

## PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA BAYI USIA 0-TIGA BULAN

Damai Yanti<sup>1</sup>, Sofa Fatonah<sup>1</sup>, Rina maryani<sup>1</sup>, Rini Mulyasari<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Budi Luhur Cimahi, Indonesia

---

### Article Info

#### Article history:

Received : 22 April 2022

Revised : 02 Juni 2022

Accepted : 31 Oktober 2022

---

#### Keywords:

Baby Massage

Gross Motor

Development

---

### ABSTRACT

*Baby massage is a form of stimulus given by the midwife to stimulate the baby's gross motor development. Several inner and external factors can affect gross motor development in infants. This study uses a quantitative research design, which uses the one group pretest-posttest design method, namely one intervention group without a control group, with a total of 17 infants as respondents, after 4 massages in 1 month an assessment using KPSP was carried out. The results of the T-test confirmed an increase in the precise category, whilst within the decreasing category there was a decrease in the value of sig. 0.018 and <0.05, it could be concluded that  $H_a$  is accepted and  $H_o$  is rejected, so there is an effect of baby massage on the baby's gross motor development.*

#### Abstrak

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulus yang diberikan oleh bidan untuk menstimulasikan perkembangan motorik kasar bayi. Beberapa faktor internal dan eksternal dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar pada bayi. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian Kuantitatif yaitu menggunakan metode one group pretest-posttest design yaitu satu kelompok intervensi tanpa kelompok kontrol, dengan jumlah responden sebanyak 17 bayi, setelah dilakukan 4 kali pijatan dalam 1 bulan dilakukan penilaian menggunakan KPSP. Hasil T-test menunjukkan terjadi peningkatan pada kategori sesuai, sedangkan pada kategori penurunan telah terjadi penurunan dengan nilai sig. 0.018 dan <0.05, dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, maka ada pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan motorik kasar bayi.

---

#### Corresponding Author:

Rina Maryani

Program DIII Kebidanan STIKes Budiluhur Cimahi, Indonesia

Email: [suchinurdwi@gmail.com](mailto:suchinurdwi@gmail.com)

---

## 1. PENDAHULUAN

Pijat bayi dilakukan menggunakan gerakan usapan yang lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi, dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan, dan punggung bayi. Pijat bayi ialah salah satu bentuk rangsang raba, sebab stimulasi rangsangan raba merupakan hal yang paling penting dalam perkembangan [1].

Perkembangan motorik terbagi menjadi dua yaitu motorik kasar serta motorik halus. Motorik kasar yaitu aspek yang berhubungan dengan kemampuan dalam pergerakan dan

sikap tubuh, sedangkan motorik halus yaitu aspek yang berhubungan dengan kemampuan mengamati sesuatu, melakukan gerakan yang melibatkan bagian tubuh tertentu serta dilakukan oleh otot kecil, tetapi memerlukan koordinasi yang cermat [2] .

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi untuk pertumbuhan serta perkembangan pada bayi. Terdapat perbedaan tumbuh kembang pada bayi yang diberikan pijat bayi dan yang tidak diberikan pijat bayi. Hal ini dikarenakan pijat bayi bertujuan untuk merangsang saraf sensoris serta motoris bayi lebih dini dengan stimulus-stimulus tertentu sehingga bayi akan tumbuh aktif serta lebih optimal baik secara fisik maupun mental [3] [22]. Pijat bayi dapat dilakukan pada bayi yang baru lahir, sesuai dengan keinginan orangtuanya. Jika pemijatan dilakukan lebih dini, tentunya bayi akan mendapatkan manfaat dan keuntungan yang lebih besar, apabila pemijatan dilakukan secara teratur setiap hari hingga bayi berusia 6-7 bulan [4].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arum Lusiana, dkk (2018) bahwa dari 30 responden (100%), hasil penelitian kelompok intervensi menunjukkan bahwa peningkatan skor perkembangan bayi tertinggi yaitu sebanyak 4 poin, dari skor perkembangan 6 menjadi 10 sebanyak 2 responden. Sedangkan peningkatan skor terendah yaitu sebanyak 1 poin dari skor 7 menjadi 8 dengan responden sebanyak 2 responden. Hasil perhitungan menggunakan Paired T-Test diperoleh 0.000 dengan taraf kepercayaan 95%. Nilai p-value<0,05, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang bermakna skor perkembangan skor bayi sebelum dan setelah diberikan pijat bayi [5].

