Jurnal Ilmiah Citra Kebidanan **E-ISSN : xxxx-xxxx**
Vol. 1 No. 1 Juli 2025
Hal : 14-19

PERILAKU IBU DALAM PENERAPAN TEKNIK MASSASE PADA BAYI USIA 2-12 BULAN

Murniwati Laia[1], Debora Paninsari[2*], Saskia Sitindoan[3], Shanty Satria[4]
Sintia Mutiara Yohana[5], Sinur Hanna Putri[6]

[1,2,3,4,5,6]Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia
[*]Email : murniwatilaia11@gmail.com

ABSTRAK

Massase pada bayi merupakan salah satu bentuk perawatan kesehatan yang melibatkan terapi sentuhan dengan menerapkan teknik-teknik tertentu. Terapi ini bertujuan untuk memberikan rangsangan sentuhan yang mendukung kesehatan bayi. Desain penelitian ini menggunakan jenis deskriptif dengan metode kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi. Penelitian ini mengambil populasi dari ibu yang memiliki bayi berusia 2-12 bulan sebanyak 38 orang. Metode *simple random sampling* dipergunakan untuk menentukan sampel penelitian berjumlah 35 orang. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi. Penelitian menggunakan kuesioner 10 penyataan positif dan negatif sebagai instrumen dengan mencakup parameter pengetahuan, tindakan dan sikap ibu. Penelitian melakukan pengolahan data dengan cara *Editing, Coding, Scoring*. Berdasarkan dari penelitian ini ditemukan bahwa perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi, terdapat 13 responden (34,3%) yang memiliki perilaku yang cukup , 12 responden (34,1%) memiliki perilaku yang baik dan 10 responden (28,6%) memiliki perilaku yang kurang. Kesimpulannya, masih kurangnya perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi.

Kata kunci : Teknik massae pada bayi, pengetahuan, perilaku ibu

ABSTRACT

Infant massage is a form of health care that involves touch therapy by applying certain techniques. This therapy aims to provide touch stimulation that supports infant health. The design of this study uses a descriptive type with a quantitative method that aims to determine maternal behavior in applying massage techniques to infants. This study took a population of mothers who had babies aged 2-12 months as many as 38 people. The simple random sampling method was used to determine the research sample of 35 people. The variables in this study were maternal behavior in applying massage techniques to infants. The study used a questionnaire of 10 positive and negative statements as an instrument covering the parameters of maternal knowledge, actions and attitudes. The study processed data by Editing, Coding, Scoring. Based on this study, it was found that maternal behavior in applying massage techniques to infants, there were 13 respondents (34.3%) who had sufficient behavior, 12 respondents (34.1%) had good behavior and 10 respondents (28.6%) had poor behavior. In conclusion, there is still a lack of maternal behavior in applying massage techniques to infants.

Key words: *Infant massage techniques, knowledge, maternal behavior*

PENDAHULUAN

Massase atau pijatan pada bayi merupakan suatu metode perawatan kesehatan yang memanfaatkan terapi sentuhan melalui teknik-teknik tertentu. Tujuan dari terapi ini adalah untuk memberikan stimulasi sentuhan yang dapat mendukung kesehatan bayi. Salah satu sasaran dari pemijatan ini adalah untuk merangsang produksi *hormon endorfin*, yang bekerja dengan cara memberikan efek relaksasi pada otot bayi. Dengan cara ini, bayi akan merasakan kenyamanan yang lebih, serta dapat memperkuat interaksi yang harmonis antara ibu dan anak, yang pada gilirannya dapat mendukung kesejahteraan fisik dan juga psikologis keduanya (Fahmi Y B *et al*., 2021).

