



Tersedia online di <https://akbid-dharmahusada-kediri.e-journal.id/JKDH/index>

KELAS PIJAT BAYI : PENINGKATAN KETRAMPILAN IBU DALAM MEMBERIKAN PIJAT BAYI

BABY MASSAGE CLASS : IMPROVING THE SKILLS OF MOTHER'S MASSAGE PRACTICES

Lilik Ariyanti¹, Sevy Astriyana², Fatchurrohmah Ines P³

^{1,2,3} Program Studi DIV Fisioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional.

Email: lilik.ariyanti@stikesnas.ac.id, ¹physio.astriyana.s@stikesnas.ac.id, ³physio.ines@stikesnas.ac.id

INFO ARTIKEL

Sejarahartikel:

Menerima 2 September 2019

Revisi 25 September 2019

Diterima 30 September 2019

Online 10 Oktober 2019

Kata kunci:

Tumbuh kembang,
kelas pijat bayi,
keterampilan

Keywords:

Growth and development,
baby massage class, skills

ABSTRAK

Pijat bayi memberikan manfaat bagi ibu dan bayi. Kurangnya informasi tentang teknik pijat bayi menyebabkan para ibu tidak memijat bayinya secara mandiri. Pemberian kelas pijat bayi diharapkan dapat memberikan keterampilan kepada ibu agar lebih maksimal dalam meningkatkan tumbuh kembang anak secara mandiri. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh kelas pijat bayi terhadap peningkatan keterampilan ibu.

Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *non randomized pre and post test with control group design*. Populasi pada penelitian ini yaitu semua ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan. Teknik sampling menggunakan *total sampling* diperoleh sampel sebanyak 38 responden. Pada penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel *independen* adalah keterampilan ibu melakukan pijat bayi dan variabel *dependen* adalah kelas pijat bayi. Pengumpulan data menggunakan checklist.

Hasil uji perhitungan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk keterampilan, didapatkan nilai Z sebesar -2,046 dengan *pvalue* 0,041 (kelompok kontrol) dan nilai Z sebesar -3,826 dengan *pvalue* 0,000 (kelompok perlakuan). Sedangkan untuk uji beda pengaruh antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mendapatkan *p value* 0,000.

Kesimpulan penelitian ini terdapat perbedaan pengaruh kelas pijat bayi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

ABSTRACT

Baby massage provides benefits for mother and baby. Information about baby massage techniques causes mothers not to massage their babies independently. Baby massage classes were expected to be able to provide training for mothers so that they were more leverage in promoting children's growth and development independently. The purpose of this study was to determine effect of baby massage classes on improving maternal skills.

This quantitative research used a quasi-experimental design using non-random pre and post test with a control group design. The population this study were all mothers who had babies aged 0-12 months. The sampling technique used total sampling obtained by a sample of 38 respondents. In this study using two variables, independent variable is the mother's skill and dependent variable was the baby massage class. Data collection used a checklist.

The Wilcoxon Signed Rank Test for the skills test results obtained a Z value of -2.046 with p value 0.041 (control group) and Z value -3.826 with a p value of 0,000 (experiment group). While for the test the difference between the experiment group and the control group get p value 0,000. The conclusion of this study was different effect on baby massage classes for experiment and control group.

1. PENDAHULUAN

Salah satu tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) dalam rangka mencapai masyarakat Indonesia yang sejahtera dan merata adalah menurunkan angka kematian bayi (AKB) sekurang-kurangnya 12 per 1.000 kelahiran hidup pada 2030¹. Angka Kematian Bayi di Indonesia sampai saat ini menunjukkan adanya kecenderungan penurunan. Namun penurunan tersebut belum mencapai target bila dibandingkan dengan angka kematian di negara ASEAN lainnya². Pada tahun 2017, AKB mencapai 24 per 1000 kelahiran hidup³. Oleh karena itu, pemerintah memerlukan dukungan dari berbagai pihak untuk meningkatkan kesehatan bayi di Indonesia.

