

Pelatihan Pijat Bayi Terhadap Perubahan Perilaku dan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi

St. Rahmawati Hamzah¹, Hamzah B²

^{1,2}Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Jl. Siswa, Kel. Mogolaing, Kotamobagu, Sulawesi Utara
rahmahamzah94@gmail.com, hamzahbskm@gmail.com

Diterima 12 Juni 2020, disetujui 14 Oktober 2021, diterbitkan 20 Oktober 2021

Pengutipan: Hamzah, S.R & Hamzah B. (2021). Pelatihan pijat bayi terhadap perubahan perilaku dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat. *Gema Wiralodra*, 12(2), 230-245

ABSTRAK

Angka kematian bayi baru lahir secara global menurun dari 5 juta pada tahun 1990 menjadi 2,4 juta pada tahun 2019, meskipun angka kematian bayi menurun namun anak-anak tetap menghadapi risiko kematian terbesar dalam 28 hari pertama kehidupan. Di Sulawesi Utara angka kematian bayi tahun 2019 terdapat 215 kasus dan kematian neonatal 168 kasus. Perlu adanya perlakuan yang dilakukan ibu untuk tetap menjaga kesehatan bayi melalui pijat bayi yang bisa dilakukan secara mandiri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan perilaku dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Gogagoman menggunakan jenis *pre eksperimen* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel sebanyak 30 ibu yang memiliki bayi umur 3-11 bulan yang ditarik dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar *checklist*. Data dianalisis menggunakan uji *wilcoxon* dan *paired t test*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat secara mandiri dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) perbedaan rerata skor (mean) pengetahuan responden saat pre-test dan post-test sebesar 2,8, perbedaan rerata skor (mean) sikap responden saat pre-test dan post-test sebesar 7,2 dan perbedaan rerata skor (mean) keterampilan responden saat pre-test dan post-test sebesar 4,23. Disarankan kepada kader kesehatan untuk mengaktifkan pelatihan pijat bayi ketika ibu melakukan kunjungan posyandu, kepada ibu untuk meningkatkan perilaku dan keterampilan pijat bayi dengan aktif ikut pelatihan dan konsultasi dengan tenaga kesehatan.

Kata Kunci : *Pelatihan, Pijat Bayi, Perilaku, Keterampilan*

ABSTRACT

The global newborn mortality rate decreased from 5 million in 1990 to 2,4 million in 2019, although the infant mortality rate decreased, children still face the greatest risk of death in the first 28 days of life. In North Sulawesi, the infant mortality rate in 2019 was 215 cases and neonatal mortality was 168 cases. There needs to be treatment by the mother to maintain the health of the baby through baby massage that can be done independently. The purpose of this study was to determine the effect of infant massage training on improving the behavior and skills of mothers in performing infant massage independently. This research was conducted in the working area of Gogagoman Health Center using a pre-experimental type with a one group pretest-posttest research design. The number of samples as many as 30 mothers who have babies aged 3-11 months were drawn by purposive sampling technique. The data collection instrument used a questionnaire and a checklist sheet. Data were analyzed using Wilcoxon test and paired t test. The results showed that there was an effect of infant massage training on increasing knowledge, attitudes and skills of mothers in doing massage independently with a value of $p = 0,000$ ($p < 0,05$) the difference in the mean score (mean) of respondents knowledge during the pre-test and post-test was 2,8, the

difference in the mean score (mean) of respondents attitudes during pre-test and post-test is 7,2 and the difference in the mean score (mean) of respondents skills during pre-test and post-test is 4,23. It is recommended to health cadres to activate baby massage training when mothers visit posyandu, to mothers to improve baby massage behavior and skills by actively participating in training and consulting with health workers.

