



**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU BAYI DENGAN PENERAPAN TERAPI  
KOMPLEMENTER PIJAT BAYI TERKAIT  
UPAYA PENCEGAHAN STUNTING**

*(The Correlation Of Mother's Knowledge With The Application Of Complementary  
Therapy Of Baby Massage Related To Stunting Prevention Efforts)*

Ni Nyoman Ayuk Widiani<sup>1</sup>, Made Pradnyawati Chania<sup>2</sup>, Ni Wayan Sukma Adnyani<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Program Studi Diploma III Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kartini Bali

<sup>2</sup> Profesi Bidan, Politeknik Kesehatan Kartini Bali, Denpasar

Corresponding author: [ayukwidiani@yahoo.co.id](mailto:ayukwidiani@yahoo.co.id)

Received : November, 2023

Accepted : Agustus, 2024

Published : Oktober, 2024

**Abstract**

*Stunting leads to poor cognitive abilities, low productivity, and increased risk of disease. Baby massage is one of the therapies that can be done to preventing stunting in children under five years old because it can ease the digestive process and increase appetite. The purpose of this study was to determine the effect of infant mother's knowledge with the application of complementary therapy of infant massage related to stunting prevention efforts. This research is Correlational Analytic research. The sample in this study were 190 mothers who had babies aged 0-12 months. Sampling was taken using purposive sampling technique. Bivariate data analysis was performed with the Chi-Square test. Results showed that most respondents of 104 mothers (54.7%) had good knowledge about baby massage, most of the respondents, namely 137 people (72.1%) applied complementary therapy of baby massage to their babies and there was a relationship between the knowledge of baby mothers with the application of complementary therapy of baby massage ( $p$  value = 0.000). The results of this study, it is hoped that baby massage will be more disseminated to mothers of babies so that they know information about baby massage and how to do a good and correct baby massage.*

**Keywords:** *mother's knowledge, implementation, baby massage*

**Abstrak**

Stunting menyebabkan buruknya kemampuan kognitif, rendahnya produktivitas, serta meningkatnya risiko penyakit. Pijat bayi merupakan salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting pada anak balita karena dapat meringankan proses pencernaan dan meningkatkan nafsu makan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pengetahuan Ibu Bayi Dengan Penerapan Terapi Komplementer Pijat Bayi Terkait Upaya Pencegahan Stunting. Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat Analitik Correlational. Sampel dalam penelitian ini ibu yang memiliki bayi berusia 0 – 12 bulan yang berjumlah 190 orang. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data bivariat dilakukan dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar yaitu 104 orang (54,7%) memiliki pengetahuan yang baik tentang pijat bayi, sebagian besar responden yaitu 137 orang (72,1%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi pada bayinya dan terdapat hubungan antara pengetahuan ibu bayi dengan penerapan terapi komplementer pijat bayi (nilai  $p = 0,000$ ). Dari hasil penelitian ini diharapkan pijat bayi lebih disosialisasikan kepada ibu bayi sehingga mereka mengetahui informasi tentang pijat bayi dan bagaimana cara melakukan pijat bayi yang baik dan benar.

**Kata Kunci:** pengetahuan ibu, penerapan, pijat bayi.

## 1. LATAR BELAKANG

Stunting mencerminkan kegagalan pertumbuhan anak (*growth faltering*) dalam jangka panjang. Dampak stunting yang terjadi sebelum anak berusia 2 tahun dapat meningkatkan risiko terjadinya penurunan kognitif, yaitu mereka cenderung memiliki IQ yang lebih rendah dibandingkan anak yang normal (Kementrian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2018).