Berbagai faktor risiko kematian bayi dipengaruhi oleh karakteristik ibu dan anak serta keadaan kelahiran³. Penyebab kematian bayi antara lain kurangnya stimulus dan nutrisi, berat badan lahir rendah (BBLR), pnemonia, dan lain sebagainya⁴. Oleh karena itu pemerintah dan para ahli telah sepakat bekerja sama meningkatkan kesehatan bayi dengan berbagai cara. Salah satunya adalah menanamkan dan mendeminasi konsep terapi sentuhan/pijat untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan *bonding* antara ibu dan anak.⁵

Tahun pertama kehidupan sangat penting bagi perkembangan psikologi bayi⁶. Rasa kepercayaan antara ibu dan bayi mulai terbentuk pada masa ini.⁷ Salah satu cara untuk mengoptimalkan tumbuh kembang adalah dengan cara stimulasi sejak dini. Stimulasi tumbuh kembang yang baik dapat diberikan oleh orang tua kepada anaknya mulai dari bayi. Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal.

Pijat bayi merupakan keterampilan kuno yang dipraktikkan sebagai sarana yang efektif

untuk menambah kelekatan hubungan orang tua-batin.⁸ Sejak 1990-an, ibu, perawat ibu dan anak mulai tertarik untuk mempelajari lebih lanjut pijat bayi dan mencari informasi untuk pijat bayi dengan mendaftar di kelas-kelas di seluruh negara. Informasi berbagi untuk pijat bayi dengan ibu dan perawat akan melangkah jauh untuk meningkatkan kesehatan bayi, mempromosikan ikatan dan mengurangi kekerasan remaja.^{9,10,11}

Pijatan pada bayi memberikan banyak manfaat. Pijat bayi meningkatkan interaksi antara ibu-bayi.^{12,13} Bal Yilmaz dan Conk meneliti tentang efek pijat bayi selama empat bulan terhadap durasi tidur bayi. Penelitian ini melaporkan bahwa durasi tidur bayi meningkat ketika para ibu menerapkan terapi pijat pada mereka.¹⁴

Fakta di masyarakat saat ini, walaupun pijat bayi memiliki banyak manfaat yang besar bagi bayi dan orang tua, namun banyak orang tua yang tidak mau memijat bayinya sendiri dengan alasan takut salah memijat dan menyakiti bayinya. Penyebab ibu tidak mau memijat bayinya secara mandiri karena kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pijat bayi secara mandiri sehingga menimbulkan sikap dan perilaku ibu negatif terhadap stimulasi pemijatan bayi secara mandiri².

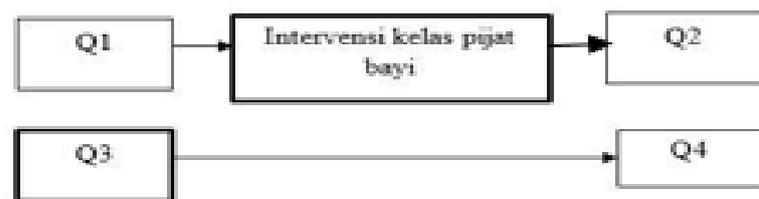
Pendidikan kesehatan tentang manfaat dan teknik pijat bayi dapat diberikan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua sehingga orang tua dapat melakukan pijat bayi secara mandiri. Pendidikan kesehatan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan di bidang kesehatan.¹⁵

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *non randomized pre and post test with control group design*. Pengambilan data menggunakan *checklist* yang diambil dari buku manual pijat bayi yang diterbitkan oleh *International Assosiation of Infant Massage*.¹⁶ Kelas pijat bayi dilakukan dengan tatap muka 5 kali pertemuan dengan durasi waktu 60 menit setiap pertemuan. Materi yang disampaikan adalah keuntungan pijat bayi, minyak yang digunakan

untuk pemijatan, refleks pada bayi, gerakan pijat bayi, waktu yang tepat dan tidak tepat memulai pijatan pada bayi.