Keyword(s): *Training, Baby Massage, Behavior, Skills*

PENDAHULUAN

Program untuk mencapai tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) dalam rangka mewujudkan masyarakat Indonesia yang sejahtera dan merata adalah dengan menurunkan angka kematian bayi (AKB) sekurang-kurangnya 12 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (WHO, 2020). Data WHO tahun 2013 menunjukkan angka kelahiran bayi di Indonesia pada tahun 2010 terdapat 4.371.800 jiwa. Meskipun angka kematian bayi baru lahir secara global menurun dari 5 juta pada tahun 1990 menjadi 2,4 juta pada tahun 2019, anak-anak menghadapi risiko kematian terbesar dalam 28 hari pertama mereka (BPS, 2018). Berdasarkan data dari profil kesehatan Sulawesi Utara tahun 2019 menunjukkan angka kematian neonatal, bayi dan balita masih cukup tinggi, dimana terdapat 168 kasus kematian neonatal, kematian bayi sebanyak 215 kasus dan kematian balita sebanyak 27 kasus (Dinkes Sulut, 2017). Diketahui faktor risiko yang berperan pada kematian bayi adalah karakteristik ibu dan anak serta keadaan kelahiran. Penyebab kematian bayi antara lain kurangnya stimulus dan nutrisi, berat badan lahir rendah (BBLR), pnemonia, dan lain sebagainya (Ronald, 2011).

Ilmuan di Venezuela melakukan penelitian tentang memberikan stimulus kepada janin yang berada didalam kandungan, ketika menjelang persalinan sampai terjadinya kelahiran bayi. Temuan peneliti jika bayi yang sering mendapat sentuhan maka saat lahir bayi tersebut gerakannya akan menjadi lincah (Roesli, 2013). Hasil penelitian tahun 2018 yang menyatakan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan frekuensi menyusu pada bayi 1-3 bulan (Farida et al., 2018). Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara terapi pijat, umur kehamilan dan riwayat komplikasi selama kehamilan dengan kenaikan berat badan BBLR (Natalina, 2019). Hasil Penelitian lain yang dilakukan menyatakan bahwa pijat bayi bermanfaat meningkatkan hubungan batin orang tua dan bayinya, meningkatkan produksi air susu ibu, mengembangkan komunikasi, memahami isyarat bayi serta meningkatkan frekuensi asupan nutrisi yang buktikan dengan rata-rata bayi

yang dilakukan stimulasi pijat bayi mengalami peningkatan berat badan dalam waktu 15 hari pemijatan (Ulfa et al., 2020).

Pijat bayi juga disebut dengan *touch therapy* yang artinya adalah salah satu teknik yang mengombinasikan manfaat fisik sentuhan manusia dengan manfaat emosional seperti ikatan batin (*bonding*). Pijat bayi juga merupakan satu alternatif upaya untuk meraih derajat kesehatan yang paling sederhana yang bisa dilakukan di rumah, selain itu pijat bayi juga dapat menimbulkan suatu kontak batin antara anak dan orang tua (Pratyahara, 2012). Manfaat pijat bayi secara umum dapat membuat bayi merasa nyaman, dan relaks, pijat membuat otot-otot bayi menjadi renggang, pijat bayi dapat membantu konsentrasi, memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, dan membantu oksigen menuju keotak (Saputri, 2019).

Pemijatan yang dilaksanakan secara teratur pada bayi digunakan pemijatan pada kaki, perut, dada, tangan, punggung, dan gerakan peregangan dapat meningkatkan berat badan bayi. Pemijatan tersebut akan terjadi potensi aksi saraf yang merangsang *nervus vagus* kemudian akan merangsang peningkatan peristaltik usus, sehingga penyerapan makanan dalam tubuh akan lebih maksimal. Pemijatan pada bayi juga dapat melancarkan peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat. Berdasarkan hasil penelitian juga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemijatan pada bayi terhadap kenaikan berat badan (Kalsum, 2014)