Faktor langsung yang berpengaruh terhadap stunting adalah asupan nutrisi, dimana asupan zat-zat gizi yang lengkap masih terus dibutuhkan anak selama proses tumbuh kembang karena proses tumbuh kembang ini dipengaruhi oleh makanan yang diberikan pada anak (Alemu et al., 2017)

Dampak dari stunting akan menyebabkan tumbuh kembang anak terganggu baik perkembangan mental, kecerdasan serta ukuran fisik yang tidak sesuai dengan usia sehingga dapat mempengaruhi kualitas kerja dan produktifitas ekonomi (Letsoin, 2021). Selain itu juga menyebabkan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit yang akan meningkatkan risiko kesakitan dan kematian (R Susanti et al., 2020)

Stunting juga menimbulkan dampak jangka panjang yang lain yaitu berisiko menderita penyakit kronis seperti diabetes mellitus (DM), jantung koroner, hipertensi, kanker, dan stroke (Simbolon & Novidiantoko, 2019).

Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi stunting tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR). Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2015-2017 adalah 36,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Prevalensi balita stunting di Provinsi Bali tahun 2021 sebesar 10,9%, sedangkan untuk Kota Denpasar prevalensi balita stunting tahun 2021 sebesar 9,0% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Pijat bayi merupakan salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah gizi termasuk dalam mencegah stunting pada anak balita karena dapat meringankan proses pencernaan dan meningkatkan nafsu makan (Roesli, 2013). Sentuhan alamiah pada bayi sesungguhnya sama artinya dengan tindakan mengurut atau memijat. Kalau tindakan ini dilakukan secara teratur dan sesuai dengan tatacara dan teknik dengan pemijatan bayi, pemijatan ini bisa menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat untuk buah hati (Galenia, 2014).

Berdasarkan beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa manfaat terapi komplementer pijat bayi dapat membuat bayi merasa nyaman dan relaks, pijat bayi juga dapat memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, meningkatkan nafsu makan dan membantu meningkatkan jumlah oksigen menuju otak (Prasetyo, 2017). Manfaat pijat bayi selain meningkatkan nafsu makan anak untuk memperbaiki status gizi juga dapat meningkatkan *bounding attachment* antara ibu dan anak (Dewi, 2019).

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat *analitik correlational*. Dimana akan mencari hubungan antara variabel pengetahuan ibu tentang pijat bayi dengan penerapan pijat bayi. Tempat penelitian adalah wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan selama 3 bulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu bayi yang ada di wilayah Kecamatan Denpasar Selatan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Besar sampel yang diambil dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin yang berjumlah 190 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa lembar kuesioner yang harus diisi oleh responden. Analisa data bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

#### a. Karakteristik Responden

Adapun karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu umur, pendidikan, pekerjaan dan paritas.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan dan Paritas (n= 190)

No	Karakteristik Ibu	f	%
1	<b>Umur</b>		
	< 20 tahun	3	1,6
	20 – 35 tahun	173	91,0
	>35 tahun	14	7,4
2	<b>Pendidikan</b>		
	Dasar	10	5,3
	Menengah	135	71,0
	Tinggi	45	23,7
3	<b>Pekerjaan</b>		
	Bekerja	78	41,1

	Tidak Bekerja	112	58,9
4	<b>Paritas</b>		
	Primipara	90	47,4
	Multipara	100	52,6
	Grandemultipara	0	0

Dilihat dari tabel 1 didapatkan karakteristik responden yaitu hampir seluruhnya yaitu 173 orang (91%) berumur 20 – 35 tahun, sebagian besar yaitu 135 orang (71%) berpendidikan menengah, sebagian besar yaitu 112 orang (58,9%) tidak bekerja dan sebagian besar yaitu 100 orang (52,6%) merupakan multipara

b. Hasil pengamatan terhadap variabel

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Ibu Bayi tentang Terapi Komplementer Pijat Bayi (n= 190)

No	Tingkat Pengetahuan	f	%
1	Baik	104	54,7
2	Cukup	78	41,1
3	Kurang	8	4,2
	Total	190	100

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar yaitu 104 orang (54,7%) memiliki pengetahuan yang baik, hampir setengahnya yaitu 78 orang (41,1%) memiliki pengetahuan yang cukup dan sebagian kecil yaitu delapan orang (4,2%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang terapi komplementer pijat bayi.