Pada bayi, massase atau pijatan termasuk sebuah metode terapi sentuhan terpopuler dan tertua yang dikenal oleh umat manusia. Juga termasuk pengobatan dan

sebuah metode seni dalam perawatan kesehatan yang sudah dipraktikan dari zaman dahulu berabad-abad silam. Dikatakan pijat pada bayi disebut juga sebagai sebagai terapi sentuh atau stimulus *touch,* dikarenan melalui metode pijat pada bayi inilah diantara ibu dan buah hatinya akan terbentuk sebuah ikatan jalinan hubungan yang baik dan interaksi yang nyaman dalam komunikasi. Pengetahuan mengenai teknik pijat untuk bayi sangat krusial bagi para ibu, karena aktivitas ini dapat memberikan berbagai keuntungan. Melakukan pijatan secara rutin pada bayi merupakan salah satu metode untuk memberikan perhatian lebih, memperkuat hubungan secara emosional, serta dapat meningkatkan stimulasi sensorik yang mendukung perkembangan optimal pada bayi.

Berdasarkan dari berbagai penelitian yang telah dipublikasikan, menunjukkan bahwa pemijatan pada bayi memiliki banyak manfaat bagi bayi atau balita. Manfaat tersebut antara lain adalah dapat membantu relaksasi, meningkatkan kualitas dan durasi tidur, serta dapat mengatasi masalah tidur pada bayi. Selain itu, pemijatan pada bayi juga berperan dalam memperkuat ikatan antara ibu dengan anak, juga mendukung berjalannya sistem sirkulasi saluran pencernaan, saluran pernapasan, serta juga dapat mengurangi produksi hormon stres dan mampu meredakan perasaan tidak menyenangkan pada bayi.

Di sisi lain, stimulasi untuk sentuhan juga memberikan keuntungan bagi ibu, seperti halnya dapat memberikan perhatian khusus pada bayi, memperkuat ikatan ibu dengan anak, membantu memahami bahasa tubuh atau isyarat pada bayi, meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam hal pengasuhan pada bayi, memperbaiki ikatan diantara ibu dan bayi. Serta dapat membantu ibu dalam memberikan ketenangan, meredakan stres, dan juga menciptakan suasana yang menyenangkan kepada bayi. Pada tahun 2019 diambil dari data dari profil kesehatan di Indonesia, telah tercatat jumlah angka kelahiran hidup bayi laki-laki mencapai 2.423.786 jiwa, sedangkan bayi perempuan 2.322.652 jiwa. Total keseluruhan angka kelahrian bayi sebanyak 4.746.438 jiwa, namun hanya 10% dari jumlah tersebut yang telah mendapatkan terapi pijat pada bayi per 1000 bayi (Riskesdes, 2019).

Di Indoneisa, menurut data penelitian menunjukkan hampir sebanyak 30% ibu ditemukan memiliki kurangnya informasi yang benar tentang teknik massase pada bayi, yang membuat dampak pengaruh besar kepada perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi. Akibat dari masalah ini menyebabkan kurangnya pengetahuan ibu dalam pelaksanaan massase atau pijatan pada bayi dan ada masalah lainnya yang juga berasal dari keluarga bahkan orang tua yang masih memiliki anggapan atau pemikiran bahwa massase pada bayi bukanlah suatu bentuk metode terapi yang alami kepada bayi, yang manfaatnya begitu banyakan diberikan kepada bayi.

Khususnya di Provinsi Sumatera Utara pada tempat Praktek Mandiri Bidan, massase pada bayi merupakan salah satu metode terapis yang profesional. Dikarenakan massase pada bayi termasuk salah satu bentuk pengobatan dan metode terapi sentuhan yang begitu penting, tidak kalah pentingnya dengan bentuk pengobatan yang lain. Bahkan dapat membantu mendorong pertumbuhan dan juga perkembangan fisik pada bayi jika dilakukan secara rutin dan terus menerus, karena manfaat massase pada bayi begitu sangatlah banyak sehingga bayi dapat merasa jauh lebih nyaman dan juga dapat mendorong peningkatan produksi *hormon endorfin* yang dapat menciptakan emosi pada bayi yang lebih nyaman dan tenang, tetapi masih saja banyak pengaruh dari masyarakat sekitar yang tidak mengetahui dari manfaat massase pada bayi.