Studi pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Gogagoman diperoleh dari 10 ibu yang mempunyai bayi terdapat 7 ibu tidak pernah melakukan pijat bayi sendiri, ibu bayi lebih cenderung mempercayakan kepada dukun bayi untuk melakukan pijat kepada bayinya. Hal ini membuktikan meskipun pijat bayi memberikan banyak manfaat yang besar kepada bayi dan orang tua, namun orang tua masih merasa takut untuk melakukan pijat bayi sendiri. Faktor yang mempengaruhi ibu adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pijat bayi secara mandiri, dan orang tua merasa takut salah memijat dan menyakiti bayinya. Sehingga hal ini menimbulkan sikap dan perilaku negatif ibu terhadap stimulus pemijatan bayi secara mandiri (Ariyanti, 2019). Salah satu upaya yang dapat dilakukan dengan memberikan keterampilan kepada orang tua dalam melakukan pijat bayi secara mandiri melalui kelas pijat bayi. Sehingga tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui

pengaruh pijat bayi terhadap pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian yang digunakan menggunakan jenis *pre eksperimen* dengan rancangan penelitian *one group pretest-post test design*. *Pre eksperimen* adalah suatu jenis penelitian yang belum sepenuhnya dikatakan eksperimen murni, karena masih ada variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen dan berpotensi terlewatkan oleh peneliti karena tidak adanya kelompok kontrol dan sampel tidak dipilih secara acak (Sugiyono, 2017). Karena perlakuan yang diberikan kepada subjek penelitian ini tidak dibandingkan dengan kelompok kontrol dan pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan sehingga penelitian ini menggunakan rancangan *one group pretest-post test design*. Penelitian ini untuk menganalisis pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Posyandu Mogolaing dan Posyandu Molinow yang berada di wilayah kerja Puskesmas Gogagoman Kotamobagu. Pemilihan lokasi penelitian berdasarkan pada jumlah kelahiran wilayah kerja Puskesmas Gogagoman cukup tinggi sebesar 75% dan studi pendahuluan menunjukkan dari 10 ibu yang mempunyai bayi terdapat 7 ibu tidak pernah melakukan pijat bayi sendiri dan ibu bayi lebih cenderung mempercayakan kepada dukun bayi untuk melakukan pijat bayi. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan April 2021 yang meliputi pre-test pada tanggal 22 Maret 2021 kemudian dilakukan pelatihan pijat bayi kepada responden selama satu kali seminggu dalam waktu sebulan, kemudian post-test dilakukan pada tanggal 24 April 2021.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu usia 20-35 tahun yang memiliki bayi usia dibawah satu tahun (3-11 bulan) yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Gogagoman. Penentuan besar sampel pada penelitian ini menggunakan rumus penelitian analitik numerik berpasangan (Dahlan, 2016):

$$n1 = n2 = \left\{ \frac{(Z\alpha + Z\beta)S}{X1 - X2} \right\}^2$$

Keterangan :

$n_1 = n_2$: besar sampel pada kelompok pelatihan pijat bayi

Z_α : derajat tingkat kemaknaan 95%

Z_β : kekuatan uji dari penelitian yakni 90%

S : simpangan baku

$X_1 - X_2$: selisih minimal rerata yang dianggap bermakna

$$\begin{aligned} n_1 = n_2 &= \left\{ \frac{(Z_\alpha + Z_\beta) S}{X_1 - X_2} \right\}^2 = \left\{ \frac{(1,64 + 1,28) 6,8}{4} \right\}^2 \\ &= \left\{ \frac{485,42}{16} \right\} \\ &= 30 \end{aligned}$$

Jadi jumlah sampel minimal pada kelompok pelatihan pijat bayi adalah 30 responden. Artinya sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 30 ibu yang memiliki bayi usia 3-11 bulan yang datang berkunjung di Posyandu Mogolaing dan Posyandu Molinow wilayah kerja Puskesmas Gogagoman. Sampel kemudian ditarik dengan teknik *purposive sampling* dengan syarat telah memenuhi kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki bayi dalam keadaan sehat dan ibu yang belum pernah mendapatkan pelatihan pijat bayi sebelumnya.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data meliputi data primer yang diperoleh langsung dari hasil pengamatan selama proses penelitian, dimana kelompok intervensi diberikan pelatihan pijat bayi dan diamati serta dicatat perkembangan dan kemajuannya oleh peneliti selama empat minggu kemudian. Pengumpulan data dengan kuesioner meliputi identitas responden, pertanyaan tentang pengetahuan dan sikap ibu tentang pijat bayi yang diisi sendiri oleh responden dan lembar *checklist* keterampilan ibu yang diisi oleh peneliti.