Penelitian dilakukan di Desa Pranan Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo. Dengan variabel bebas adalah kelas pijat bayi dan variabel terikatnya adalah keterampilan ibu. Populasi penelitian sebanyak 38 orang yang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu satu kelompok perlakuan dan satu kelompok kontrol.



Gambar 1. Rancangan penelitian

Uji statistik yang digunakan untuk melihat pengaruh pemberian kelas pijat bayi terhadap keterampilan ibu dalam melaksanakan praktik pijat bayi secara mandiri menggunakan uji statistik *Wilcoxon*. Sedangkan untuk mengetahui beda pengaruh kelas pijat terhadap keterampilan ibu pada dua kelompok menggunakan uji *Mann Whitney Test*.

3. DISKUSI

Ibu pada penelitian ini memiliki karakteristik yang beragam dalam setiap kelompok. Perbandingan karakteristik ibu pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol disajikan dalam tabel 1. Tidak ada perbedaan yang signifikan karakteristik ibu dengan keterampilan pijat bayi ($p > 0,05$).

Tabel 1. Karakteristik ibu di kelompok perlakuan dan kontrol

Karakteristik Ibu	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
Usia (tahun)				
<20 Tahun	1	5,3	1	5,3
20-35 Tahun	12	63,2	16	84,2
>36 Tahun	6	31,6	2	10,5
Tingkat pendidikan				
Tidak sekolah	1	5,3		
SD/Sederajat	2	10,5	4	21,1
SMP/Sederajat	6	31,6	3	15,8
SMA/Sederajat	7	36,8	8	42,1
Perguruan Tinggi	3	15,8	4	21,1
Pendapatan keluarga				
Dibawah UMR	11	57,9	10	52,6
Diatas UMR	8	42,1	9	47,4
Total	19	100,0	19	100,0

Tabel 2 menunjukkan hasil uji statistik pengaruh pemberian kelas pijat bayi terhadap keterampilan ibu. Ditemukan bahwa rata-rata pretes dari kelompok perlakuan ($16,00 \pm 5,35$) meningkat setelah mendapatkan kelas pijat ($40,68 \pm 11,23$) dan perbedaan antara kelompok

secara statistik signifikan ($p < 0,001$). Rata-rata pretes total ibu kelompok kontrol adalah $18,21 \pm 6,28$ dan rata-rata total postes yang diperoleh ($19,95 \pm 5,95$) sedikit meningkat, dengan perbedaan antara kelompok yang signifikan secara statistik ($p < 0,05$).

Tabel 2. Hasil Uji Statistik antara dua kelompok

Hasil uji statistik	Pre -Test $M \pm SD^a$	Post-Test $M \pm SD^b$	Asosiasi	Pijat Bayi Internasional
Kelompok perlakuan (n=19)	$16,00 \pm 5,35$	$40,68 \pm 11,23$	0,001	0,001
Kelompok kontrol (n=19)	$18,21 \pm 6,28$	$19,95 \pm 5,95$	0,41	0,41

Catatan :

^a : M adalah total nilai rata-rata ibu dalam kelompok eksperimen dan kontrol terhadap pengukuran pretest dan posttest.

^b : Wilcoxon Signed Rank Test

Untuk uji beda pengaruh dengan uji *Mann-Whitney test* mendapatkan hasil terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok intervensi kelas pijat bayi dengan kelompok kontrol, hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi $p = 0,000$.

Pijat bayi adalah teknik sederhana, murah dan efektif untuk mendukung perkembangan bayi. Pijat bayi diterima sebagai praktik baru secara bertahap mendapatkan popularitas di masyarakat; itu dapat dilakukan secara mandiri. Namun, banyak ibu tidak tahu bahwa mereka dapat berkomunikasi dengan bayi mereka dengan sentuhan karena mereka berpikir bahwa mereka dapat dengan mudah menyakitinya bayi mereka.¹⁷

4. SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah ada perbedaan keterampilan pijat bayi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

5. REFERENSI

1. Kementerian Kesehatan RI. 2018. Profil Kesehatan Anak. Jakarta
2. E. Sastrasuanda, Toto, dkk. Source and Methodologies Applied in Estimating Child Mortality in Indonesia: Population Census. Intercelsal population Survey. SusenasISKRT and SDKI dalam Proceeding of National Seminar: Maternal. Infant and Under Five Mortality in Indoncsia. Biro Pusaat Statistik and UNICEF, 1995
3. BPS. 2018. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Badan

meningkatkan pentingnya pijat bayi untuk mengembangkan hubungan orang tua dan bayi.