Berlandaskan tentang izin dan juga penyelenggaraan praktik bidan yang telah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan (PERMENKES) Nomor 28 Tahun 2017 mengenai wewenang bidan untuk melakukan pemeriksaan pertumbuhan dan juga perkembangan bayi melalui deteksi secara dini serta stimulasi. Dan massase atau piijatan pada bayi merupakan bentuk salah satu dari stimulasi yang dilakukan oleh ibu pada umumnya.

METODE

Jenis penelitiaan deskriptif dengan metode kualitatif digunakan sebagai desain pada penelitian ini, dimana dilakukan untuk bertujuan mengetahui perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi. Praktek Mandiri Bidan Ferawati Deli Serdang dijadikan sebagai lokasi penelitian ini. Penelitian dilakukan pada bulan November 2024. Populasi penelitian sebanyak 38 orang, yaitu ibu yang memiliki bayi berusia 2 hingga 12 bulan. Dan didapatkan sampel pada penelitian ini berjumlah 35 orang dengan metode yang digunakan yaitu s*imple random sampling*. Pada penelitian ini kriteria sampel dibagi menjadi 2 bagian yang terdiri dari kriteria inklusi dan eksklusi. Berikut ini yang termasuk kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki bayi berusia 2-12 bulan, dapat membaca dan menulis dan juga bersedia menjadi responden. Dan yang termasuk bagian kriteria eksklusi yaitu ibu yang tuli dan bisu, sedang mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan sampai selesai November 2024. Penelitian ini mengumpulkan data langsung dari ibu dengan menggunakan kuesioner yang berisikan 10 pernyataan positif dan negatif mengenai gambaran perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi. Untuk analisa data dengan analisis deskriptif akan ditampilankan tabel- tabel distribusi frekuensi dari variabel penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu yang Memiliki Bayi Berusia 2-12 Bulan

No	Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	≤29 tahun	26	74,3
2	30-39 tahun	7	20
3	≥40 tahun	2	5,7
	Total	**35**	**100**
No	**Pekerjaan**	**Frekuensi (f)**	**Presentase (%)**
1	PNS	3	8,6
2	Pegawai Swasta	8	22,9
3	IRT	24	68,6
	Total	**35**	**100**
No	**Informasi**	**Frekuensi (f)**	**Presentase (%)**
1	Pernah	24	68,6
2	Belum Pernah	11	31,4
	Total	**35**	**100**
No	**Sumber Informasi**	**Frekuensi (f)**	**Persentase (%)**
1	Petugas Kesehatan	3	8,6
2	Teman/Saudara	5	14,3
3	Media Elektronik	14	40
4	Media Cetak	2	5,7
	Total	**24**	**68,6**

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia ≤29 tahun (26 responden atau 74,3%); dan mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga (24 responden atau 68,6%); hampir dari keseluruhan responden pernah mendapatkan informasi (24 responden atau 68,6%); dan sumber informasi yang didapatkan berasal dari media elektronik (14 responden atau 40%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Ibu Dalam Penerapan Teknik Massase pada Bayi Berusia 2-12 Bulan

No	Perilaku	Frekuensi (f)	Peresentase (%)
1	Kurang	10	28,6
2	Cukup	13	37,1
3	Baik	12	34,3
	Total	**35**	**100**

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan temuan dari hasil penelitian ini yang melibatkan 35 responden, mengungkapkan bahwa responden menunjukkan perilaku yang cukup dalam penerapan teknik massase dengan jumlah 13 responden (37,1%), sedangkan 12 responden (34,3%) menunjukkan perilaku yang baik dan sisanya 10 responden (28,6%) menunjukkan perilaku yang kurang dalam penerapan teknik massase pada bayi.