Analisis Data

Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik setiap variabel meliputi distribusi kelompok umur, tingkat pendidikan, dan pekerjaan responden serta gambaran variabel dependen meliputi skor minimal, skor maksimal, mean, dan standar deviasi. Analisis bivariat untuk menganalisis perbedaan antara rata-rata skor pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu sebelum dan sesudah

dilakukan pelatihan pijat bayi. Untuk melihat kenormalan data dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk*. Jika data terdistribusi normal menggunakan uji *Paired sample t test*, sedangkan data tidak terdistribusi normal menggunakan uji *Wilcoxon signed rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Umum Responden

Karakteristik umum responden terdiri dari kelompok umur, tingkat pendidikan, dan pekerjaan yang dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden Berdasarkan Kelompok Umur, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan di Kotamobagu Tahun 2021

Karakteristik Responden	N	%
Kelompok Umur (Tahun)		
20-25	9	30,0
25-31	16	83,3
32-37	5	16,7
Tingkat Pendidikan		
Tamat SD	1	3,3
Tamat SMP	8	26,7
Tamat SMA	17	56,7
Sarjana	4	13,3
Pekerjaan		
IRT	14	46,7
PNS/Pegawai	2	6,7
Wiraswasta/Pedagang	5	16,7
Petani	9	30,0

Hasil tabel 1 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan kelompok umur yang paling banyak adalah kelompok umur 25-31 tahun sebanyak 16 responden (83,3%) dan yang paling sedikit adalah kelompok umur 32-37 tahun sebanyak 5 responden (16,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan responden yang paling banyak adalah tamat SMA sebanyak 17 responden (56,7%) dan yang paling sedikit adalah tamat SD sebanyak 1 responden (3,3%). Berdasarkan pekerjaan responden yang paling banyak adalah IRT sebanyak 14 responden (46,7%), dan yang paling sedikit PNS/Pegawai sebanyak 2 responden (6,7%).

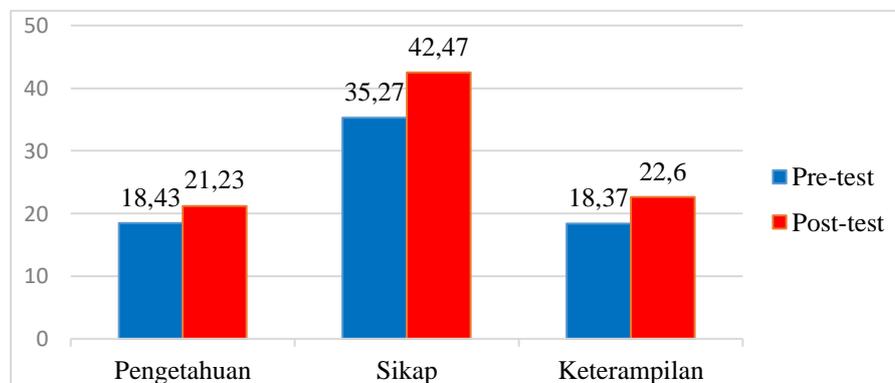
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Skor Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan

Karakteristik responden berdasarkan skor pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Skor Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Melakukan Pijat Bayi Secara Mandiri

	Skor min.	Skor max.	Mean	SD
Pengetahuan				
Pre-test	12	22	18,43	2,622
Post-test	16	23	21,23	1,736
Sikap				
Pre-test	29	43	35,27	4,127
Post-test	36	46	42,47	2,776
Keterampilan				
Pre-test	14	23	18,37	2,189
Post-test	18	26	22,60	2,387