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai rancangan penelitian Kuantitatif dengan menggunakan metode one group pretest-posttest design yaitu 1 kelompok intervensi tanpa kelompok kontrol. Dalam desain penelitian ini sampel dijadikan satu kelompok intervensi tanpa adanya kelompok kontrol. Melakukan tes akhir (posttest) dilakukan untuk mengetahui peningkatan perkembangan pada bayi usia 0-3 bulan, sebelum melakukan pijat bayi dilakukan informed consent untuk melakukan pemijatan, setelah dilakukan pemijatan sebanyak 4 kali. Dalam penelitian ini sampel yang digunakan 17 orang, teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu [12]. Peneliti menggunakan lembar KPSP usia 0-3 bulan yang kemudian dicatat dalam lembar observasi yaitu mengumpulkan data dengan cara melakukan pengamatan secara langsung kepada responden untuk mencari perubahan atau

hal-hal yang akan diteliti. Dalam hal ini peneliti memilih observasi terstruktur yaitu secara spontan mengobservasi perkembangan motorik kasar bayi usia 0-3 bulan [14].

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini dijelaskan hasil-hasil penelitian serta sekaligus diberikan pembahasan yang komprehensif. Hasil dapat disajikan dalam bentuk gambar, grafik, tabel dan lain-lain yang memudahkan.

#### Analisis Univariat

##### Usia

**Tabel 1. Distribusi dan Frekuensi berdasarkan Usia**

Usia	Frekuensi	Presentasi (%)
0-1 Bulan	9	53%
2 Bulan	5	30%
3 Bulan	3	17%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

Dari data yang diperoleh tentang karakteristik demografi didapat dari 17 responden usia 0-3 bulan, menunjukkan responden dengan usia 0-1 bulan sebanyak 9 bayi (53%), usia bayi 2 bulan sebanyak 5 bayi (30%), dan bayi usia 3 bulan sebanyak 3 bayi (17%).

##### Pijat Bayi

**Tabel 2. Distribusi dan Frekuensi berdasarkan Pijat Bayi**

Berapa kali dilakukan pijat bayi	Frekuensi	Presentasi (%)
4 kali pijatan	17	100%
< 4 kali pijatan	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data yang diperoleh dengan jumlah 17 orang responden, diberi perlakuan pijat bayi dalam 4x pijatan.

##### Perkembangan motorik bayi sebelum pijat

**Tabel 3. Distribusi dan Frekuensi Motorik Bayi Sebelum Pijat**

Kategori	Frekuensi	Presentasi (%)
Sesuai (9-10)	12	70,6%
Meragukan (7-8)	5	29,4%

Menyimpang (<6)	0	0%
<b>TOTAL</b>	17	100%

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui perkembangan bayi saat sebelum diberi perlakuan pijat bayi yaitu pada kategori sesuai sebanyak 12 bayi (70,6%) dan pada kategori meragukan sebanyak 5 bayi (29,4%).

### Perkembangan Motorik Bayi Setelah Pijat

**Tabel 4. Perkembangan Motorik Bayi Setelah Pijat**

Kategori	Frekuensi	Presentasi (%)
Sesuai (9-10)	15	88,2%
Meragukan (7-8)	2	11,8%
Menyimpang (<6)	0	0%
<b>TOTAL</b>	17	100%

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui perbandingan bayi saat sebelum dan setelah diberi perlakuan pijat bayi yaitu terjadi peningkatan pada kategori sesuai sebanyak 3 bayi (17,6%) dan tidak ada perubahan pada kategori meragukan menjadi sebanyak 2 bayi (11,8%).