Oleh karena itu keterampilan orang tua perlu ditingkatkan dengan keikutsertaan dalam kelas pijat.¹⁸

Pijat adalah salah satu cara termudah dan paling alami untuk membangun sentuhan dan kontak mata yang meningkatkan keterikatan antara ibu dan bayi^{18,19}. Ada pengaruh pemberian kelas pijat pada keterampilan ibu pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol akan tetapi nilai keterampilan ibu pada kelompok intervensi lebih baik daripada kelompok kontrol.

Peningkatan keterampilan ibu dapat diberikan melalui diadakannya kelas pijat bayi. Kepercayaan diri pada ibu akan terbentuk karena kelas pijat dapat memberikan pengetahuan tentang teknik pijat bayi dan ibu dapat secara mandiri mengaplikasikan pijatan ini secara mandiri.²⁰ Kelas pijat bayi dapat diberikan pada beragam tingkatan pendidikan karena dalam penelitian ini peningkatan keterampilan tidak dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan.

Pengadaan kelas pijat bayi dapat meningkatkan keterampilan ibu mengaplikasikan gerakan pijat kepada bayi mereka

Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional

4. Ronald, HS 2011, Pedoman & Perawatan Balita Agar Tumbuh Sehat dan Cerdas, Nuansa Aulia, Bandung
5. Roesli. U. 2009, Pedoman Pijat Bayi, Trubus Agriwidya, Jakarta
6. Adriana, D. 2013. Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Pada Anak. Jakarta: Salemba Medika.
7. Muller-Nix, C., Forcada-Guex, M., Pierrehumbert, B., Jaunin, L., Borghini, A., Ansermet, F. 2004. Prematurity. Maternal



- Stress and Mother-Child Interaction. *Early Human development*, 79, 145-158
8. Mainous, R. 2002. Infant Massage as a Component of Developmental Care: Past, Present, and Future. *Holistic Nursing Practice*. 17(1):1-7,
 9. Field, T. M. (2002). Preterm infant massage therapy studies: An American approach. *Seminars in Neonatology*, 7, 487-494.
 10. Peters, B. (2002). The benefits of baby massage. www.trusttouch.com
 11. Steptoe, C. (2002). The benefits of infant or baby massage. www.infantmassage.com
 12. Lee, H, K., 2006. The effect Of Infant Massage on Weight, Height and Mother-Infant Interaction. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 36, 1331-1339
 13. Roesli, U. 2013. Pedomani pijat bayi. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
 14. Bal Yilmaz, H., Conk, Z. 2009. The Effect of Massage by Mothers on Growth in Healthy Fullterm Infants. *International Journal of Human Sciences*, 6
 15. Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta
 16. McClure, V. *Infant Massage : A Handbook for Loving Parents* (Third ed.). London: Souvenir PressLtd;2017
 17. Gürol, A &Polat, S. 2012. The Effects of Baby Massage on Attachment between Mother and their Infants. *Asian Nursing Research*
 18. Simpson, R. 2001. Baby massage classes and the work of the International Association of Infant Massage. *Complementary Therapies in Nursing & Midwifery* 7, 25-33
 19. Matthiesen, A,S., Ransjo-Arvidson,A,B., Nissen, E., & Uvnas-Moberg, K,. 2001. Postpartum maternal oxytosin release by newborn : Effect of Infant Hand Massage and Sucking. *Birth*, 28, 13-19
 20. Glover, V., Onozawa, K., & Hodgkinson, A. (2002). Benefits of infant massage for mothers with postnatal depression. *Semin Neonatol*, 7, 495-500