Hasil tabel 2 menunjukkan rata-rata skor (mean) pengetahuan responden melakukan pijat bayi secara mandiri pada saat pre-test adalah 18,43 dengan standar deviasi 2,622 dan pada saat post-test mengalami peningkatan nilai mean menjadi 21,23 dengan standar deviasi 1,736. Skor pengetahuan terendah pada saat pre-test adalah 12 dan skor tertinggi adalah 22 dan pada saat post-test skor pengetahuan terendah pada adalah 16 dan skor tertinggi adalah 23. Rata-rata skor (mean) sikap responden melakukan pijat bayi secara mandiri pada saat pre-test adalah 35,27 dengan standar deviasi 4,127 dan pada saat post-test mengalami peningkatan nilai mean menjadi 42,47 dengan standar deviasi 2,776. Skor sikap terendah pada saat pre-test adalah 29 dan skor tertinggi adalah 43 dan pada saat post-test skor sikap terendah pada adalah 36 dan skor tertinggi adalah 46. Rata-rata skor (mean) keterampilan responden melakukan pijat bayi secara mandiri pada saat pre-test adalah 18,37 dengan standar deviasi 2,189 dan pada saat post-test mengalami peningkatan nilai mean menjadi 22,60 dengan standar deviasi 2,387. Skor keterampilan terendah pada saat pre-test adalah 14 dan skor tertinggi adalah 23 dan pada saat post-test skor keterampilan terendah pada adalah 18 dan skor tertinggi adalah 26.

**Grafik 1.** Perbedaan Rerata Skor Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Responden Melakukan Pijat Bayi Secara Mandiri

Hasil grafik 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor (mean) pengetahuan responden terjadi peningkatan setelah diberikan pelatihan pijat bayi sebesar 2,8. Rata-rata skor (mean) sikap responden terjadi peningkatan setelah diberikan pelatihan pijat bayi sebesar 7,2. Selanjutnya rata-rata skor (mean) keterampilan responden terjadi peningkatan setelah diberikan pelatihan pijat bayi sebesar 4,23.

3. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Responden

Uji *Wilcoxon signed rank test* digunakan untuk mengukur perbedaan antara dua kelompok data yang tidak memenuhi asumsi normalitas. Uji *Wilcoxon signed rank test* digunakan untuk membandingkan rata-rata pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat bayi.

Tabel 3. Pengaruh Pelatihan Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Responden Dalam Melakukan Pijat Bayi Secara Mandiri

Pengetahuan	n	Mean	SD	SE	<i>p value</i>
Pre-test	30	18,43	2,622	0,479	p = 0,000
Post-test	30	21,23	1,736	0,317	

Hasil tabel 3 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor (mean) pengetahuan responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri, dimana pada saat pre-test didapatkan nilai mean 18,43 setelah diberikan intervensi pijat bayi pada saat post-test didapatkan nilai mean 21,23. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor (mean) pengetahuan responden pada saat pre-test dan post-test sebesar 2,8 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan pijat terhadap peningkatan pengetahuan responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

4. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Sikap Responden

Uji *paired t-test* digunakan untuk mengukur perbedaan antara dua kelompok data yang memenuhi asumsi normalitas. Uji *paired t-test* digunakan untuk membandingkan rata-rata sikap responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat bayi.

Tabel 4. Pengaruh Pelatihan Pijat Bayi Terhadap Sikap Responden Dalam Melakukan Pijat Bayi Secara Mandiri

Sikap	n	Mean	SD	SE	<i>p value</i>
Pre-test	30	35,27	4,127	0,753	p = 0,000
Post-test	30	42,47	2,776	0,507	

Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor (mean) sikap responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri, dimana pada saat pre-test didapatkan nilai mean 35,27 setelah diberikan intervensi pijat bayi pada saat post-test didapatkan nilai mean 42,47. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor (mean) sikap responden pada saat pre-test dan post-test sebesar 7,2 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan pijat terhadap peningkatan sikap responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

5. Pengaruh Pelatihan Pijat Bayi Terhadap Keterampilan Responden

Uji *Wilcoxon signed rank test* digunakan untuk mengukur perbedaan antara dua kelompok data yang tidak memenuhi asumsi normalitas. Uji *Wilcoxon signed rank test* digunakan untuk membandingkan rata-rata keterampilan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat bayi.

