbertaseh, Dander, Bojonegoro tentang dukungan keluarga terhadap dukungan keluarga dengan keterampilan pijat bayi di dapatkan hasil sebagai berikut:

### 3.1 Hasil

#### Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi usia ibu, pekerjaan, pendidikan

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kriteria:	f	%
1	usia ibu:	<20 tahun	0	0
		≥20 - ≤35 tahun	15	75
		> 35 tahun	5	25
			20	100
2	Pendidikan	SD	0	6
		SMP	2	10
		SMA/ Sederajat	17	85
		PT	1	5
			20	100
3	Status Pekerjaan	Bekerja	4	20
		Tidak Bekerja	16	80
			20	100

Berdasarkan data diatas, sebagian besar ibu dalam kategori usia reproduktif yaitu 15 orang (75%), sebagian besar ibu tidak bekerja sebanyak 16 orang (80%), sebagian besar pendidikan ibu yaitu SMA sederajat sejumlah 17 orang (85%). Pelaksanaan penelitian yaitu di balaidesa sumbertlaseh, Bojonegoro dengan sampel ibu yang datang ke Balaidesa dan mempunyai anak balita. Sebagian besar ibu yang datang dan bersedia mejadi responden berusia reproduktif yaitu sebanyak 71% berusia ≥20 - ≤35 tahun. Sedangkan jika dilihat pada pendidikan ibu sebagian besar responden lulus SMA/ sederajat sebanyak 85%. Status pekerjaan responden pada penelitian ini sebagian besar ibu tidak bekerja dalam artian sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 88%.

## Dukungan keluarga terhadap keterampilan pijat bayi

**Tabel 2.** Hubungan antara dukungan keluarga dengan keterampilan pijat bayi

Dukungan keluarga	Keterampilan pijat bayi				Total	
	Sesuai teknik		Tidak sesuai teknik		f	%
	f	%	f	%		
Mendukung	15	75	2	10	17	76
Tidak mendukung	3	15	0	0	3	24

Berdasarkan crosstabulasi tabel 2. Tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku dalam melakukan pijat bayi ditemukan hasil bahwa sebagian besar mendukung dengan perilaku pijat bayi yang sesuai teknik sebanyak 15 responden (75%). Selain dari karakteristik responden yang dapat mempengaruhi perilaku ibu dalam melakukan pijat bayi, dukungan keluarga menjadi sangat penting dalam hal ini. Dukungan keluarga pada ibu yang dimaksudkan disini adalah dukungan suami, orangtua dari ibu dan suami untuk melaksanakan pijat bayi (Salamung et al., 2021).

### 3.2 Pembahasan

Pijatan pada bayi memberikan banyak manfaat. Salah satunya dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar dan motorik halus pada bayi. Hal ini dikarenakan teknik pemijatan pada daerah jari-jari tangan dapat menstimulasi koordinasi otot-otot kecil dan pada saat pemijatan dilakukan juga interaksi atau komunikasi dengan bayi sehingga dapat menstimulasi perkembangan bahasa bayi (Nugrohowati, 2015). Pijatan pada bayi juga dapat meningkatkan durasi tidur pada bayi. Peningkatan durasi tidur pada bayi yang dipijat disebabkan oleh adanya peningkatan kadar aktivitas neurotransmitter serotonin yang dihasilkan pada saat pemijatan. Hal tersebut mengakibatkan kapasitas sel reseptor untuk mengikat glukokortikoid meningkat dan terjadilah penurunan kadar hormon adrenalin, sehingga bayi merasa rileks, lebih nyaman, dan tenang saat tidur (Korompis, 2018).

Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di masyarakat desa masih dipegang perannya oleh dukun bayi. Penyebabnya adalah orang tua tidak mau memijat bayinya sendiri dengan alasan takut salah memijat dan menyakiti bayinya (Suntin, 2019). Pijat bayi merupakan teknik sederhana yang murah dan efektif dalam mendukung bayi dalam berkembang. Seara bertahap pijat bayi dapat diterima dan mendapatkan popularitas di kalangan masyarakat yang pelaksanaannya dapat dilakukan mandiri. Namun, banyak ibu yang tidak tahu mengenai mereka dapat berkomunikasi dengan sentuhan karena mereka beranggapan bahwa dapat menyakiti bayi mereka (Gürol & Polat, 2013). Komunikasi verbal dan non verbal menjadi dukungan keluarga, saran serta bantuan yang terlihat nyata atau mempunyai tingkah laku yang dapat memberikan subjek dalam lingkungan sosial. Dapat berupa hadirnya serta dapat memberikan suatu keuntungan baik secara emosional atau yang dapat memberikan pengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dukungan yang diberikan secara emosional kepada orang dapat memberikan perasaan yang lega karena merasa diberikan perhatian, saran atau suatu yang berkesan kepada dirinya (Saputri et al., 2019).