Tabel 3. Penerapan Terapi Komplementer Pijat Bayi (n= 190)

No	Penerapan Terapi Komplementer	f	%
1	Menerapkan	137	72,1
2	Tidak menerapkan	53	27,9
	Total	190	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan sebagian besar responden yaitu 137 orang (72,1%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi pada bayinya sedangkan hampir setengahnya yaitu 53 orang (27,9%) tidak pernah menerapkan terapi komplementer pijat bayi pada bayinya

Tabel 4. Hubungan antara Pengetahuan Ibu Bayi dengan Penerapan Terapi Komplementer Pijat Bayi (n= 190)

No	Pijat Bayi	Pengetahuan Ibu			Nilai p
		B	C	K	
		f (%)	f (%)	f (%)	
1	Iya	88 (84,6)	45 (57,7)	4 (50)	0,000
2	Tidak	16	33	4	

	(15,4)	(42,3)	(50)
<b>Total</b>	104	78	8

Dari tabel 4 didapatkan hasil yaitu dari 104 orang responden yang memiliki pengetahuan baik, hampir seluruhnya yaitu 88 orang (84,6%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi dan sebagian kecil yaitu 16 orang responden (15,4%) tidak menerapkan terapi komplementer pijat bayi. Dari 78 orang responden yang memiliki pengetahuan cukup, sebagian besar yaitu 45 orang responden (57,7%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi dan hampir setengahnya yaitu 33 orang (42,3%) tidak menerapkan terapi komplementer pijat bayi. Dari delapan orang responden yang memiliki pengetahuan kurang, setengahnya yaitu empat orang responden (50%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi dan setengahnya yaitu empat orang responden (50%) tidak menerapkan terapi komplementer pijat bayi. Setelah dilakukan uji bivariat dengan uji *Chi-Square* didapatkan nilai  $p < 0,001$  yang berarti ada hubungan antara pengetahuan ibu bayi dengan penerapan terapi komplementer pijat bayi.

### 3.2 Pembahasan

a. Tingkat pengetahuan ibu bayi tentang Terapi Komplementer Pijat Bayi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden (54,7%) memiliki pengetahuan yang baik tentang terapi komplementer pijat bayi. Pengetahuan pijat bayi adalah hasil tahu dan kesan dalam perawatan kesehatan dan pengobatan dengan menggunakan permainan gerakan pada bayi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal. Pengetahuan yang perlu ibu ketahui mencakup pengertian pijat bayi, kapan waktunya memijat bayi, siapa saja yang boleh melakukan pijat bayi, apa yang perlu dipersiapkan ketika akan memijat bayi dan bagaimana langkah-langkah melakukan pijat bayi. Pengetahuan responden yang baik ini jika dilihat dari karakteristik responden, hampir seluruhnya berumur 20-35 tahun. Menurut teori bahwa dengan bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Tujuan diberikan pemijatan pada bayi adalah untuk mengeluarkan hormon endorphen sehingga memberikan rasa rileks pada otot bayi yang akan membuat bayi semakin nyaman baik secara fisik maupun

psikologinya (Septiana Juwita & Nicky Danur Jayanti, 2019).

#### b. Penerapan Terapi Komplementer Pijat Bayi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden (72,1%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi pada bayinya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dalam penerapannya sebagian besar ibu melakukan pemijatan 2-3 kali seminggu tanpa menggunakan tambahan aromaterapi. Sebagian besar ibu melakukan pemijatan sendiri tanpa bantuan orang lain (*homecare*), namun sebagian besar ibu mengatakan tidak bisa melakukan pijat bayi secara terstruktur mulai dari kaki, tangan, perut, dada, kepala dan punggung, sehingga ibu merasa pemijatan yang dilakukan belum maksimal untuk kesehatan bayinya. Pijat bayi jika dilakukan secara teratur dengan tata cara dan teknik pemijatan bayi yang benar, pemijatan ini bisa menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat untuk bayi, untuk itu pelayanan pijat bayi ini sangat penting dilaksanakan dan didukung dengan pemberian edukasi dan informasi kepada ibu yang memiliki bayi agar ibu memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik sehingga pada akhirnya diharapkan ibu mau melaksanakan pijat bayi.