PEMBAHASAN

Mengenai perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi di Praktek Mandiri Bidan Ferawati Deli Serdang, hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Syamsiah (2022) menunjukkan hasil yang sejalan dengan penelitian ini. Dikarenakan dari hasil dari penelitian tersebut ditemukan bahwa di Indonesia terdapat lebih dari 30% ibu tidak memiliki pemahaman yang cukup mengenai teknik massase yang benar untuk bayi, yang berpengaruh besar terhadap cara ibu dalam menerapkan teknik tersebut. Pada saat ini pelaksanaan pemijatan pada bayi menghadapi tantangan yang besar akibat minimnya informasi yang tersedia serta masih adanya pandangan dari kalangan keluarga dan juga orang awam bahwa pemijatan pada bayi bukanlah sebuah metode terapi alami yang memberikan banyak manfaat. Beberapa orang juga memiliki anggapan bahwa pemijatan pada bayi hanya diperlukan ketika bayi mengalami masalah kesehatan, seperti halnya pilek atau perut kembung. Tetapi berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh para tenaga kesehatan telah ditemukan bahwa dengan teknik massase yang benar dapat dilakukan kapanpun pada bayi bahkan dalam kondisi yang sehat sehingga bayi dapat merasa lebih tenang dan nyaman tanpa harus menunggu bayi dalam kondisi sakit seperti pilek, perut kembung dan demam.

Pada tahun 2019 menurut laporan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menunjukkan tentang angka prevalensi pada bayi yang mengalami gangguan dalam pertumbuhan dan juga perkembangannya sebanyak 28,7%. Ditemukan data pada wilayah Asia Tenggara, bahwa Indonesia menjadi negara yang menempati urutan nomor tiga dengan angka prevalensi tertinggi. Berdasarkan laporan data secara global menunjukkan bahwa sekitar hampir 40% bayi yang berusia dibawah 2 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses pertumbuhan dan perkembang, yang disebabkan oleh kurangnya stimulus yang diberikan ibu kepada bayi dan juga kurangnya pengetahuan dari ibu tentang teknik massase pada bayi. Dengan demikian pendidikan tentang kesehatan menjadi hal utama yang

penting untuk dapat mengetahui seorang individu untuk melakukannya dengan baik untuk dirinya sendiri maupun untuk masyarakat sekitarnya. (Syamsiah S *et al*., 2022).

Dan hal lain yang juga ikut serta mempengaruhi perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi adalah sumber informasi yang diterima. Jika sumber informasi tentang teknik massase dapat tersedia lebih banyak lagi, maka hal tersebut akan membuat ibu jauh lebih banyak dalam menerima informasi, yang pada akhirnya juga dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai teknik massase tersebut. Hal ini tentu juga akan memberikan kontribusi yang lebih pada peningkatan perilaku ibu dalam penerapan teknik massase pada bayi. Ibu juga dapat memperoleh sumber informasi dari media cetak contohnya seperti brosur, majalah atau koran dan juga informasi dari media elektronik contohnya seperti televisi, radio atau internet. Dan ibu juga bisa mendapatkan informasi melalui acara-acara yang diselenggarakan langsung oleh tenaga kesehatan (Notoatmodjo, 2021).

Pendidikan juga mempunyai peran yang sangat penting untuk menerima informasi yang mendukung tentang kesehatan, yang pada gilirannya juga dapat meningkatkan kualitas hidup. Secara umum, seseorang akan semakin mudah menerima informasi yang diterima jika tingkat pendidikannya semakin tinggi. Karakteristik dari pendidikan juga ikut memengaruhi cara pandang individu terhadap hal-hal baru yang berasal dari luar. Individu juga dapat memberikan tanggapan yang lebih rasional jika tingkat pendidikan yang dimiliki semakin tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah atau tidak berpendidikan. Pendidikan tentang kesehatan juga dapat mengubah sikap responden, di mana sikap responden yang sebelumnya negatif dapat bertransformasi menjadi sikap yang positif (Syamsiah *et al*., 2022).

Berdasarkan dari hasil penelitian ini yang juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wirenviona dan Amran (2020) bahwa pendidikan kesehatan mengenai hal pijat pada bayi sangatlah penting untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang teknik massase pada bayi. Tingkat pengetahuan ibu yang tinggi menjadi salah satu faktor kunci utama dalam ikut serta menumbahkan motivasi dan mendorong ibu untuk meningkatkan lebih baik lagi perubahan perilaku untuk melakukan pemijatan pada bayi. Pemijatan pada bayi memiliki perbedaan dengan pemijatan kepada orang dewasa, dikarenakan pemijatan pada bayi lebih berfokus pada sentuhan yang lembut, sehingga sering disebut sebagai stimulus sentuh.