Peningkatan keinginan ibu dalam melakukan keterampilan pijat bayi membutuhkan dukungan keluarga, karena pada dasarnya pijat bayi perlu diperhatikan oleh orang yang peduli dan mampu dalam mendukung pelaksanaan

pijat bayi (Putro, 2019). Hal tersebut dimungkinkan adanya faktor pendidikan yang berdasarkan pengetahuan dan budaya yang melatar belakangi. Dukungan keluarga menjadi proses yang berhubungan dengan keluarga serta lingkungan sosialnya. Sifat dari dukungan keluarga yaitu reprobabilitas atau dapat diartikan pula sebagai sifat dan hubungan yang saling timbal balik, kuantitas dan kualitas dari komunikasi masuk ke dalam advis atau umpan baliknya, emosional yang terlibat termasuk kepercayaan dan kedalaman intimasi dalam hubungan sosial (Notoatmodjo, 2014).

Kegunaan dari dukungan keluarga sangat penting karena dapat meningkatkan keinginan ibu dalam melakukan keterampilan pijat bayi, support system yang paling berharga yaitu keluarga sebagai orang terdekat (Mandriwati, 2013). Teknik pelaksanaan pada penelitian ini yaitu dengan mengajarkan teknik pijat bayi pada ibu yang mempunyai balita dan datang ke Balaidesa Sumbertlaseh yaitu sebanyak 20 responden. Pijat bayi dilakukan dengan frekuensi 2x dalam 1 minggu selama 1 bulan. Setelah 1 bulan dilihat kembali perilaku responden dalam melakukan keterampilan pijat bayi dan didapatkan hasil sebagian besar ibu dapat melakukan keterampilan pijat bayi sebanyak 17 responden (76%).

Berdasarkan hasil penelitian ibu atau responden bukan hanya sekedar tahu melainkan mampu melakukan dan mempraktikkan keterampilan pijat bayi dimana responden berperilaku sesuai dengan apa yang diketahui atau berdasarkan pengetahuannya, kesadaran dan sikap terhadap rangsangan. Apabila perilaku yang diterima berdasarkan pengetahuan, kesadaran dan sikap yang bersifat positif, sehingga dapat berperilaku tersebut akan langgeng.

Hasil interpretasi berdasarkan analisis data didapatkan hasil  $p=0,043$  dimana  $p \leq 0,05$  sehingga dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan keterampilan pijat bayi. Namun dari keluarga yang mendukung terdapat responden yang tidak sesuai dengan keterampilan teknik pijat bayi, hal ini dikarenakan dukungan keluarga merupakan bukan salah satu faktor ibu yang dapat memberikan pengaruh perilakunya, yaitu diantaranya oleh pengetahuan, sikap, nilai, prestasi maupun keyakinan. Keluarga dapat meyakini untuk memijat bayinya ke dukun bayi sehingga berakibat perilaku ibu kurang dalam melakukan pijat bayi. Tetapi dalam hal ini keluarga mendukung dapat mempunyai peranan yang cukup penting dalam merubah perilaku ibu menjadi lebih tinggi dalam melakukan keterampilan pijat bayi. Komunikasi yang terjalin dengan baik dengan dukungan dari keluarga yang efektif setiap interaksi dengan ibu, maka akan memberikan fasilitas ibu dalam melakukan keterampilan pijat bayi, lebih khusus pada aspek informasi dan emosi dari ibu, sehingga informasi yang diperoleh ibu tentang keterampilan pijat bayi dan perhatian yang didapat dalam melakukan keterampilan pijat bayi hingga akhirnya keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi dapat ditingkatkan (Sari, 2014).

Keterampilan pijat bayi juga bisa didapatkan ibu melalui kelas pijat bayi yang tersedia. Kepercayaan ibu dalam memijat bayi akan terbentuk karena kelas pijat dapat memberikan pengetahuan tentang teknik pijat bayi dan ibu dapat secara mandiri mengaplikasikan pijatan tersebut (Ariyanti, 2019). Para ahli mengatakan waktu yang tepat untuk dilakukan pemijatan yaitu segera setelah bayi itu lahir dengan usapan halus dan tanpa tekanan kemudian dapat dilakukan mulai kapan saja disesuaikan dengan keinginan. Keuntungan lebih besar bagi bayi apabila pijat dilakukan setiap hari sejak lahir hingga usia bayi 6-7 bulan (Field, 2017)

Pemijatan bayi dapat bermanfaat secara optimal apabila dilakukam sejak bayi lahir sampai bayi usia 6-7 bulan. Bayi dengan usia dibawah 7 bulan, sebaiknya pemijatan dilakukan 2x dalam sehari, yaitu pemijatan pagi hari dan yang kedua pada malam hari sebelum bayi tersebut tidur. Gerakan pemijatan bayi disesuaikan dengan perkembangan bayi. Fase perkembangan untuk proses pemijatan bayi yati sebagai berikut:

- a. Bayi usia 0-1 bulan, gerakan pemijatan dilakukan dengan cara memberikan usapan halus dan lemnut. Pemijatan tidak dilakukan pada bagian perut apabila tali pusat belum lepas
  - b. Bayi usia 1-3 bula, gerkan halus disertai tekanan ringan yang dilakukan dalam waktu singkat
  - c. Bayi usia > 3 bulan, gerakan seluruh tubuh disertai dengan tekanan yang semakin meningkat, waktu yang dibutuhkan ttal selama 15 menit.
- Aturan khusus dalam melakukan pijat bayi tidak ada, dikarenakan yang paling penting yaitu menemukan pemijatan yang disukai bayi (Wina Agustina, 2018).

Pijatan dengan tekanan sedang dapat meningkatkan berat badan bayi prematur, nyeri pada berbagai sindrom berkurang seperti pada sindrom fibriomyalgia dan rheumatoid arthritis, perhatian meningkat, depresi berkurang dan fungsi kekebalan tubuh meningkat. Pijatan dengan tekanan sedang bermanfaat untuk mengurangi depresi, kecemasan dan denyut jantung, pola EEG dapat berubah dan aktivitas vagal mengalami peningkatan, seperti dalam respons relaksasi. Aktivitas vagal yang meningkat berkaitan dengan kortisol menurun setelah dilakukan pemijatan (Marina, 2017)

#### 4. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan keterampilan ibu dalam melakukan keterampilan pijat bayi sebanyak 11 orang (73%), sedangkan ibu yang mendapat dukungan namun belum sesuai teknik terdapat 2 orang (10%). Bagi tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pelatihan mengenai ijat bayi dan memberikan edukasi bagi tenaga keluarga untuk memberikan dukungan kepada ibu dalam melakukan pijat bayi sehingga semakin banyak ibu yang terampil dalam melakukan pijat bayi.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Kami sampaikan terimakasih banyak kepada pihak yang terlibat dalam penelitian ini, terutama Pimpinan, Dosen dan staf Stikes Rajekwesi Bojonegoro, serta responden yang telah menjadi subjek penelitian ini.

#### Daftar Pustaka

- Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 4 Bulan*. 21(1), 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Felix. (2017). Prevalence and determinants of cessation of exclusive breastfeeding in the early postnatal period in Sydney, Australia. *International Breastfeeding Journal*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13006-017-0110-4>
- Field, T. (2017). Massage Therapy Research Review Tiffany. *Physiology & Behavior*, 176(3), 139–148. <https://doi.org/10.1053/j.gastro.2016.08.014.CagY>
- Gürol, A., & Polat, S. (2013). The effects of baby massage on attachment between

- mother and their infants. *Asian Nursing Research*, 6(1), 35–41.  
<https://doi.org/10.1016/j.anr.2012.02.006>
- Khusuma, A., Safitri, Y., Yuniarni, A., & Rizki, K. (2019). JURNAL KESEHATAN PRIMA <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/index>. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), 151–155.
- Kusumastuti, N. A., Tamtomo, D., & Salimo, H. (2016). Effect of Massage on Sleep Quality and Motor Development in Infant Aged 3-6 Months. *Journal of Maternal and Child Health*, 01(03), 161–169.  
<https://doi.org/10.26911/thejmch.2016.01.03.03>
- Mandriwati, G. A. (2013). Melakukan Pijat Bayi Mendukung Keberhasilan Pemberian Air Susu Ibu Secara Eksklusif. *Jurnal Skala Husada*, 10(2), 200–205.
- Marina, D. (2017). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Buang Air Besar (BAB) Pada Anak Usia 6-24 Bulan Dengan Diare Di SMC RS Telogorejo. *28 Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 3, 27–33.  
<http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/jikk/article/viewFile/548/547>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pratyahara. (2012). *Keajaiban Terapi Sentuhan untuk Bayi Anda*. Javalitera.
- Putro, N. saputri. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 49–52.  
<https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2844>
- Saddiyah Rangkuti. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 34–42.  
<https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.10>
- Salamung, N., Pertiwi, M. R., Ifansyah, M. N., Riskika, S., Maurida, N., Primasari, N. A., Rumbo, H., & Al., E. (2021). Keperawatan Keluarga (Family Nursing). In *Duta Media Publishing*. Duta Media Publishing.
- Saputri, A. E., Raharjo, S. T., & Apsari, N. C. (2019). Dukungan Sosial Keluarga Bagi Orang Dengan Disabilitas Sensorik. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 62. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i1.22783>
- Sari, P. E. K. (2014). *Efektifitas Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan di Kelurahan Bintaro, Jakarta*. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran. Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif. Jakarta. 0–87.
- Wina Agustina. (2018). *Perbandingan waktu tidur dan frekuensi menyusu pada bayi usia 3-12 bulan yang mendapatkan pijat bayi*. EGC.