Tabel 5. Pengaruh Pelatihan Pijat Bayi Terhadap Keterampilan Responden Dalam Melakukan Pijat Bayi Secara Mandiri

Keterampilan	n	Mean	SD	SE	p value
Pre-test	30	18,37	2,189	0,400	p = 0,000
Post-test	30	22,60	2,387	0,436	

Hasil tabel 5 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor (mean) keterampilan responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri, dimana pada saat pre-test didapatkan nilai mean 18,37 setelah diberikan intervensi pijat bayi pada saat post-test didapatkan nilai mean 22,60. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor (mean) keterampilan responden pada saat pre-test dan post-test sebesar 4,23 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan pijat terhadap peningkatan keterampilan responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

Pembahasan

Pelatihan pijat bayi yang dilakukan adalah proses mengajarkan kepada ibu tentang materi pijat bayi yang dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan melakukan pijat bayi secara mandiri. Sehingga ibu tidak saja sadar, tahu dan mengerti, namun juga mau dan mampu melakukan anjuran yang baik untuk menunjang kesehatan. Dari penelitian dan pengalaman terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih awet dari pada perilaku yang tidak ada dasarnya. Terjadinya perubahan perilaku juga didukung oleh

metode pelatihan yang digunakan untuk menarik perhatian dan ibu tidak merasa bosan, untuk itu peneliti melakukan pelatihan pijat bayi dengan memanfaatkan media *leaflet*, materi *x-banner* dan demonstrasi.

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor (mean) pengetahuan responden pada saat pre-test dan post-test sebesar 2,8 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Adanya pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap pengetahuan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri disebabkan oleh adanya peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya melakukan pijat bayi. Hal ini ditunjukkan oleh beberapa item pernyataan yang mengalami peningkatan jumlah responden dengan jawaban yang benar. Salah satu pernyataan pengetahuan mengalami peningkatan yang cukup signifikan yaitu pernyataan mengenai manfaat pijat bayi "*pijat bayi dapat mempercepat pertumbuhan anak*" meningkat menjadi 100% pada saat post-test dan pernyataan "*pijat bayi selama 3 kali selama 15 menit dalam sehari dapat memperkuat hubungan antara ibu dan anak*" meningkat menjadi 96,7% pada saat post-test.

Sejalan dengan penelitian Kelurahan Widodomartani Kab. Sleman pada 84 ibu yang mempunyai balita menemukan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang pijat bayi sebelum dan sesudah penyuluhan (p value = 0,000) dan pemutaran VCD (p value = 0,000) (Ningsih et al., 2011). Penelitian yang dilakukan di Kelurahan Tanjung Karang pada 46 ibu yang memiliki bayi umur 0-12 bulan terdiri dari 23 kelompok eksperimen dan 23 kelompok kontrol menemukan bahwa ada perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan setelah diberikan penyuluhan pijat bayi dengan p value 0,000, rerata pengetahuan pada kelompok kontrol didapatkan 10,67 dan pada kelompok eksperimen meningkat menjadi 18,20 (Andaruni, 2018). Penelitian lain yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sukaraya pada 33 ibu yang memiliki bayi menemukan bahwa ada pengaruh yang bermakna (signifikan) antara pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan (p value = 0,000) (Delvia & Azhari, 2019).