### Analisa Bivariat

**Tabel 5. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Bayi Usia 0-3 Bulan Di PMB "P" Cimahi Selatan Kota Cimahi**

		Selisih peningkatan		Nilai p
		Sebelum	Setelah	
Sesudah- Sebelum pijat Bayi	Sesuai	12	15	0.018
	Meragukan	5	2	
	Menyimpang	0	0	
	Total	17	17	

Berdasarkan tabel diatas hasil uji T-test menunjukkan terjadi peningkatan pada kategori sesuai, dan pada kategori meragukan telah terjadi penurunan dengan nilai sig. 0.018. dan <0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  di terima dan  $H_0$  ditolak, maka terdapat pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan motorik kasar bayi

## PEMBAHASAN

### Sebelum diberikan perlakuan pijat bayi

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukannya pijat bayi di PMB "P" dari 17 bayi usia 0-3 bulan ditemui 5 bayi (29,4%) dengan perkembangan motorik yang meragukan. Hal

ini disebabkan kurangnya stimulasi yang diberikan pada bayi. Salah satu stimulasi yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan pijat bayi.

Sebelum dipijat, perkembangan di PMB “P” dapat diubah oleh sejumlah variabel. Kombinasi sejumlah unsur internal (genetik) dan eksternal (lingkungan) mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kesehatan fisik, psikis, dan sosial ibu selama kehamilan sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin, sedangkan setelah melahirkan, selain nutrisi dan stimulasi, kebutuhan dasar bayi harus terpenuhi agar mereka dapat tumbuh dan berkembang secara efektif. [6] [24].

Memberikan stimulasi sangat penting selama tahap pertumbuhan dan perkembangan. Bayi yang menerima stimulasi yang terfokus dan konsisten akan berkembang lebih cepat dibandingkan mereka yang menerima sedikit atau tanpa stimulasi. [19][25]. Stimulus yang diterima dalam pertemuan sehari-hari akan kurang beragam, yang juga akan berdampak pada bagaimana kecerdasan berkembang. [7].

### **Setelah diberikan perlakuan pijat bayi**

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukannya pijat bayi di PMB “P” dari 17 bayi usia 0-3 bulan dengan kategori sesuai meningkat sebanyak 15 bayi (88,2%) sedangkan kategori meragukan menurun sebanyak 2 bayi (11,8%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Galeria (2014), bahwa pijat bayi merupakan salah satu cara yang dapat membantu meningkatkan perkembangan salah satunya yaitu perkembangan motorik kasar, selain itu pijat bayi juga dapat menciptakan hubungan kasih sayang [5].

Setelah lahir, stimulasi faktor luar dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Hal ini juga merupakan syarat mendasar bagi tumbuh kembang (sharpening) yang harus dipenuhi karena dapat berdampak pada perkembangan mental psikososial bayi, antara lain tingkat kecerdasan, kemandirian, kreativitas, keimanan, moralitas, kepribadian, dan produktivitasnya. Salah satu cara untuk mendorong tumbuh kembang bayi adalah melalui pijat. Pijat bayi berupaya mengaktifkan secara dini saraf sensorik dan motorik dengan rangsangan tertentu agar bayi tumbuh aktif dan lebih ideal baik mental maupun fisik. Hal ini menyebabkan perbedaan tumbuh kembang antara bayi yang mendapat pijat bayi dan yang tidak. [3] [21].

Menurut penelitian Arum Lusiana et al. (2018), dari 30 responden (100%), temuan penelitian pada kelompok intervensi mengungkapkan bahwa skor perkembangan bayi baru

lahir terbesar meningkat 4 poin, dari skor perkembangan 6 menjadi 10, pada sebanyak 2 responden. Namun, dengan hanya 2 tanggapan, peningkatan skor terendah adalah lompatan 1 poin dari 7 menjadi 8. Perhitungan Paired T-Test menghasilkan nilai 0,000 dengan interval kepercayaan 95%. Skor perkembangan bayi meningkat secara signifikan baik sebelum dan sesudah pijat, yang ditunjukkan dengan p-value 0,05. [6] [11].