Bayi yang rutin melakukan terapi sentuhan (pijat) akan cenderung berkembang sesuai dengan usia mereka. Sedangkan menurut (Rokayah & Nurlatifah, 2018) menunjukkan bahwa secara deskriptif rata-rata peningkatan pertumbuhan (berat badan dan panjang badan) serta kemajuan perkembangan (motorik kasar, bahasa, motorik halus, dan sosial) lebih tinggi pada kelompok yang diberikan pijat dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pijat bayi memberikan efek yang signifikan terhadap peningkatan berat badan bayi. Dengan demikian pijat bayi terbukti sangat bermanfaat bagi pertumbuhan dan kesehatan bayi. Pemberian treatment pijat bayi adalah suatu bentuk treatment alternatif terbaik dan murah dalam upaya menaikkan berat badan bayi secara optimal sehingga menambah bobot bayi dan meningkatkan tumbuh kembang anak di kemudian hari. Pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan, sehingga perlu adanya pemanfaatan pijat tersebut yang dilakukan oleh ibu bayi. Pencegahan dan penanggulangan stunting dapat dilakukan dengan terapi komplementer dengan pijat bayi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, memberikan efek lapar sehingga frekuensi menyusu lebih sering, penyerapan sari

makanan akan lebih baik dan meningkatkan berat badan lebih pesat.

#### c. Hubungan antara Pengetahuan Ibu Bayi dengan Penerapan Terapi Komplementer Pijat Bayi

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa dari 104 yang memiliki tingkat pengetahuan baik, hampir seluruhnya (84,6%) menerapkan terapi komplementer pijat bayi pada bayi mereka. Analisa uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* didapatkan nilai  $p(0,000) < \alpha(0,05)$  maka dapat disimpulkan terdapat hubungan pengetahuan ibu bayi dengan penerapan terapi komplementer pijat bayi pada bayi 0-12 bulan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Marsaoly, 2018) yang menyatakan terdapat hubungan pengetahuan ibu dengan pijat bayi ( $p\text{-value} 0,025$ ). Penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian (Sinulingga & Patriani, 2023) yang menyatakan ada hubungan pengetahuan ibu dengan pelaksanaan pijat bayi umur 0 – 12 bulan ( $p\text{-value} = 0,039$ ).

Pengetahuan merupakan salah satu pendorong seseorang untuk merubah perilaku atau mengadopsi perilaku baru. Pijat bayi bermanfaat bagi tubuh bayi, pijat bayi juga memberikan makna tersendiri bagi orang tua. Pijat akan mempengaruhi hubungan emosional bayi dan orang tua. Pijatan dari orang tua akan dirasakan sebagai sentuhan kasih sayang yang sangat berarti bagi pembentukan kepribadian anak. Saat ini masih banyak orang tua yang enggan melakukan pemijatan rutin kepada bayinya. Mereka menganggap bahwa bayi tidak boleh sering-sering dipijat karena tubuh bayi masih lemah (Saidah & Kusumadewi, 2020).

Pengetahuan ibu perlu ditingkatkan dengan pemberian informasi dan motivasi secara terus menerus terkait manfaat pemijatan bayi diantaranya meningkatkan berat badan bayi, meningkatkan pertumbuhan bayi, meningkatkan daya tahan tubuh bayi, dapat membuat bayi tidur lebih lelap, meningkatkan ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bonding attachment*), serta meningkatkan produksi ASI dengan demikian diharapkan ibu yang mempunyai bayi dapat tertarik dengan pemijatan bayi (Anggriani & Wulandari, 2021).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Kusbiantoro, 2019) menjelaskan bahwa apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang positif maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*). Sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh

pengetahuan dan kesadaran akan tidak berlangsung lebih lama.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagian besar ibu bayi umur 0 – 12 bulan memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang pijat bayi, sebagian besar ibu bayi umur 0 – 12 bulan menerapkan terapi komplementer pijat bayi pada bayinya sebagai salah satu upaya pencegahan stunting dan terdapat hubungan pengetahuan ibu bayi dengan penerapan terapi komplementer pijat bayi.