Dikatakan pijat pada bayi disebut juga sebagai sebagai terapi sentuh atau stimulus *touch,* dikarenan melalui metode pijat pada bayi inilah diantara ibu dan juga buah hatinya akan terbentuk sebuah ikatan jalinan hubungan yang baik dan interaksi yang nyaman dalam berkomunikasi (Riksani, 2017). Pada bayi, massase atau pijatan termasuk sebuah metode terapi sentuhan terpopuler dan tertua yang dikenal oleh umat manusia. Juga termasuk pengobatan dan sebuah metode seni dalam perawatan kesehatan yang sudah dipraktikan dari zaman dahulu berabad-abad silam (Prasetyono, 2017).

Pengetahuan, kesadaran dan juga sikap yang positif merupakan hasil akhir dari pengadopsian perilaku yang baru,sikap yang positif juga cenderung dapat membuat perilaku bersifat menjadi permanen. Begitujuga hal sebaliknya, kemungkinan besar bahwa perilaku tersebut tidak akan bertahan lama jika perilaku tersebut tidak didukung oleh pengetahuan, kesadaran dan juga sikap yang positif (Notoatmodjo, 2021).

Dan penelitian ini juga mendukung tentang izin dan juga penyelenggaraan praktik bidan yang telah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan (PERMENKES) Nomor 28 Tahun 2017 mengenai wewenang bidan untuk melakukan pemeriksaan pertumbuhan dan juga perkembangan bayi melalui deteksi secara dini serta stimulasi. Dan massase atau pijatan pada bayi merupakan bentuk salah satu dari stimulasi yang dilakukan oleh ibu pada umumnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari temuan hasil dan juga pembahasan penelitian, bahwa kesimpulan dari penelitian ini adalah dari sebanyak 35 responden mengungkapkan bahwa 13 responden (37,1%) menunjukkan perilaku yang cukup sedangkan 12 responden (34,4%) menunjukkan perilaku yang baik dan sisanya 10 responden (28,6%) menunjukkan perilaku yang kurang dalam hal penerapan teknik massase pada bayi. Dari temuan hasil peneltian tersebut menunjukkan bahwa ibu di Praktek Mandiri Bidan Ferawati Deli Serdang memiliki perilaku yang cukup dalam penerapan teknik massase pada bayi.

DAFTAR PUSTAKA

Fahmi, Y. B., Yesti, H., & Julianti, R. (2021). Maternity And Neonatal: Jurnal Kebidanan. *Volume: 09,* pp. 148–154. 2021.

Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia.* Jakarta: Kemenkes RI.

Manurung, N. F., & Dohona, E. S. (2020). Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi di Klinik Pratama Sehati Periode Juni – Juli 2020. *Volume: 1,* pp. 34–41.

Notoatmodjo, S. (2021). *Promosi kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2022). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.

Pamungkas, C. E., Rofita, D., Mardiyah, S., Maharani, A. B., Gustiana, Y., & Annisa, A. (2021). Edukasi Manfaat Pijat Bayi, Upaya Meningkatkan Kesehatan pada Bayi Selama Masa Pandemi Covid-19 di Desa Telagawaru Lombok Barat. *Volume 5*, pp. 376–381.

Prasetyono. (2017). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta: Buku Biru. 2017.

Riksani, R. (2017). *Cara Mudah dan Aman Pijat* Bayi. Jakarta Timur: Dunia Sehat.

Setiawandari, S. (2019). *Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita (Issue November 2019).* Surabaya: Adi Buana University Press.

Syamsiah, S., Arliyati, R., & Lubis, R. (2022). Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi Usia 3-6 Bulan Dapat Mempengaruhi Sikap Ibu. *Volume 1 (2)*, hal 69–79.

Wirenviona, R., & Amran, A. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pijat Bayi di 10 Posyandu Kelurahan Pasar Ambacang Padang. *Volume 11 (4)*, hal 145–148.