Para ahli telah melakukan berbagai penelitian tentang manfaat pijat bayi, terutama dari segi kesehatan. Memerangi keterlambatan perkembangan merupakan salah satu bagian dari pembangunan. Pijat bayi dapat membantu mengatasi kesulitan makan, gangguan fisik, hiperaktif, kelainan tidur, dan masalah perkembangan, menurut Berlina Theresia, AMF, yang juga berprofesi sebagai fisioterapis. [7].

### **Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Bayi Usia 0-3 bulan**

Hasil pengukuran menunjukkan bahwa dari 17 bayi, pada awalnya 5 bayi termasuk dalam kategori meragukan dan 12 bayi dalam kategori sesuai. Setelah mendapat perlakuan pijat bayi selama  $\pm 15$  menit untuk setiap bayi selama 1 bulan dengan frekuensi 3-4 kali maka diperoleh hasil pengukuran, bayi yang termasuk dalam kategori normal menjadi 15 dan 2 bayi lainnya dalam kategori meragukan. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa pijat bayi berdampak pada perkembangan motorik kasar bayi baru lahir yang berusia 0–3 bulan. Hal ini ditunjukkan dengan hasil T-Test yang diperoleh dengan bantuan program SPSS dan memiliki nilai p sebesar 0,018.

Agar bayi tumbuh dan berkembang sebaik mungkin, mereka membutuhkan banyak stimulasi. Selama tahun-tahun awal perkembangan, salah satu rangsangan yang diberikan adalah rangsangan taktil berupa kasih sayang dan perhatian. Stimulasi tersebut akan memberikan bayi rasa aman dan kepastian, memungkinkan dia untuk lebih menerima lingkungannya dan untuk tumbuh lebih. Tanpa rangsangan taktil, perilaku sosial, ekonomi, dan motorik akan mati. [15] [16].

Karena pijat bayi merupakan terapi yang mencakup aspek sentuhan berupa kasih sayang, kontak mata, suara, atau obrolan, gerakan, dan pijatan lembut, maka merupakan salah satu rangsangan yang diberikan kepada bayi baru lahir atau balita. Kulit memiliki jangkauan reseptor terluas untuk pijatan, dan sentuhan adalah indera yang telah ada sejak lahir. Ujung saraf di permukaan kulit akan merespons setiap sentuhan saat mereka mendapatkannya. Respon ini kemudian akan berkomunikasi dengan otak melalui jaringan saraf sumsum tulang belakang. [9] [13] [18].

Usia 0 hingga 12 bulan atau bayi baru lahir dapat menerima pijat bayi. Pijat dapat diberikan kepada bayi yang berusia kurang dari 7 bulan setiap hari. Dua kali sehari, di pagi hari dan sebelum tidur, Anda harus memijat bayi Anda. [5].

Pada Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 perihal Standar Profesi Bidan yang menjelaskan bahwa bidan mempunyai kewenangan untuk melaksanakan pemantauan dan menstimulasi tumbuh kembang bayi dan anak. Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang dilakukan yaitu pijat bayi. pemerintah dalam hal ini sudah menyampaikan perhatian terhadap bayi melalui peran bidan. Kepmenkes RI, 2007 [10] [17].

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang berjudul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Bayi Usia 0-3 Bulan di PMB “P” Cimahi Selatan Kota Cimahi Tahun 2021” maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari hasil pengukuran 17 bayi sebelum dilakukan pijat bayi, 12 bayi termasuk dalam kategori sesuai, 5 bayi dalam kategori meragukan dan 0 bayi dalam kategori menyimpang.
2. Setelah dilakukan pijat bayi dari 5 bayi dalam kategori meragukan terjadi peningkatan 3 bayi menjadi kategori sesuai dan 2 bayi lainnya masih dalam kategori meragukan.
3. Dengan diberikan pijat bayi terlihat peningkatan perkembangan yang signifikan, sehingga tidak terdapat bayi yang mengalami keterlambatan perkembangan berarti terdapat pengaruh pijat terhadap perkembangan motorik kasar bayi di PMB “P” Cimahi Selatan Kota Cimahi Tahun 2021, dengan  $p=0,018 (<0,05)$ .