Ibu bayi diharapkan lebih aktif dalam mencari informasi terkait pijat bayi yang benar dan melakukan pijat bayi secara rutin kepada bayinya, sehingga dapat meningkatkan pertumbuhan bayi, sehingga mengurangi kejadian stunting.

#### PERNYATAAN PENGHARGAAN

Terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang telah mendukung penulis dalam melakukan penelitian hingga dapat terselesaikan dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alemu, Z. A., Ahmed, A. A., Yalew, A. W., Birhanu, B. S., & Zaitchik, B. F. (2017). Individual and community level factors with a significant role in determining child height-for-age Z score in East Gojjam Zone, Amhara Regional State, Ethiopia: A multilevel analysis. *Archives of Public Health*, 75(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s13690-017-0193-9>
- Angriani, R. S., & Wulandari, H. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang pijat pada bayi pada usia 6-12 Bulan Di BPM Desi. *Journal of Excellent Health*, 1(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.54568/joe h.v1i1.4>
- Dewi, A. S. (2019). Pengaruh Pemijatan terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Umur 3 – 4 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kanjilo Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. *UMI Medical Journal*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.33096/umj.v1i1.3>
- Galenia, T. (2014). *Home Baby Spa*. Penerbit Plus.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pusat Data dan Informasi (Situasi Balita Pendek/Stunting di Indonesia)*.
- Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. (2018). *Buku Saku Stunting Desa dalam Penanganan Stunting*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi dan Kabupaten/Kota*. Kementerian Kesehatan RI. <https://doi.org/10.36805/bi.v2i1.301>
- Kusbiantoro, D. (2019). Perilaku pijat bayi berhubungan dengan pengetahuan dan dukungan keluarga. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Letsoin, T. V. (2021). Hubungan Keragaman Pangan dan Pola Pemberian Makan dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Politeknik Kesehatan Medan*, 62.
- Marsaoly, S. (2018). Knowledge and mother attitude about baby massage behavior in Posyandu Kelurahan Maliaro Central Ternate City. *Jurnal Kesehatan Masyarakat. Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 179–185. <https://doi.org/https://doi.org/10.56338/pjkm.v8i2.632>
- Prasetyo, D. S. (2017). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta. Buku Biru.
- R Susanti, D., Widowati, R., & Indrayani, T. (2020). The Effectiveness Of Tui Na Massage On Difficulties Of Eating In Children 1-3 Years Age In South Tangerang City In 2020. *Health Media*, 2(1), 30–37. <https://doi.org/10.55756/hm.v2i1.49>
- Roesli, U. (2013). *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Bulan*. Trubus Agriwidya.
- Rokayah, Y., & Nurlatifah, L. (2018). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Bayi Usia 5-6 Bulan Di Desa Rangkasbitung Barat Tahun 2017. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 5(2), 156–167. <https://doi.org/10.36743/medikes.v5i2.56>
- Saidah, H., & Kusumadewi, R. (2020). *Keajaiban Pijat Tui Na Dan Aromaterapi Minyak Sereh*. Samudera Biru.
- Septiana Juwita, S. S. T. M. P. H., & Nicky Danur Jayanti, S. S. T. M. K. M. (2019). *PIJAT BAYI*. Penerbit CV. SARNU UNTUNG. <https://books.google.co.id/books?id=KoXtDwAAQBAJ>
- Simbolon, D., & Novidiantoko, B. (2019). *Pencegahan Stunting Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan Melalui Intervensi Gizi Spesifik Pada Ibu Hamil Kurang Energi Kronik*. Depublish.
- Sinulingga, S., & Patriani, S. (2023). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu terhadap*

*Pelaksanaan Pijat Bayi di PMB Muzilatul  
Nisma Kota Jambi. 12(September), 302–  
311.*