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kaih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu kelancaran penelitian, kepada PMB “P” yang telah memberikan kami kesempatan untuk melakukan penelitian ini, dan juga terima kasih kepada responden yang telah kooperatif untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- [1] U. Roesli, Pedoman Pijat Bayi, Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2013.

- [2] Soetjningsih, *Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: EGC, 2014.
- [3] S. T. M. N. Vita Triani Adi Puteri, *Pengaruh Teknik Baby Spa Terhadap Perkembangan Motorik dan Kenaikan Berat Badan Bayi*, pp. 324-329, 2019.
- [4] L. U. Nam'ah, *Efektivitas Baby Massage dan Baby Gym Terhadap Perkembangan Bayi 3-6 Bulan*, 2019.
- [5] L. N. Yayah Rokayah, *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Pada Bayi Usia 5-6 Bulan Di Desa Rangkasbitung Barat*, pp. 159-167, 2018.
- [6] A. Lusiana, *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Balita Usia 3-5 Bulan*, 2018.
- [7] Riksani, *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*, Jakarta: Dunia Sehat, 2017.
- [8] S. C. S. W. Arum Lusiana, "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Balita Usia 3-5 Bulan," *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, vol. VI, no. 1, pp. 6-13, 2018.
- [9] D. Adriana, *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Pada Anak*, Jakarta: Salemba Medika, 2011.
- [10] I. Dewi, *Hubungan Pijat dengan Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 4-12 Bulan di Puskesmas Paccerakkang Makasar*, pp. 59-62, 2018.
- [11] R. U, *Pedoman Pijat Bayi*, Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara, 2013.
- [12] M. Dahlan, *Statistik Untuk kedokteran dan kesehatan*, Jakarta: Salemba Medika, 2011.
- [13] K. Sutarmi, *Mom Massage, Baby Massage and Spa*, Semarang: IHCA, 2014.
- [14] K. RI, *Buku KIA Kesehatan ibu dan Anak*, Jakarta : Kemenkes RI, 2021.
- [15] S. R. D. & L. Noorbaya, "Pengaruh Baby Spa terhadap peningkatan Berat badan Pada bayi dengan Berat Badan Rendah Usia 4-6 bulan," *Mahakam Midwifery*, vol. 2, pp. 187-193, 2018.
- [16] N. & A. M. Hsanah, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia 3-5 tahun," *Midpro*, vol. 2, pp. 60-66, 2014.
- [17] K. RI, *Standar Profesi Bidan*, Jakarta : Kemenkes RI.
- [18] N. T. D. & S. H. Kusumastuti, "Effect of Massage on Sleep Quality and Motor Development in Infant Aged 3-6 Month," *Journal of Mathernal and Child Health*, vol. 3, pp. 161-169, 2016.
- [19] Suhartini, "Deteksi Dini Keterlambatan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak," *UNY*, vol. 1, pp. 177-185, 2014.
- [20] L. Zaidah, "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Delayed Development Pada anak Usia 12-24 Bulan di RS Yogyakarta," *Fisioterapi dan Rehabilitasi*, vol. 4, pp. 54-63, 2020.
- [21] R. U. G. Andini A, "Pengaruh Pijat Bayi Perkembangan Neonatus," *JOM PSIK*, vol. 1, 2014.
- [22] B. D. & Shelov, *Ilmu Kesehatan Anak Untuk Mahasiswa Kedokteran*, USA: wolters Kluwer Health.
- [23] M. W. S. F. L. A. Black, "Early Childhood Development Coming of Age: Science Through The Life Course," *The Lanset*, 2016.
- [24] C. A, "Infant Massage : The Practice and Evidance Base to Support it.," *British Journal Of Midwifery*, vol. 23, 2015.

- [25] A. S. elvira M, "Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-6 bulan di BPS Bunda Bukittinggi," *Pembangunan Nagari*, vol. 2, 2017.