Menurut peneliti peningkatan pengetahuan ibu terjadi karena pelatihan yang diberikan memberikan pengalaman yang positif kepada ibu untuk memahami manfaat memberikan pijat bayi secara mandiri. Pelatihan yang diberikan mengkombinasikan dengan model

ceramah, media *leaflet*, materi *x-banner* dan demonstrasi. Pelatihan dengan mempraktikkan secara langsung dapat memberikan pemahaman kepada ibu bahwa melakukan pijat bayi secara mandiri bisa dilakukan dan aman untuk bayi. Penyampaian informasi yang diberikan bersama dengan media *leaflet* pijat bayi memberikan pengalaman kepada ibu untuk belajar. Sejalan dengan teori yang menjelaskan pijat bayi merupakan terapi tertua yang dipercaya turun menurun oleh dukun bayi untuk meregangkan otot, membuat bayi tidur lelap, dan mengurangi rasa sakit (Roesli, 2016). Pemberian informasi yang optimal melalui pelatihan pijat bayi yang lebih dekat dengan responden akan mencoba untuk membina perilaku baru atau seseorang yang telah mulai tertarik pada suatu perubahan perilaku dan inovasi (Putri & Widarti, 2015).

Sikap ibu bukan merupakan suatu tindakan atau aktifitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku untuk bisa melakukan pijat bayi. Sikap itu masih merupakan reaksi tertutup, bukan merupakan reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka. Faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap yaitu pengalaman pribadi yang merupakan pembentukan sikap seseorang dan pengalaman pribadi harus meninggalkan kesan yang kuat, sikap mudah terbentuk jika melibatkan emosional, dan kebudayaan pembentukan sikap tergantung tempat individu tersebut dibesarkan (Notoatmodjo, 2014).

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor (mean) sikap responden pada saat pre-test dan post-test sebesar 7,2 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan sikap responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Adanya pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap sikap ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri disebabkan oleh adanya peningkatan sikap positif ibu dalam melakukan pijat bayi. Hal ini ditunjukkan oleh beberapa item pernyataan yang mengalami peningkatan jumlah responden dengan sikap positif. Salah satu pernyataan sikap mengalami peningkatan yaitu “*dengan melakukan pijat bayi dapat meningkatkan efektivitas tidur bayi,*” meningkat menjadi 100% pada saat post-test dan “*pijat bayi bisa dilakukan secara mandiri di rumah*” meningkat menjadi 100% pada saat post-test.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Posyandu Blencog pada 30 ibu yang memiliki balita usia 0-5 bulan, mendapatkan nilai rerata mean sikap sebelum penyuluhan adalah 58,40 dan setelah penyuluhan rerata mean adalah 66,40 dan hasil uji statistik

diperoleh nilai $p=0,000$, hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara sikap ibu sebelum dan sesudah penyuluhan pijat bayi (Meliati, 2018). Penelitian yang dilakukan di Kelurahan Plesungan pada 20 responden yang memiliki balita usia 1-12 bulan mendapatkan hasil ada pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap perilaku ibu di wilayah Kelurahan Plesungan ($p\ value = 0,000$) (Nurlaily, 2018). Penelitian lain yang dilakukan di Kelurahan Tiyaran Kabupaten Sukoharjo pada 50 ibu yang memiliki bayi usia 0-24 bulan mendapatkan hasil ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap ibu tentang pijat bayi saat pretest dan posttest dengan nilai $p\ value\ 0,000$ (Johar, 2020).

Sikap merupakan reaksi atau respons seorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau obyek. Manifestasi dari sikap tidak dapat langsung terlihat, tetapi hanya ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Dalam kehidupan sehari-hari pengertian sikap adalah reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Dari pengertian ini dapat digaris bawahi bahwa selama perilaku itu masih tertutup, maka dinamakan sikap sedangkan apabila sudah terbuka itulah perilaku yang sebenarnya yang ditunjukkan seseorang (Priyoto, 2015).

Perubahan sikap terjadi tergantung dari banyaknya informasi yang didapat. Informasi tersebut dapat diperoleh melalui media. Menurut peneliti perubahan sikap positif ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri karena informasi yang diberikan melalui media efektif meningkatkan pengetahuan ibu. Media *leaflet*, materi *x-banner*, demonstrasi menggunakan media *phantom* menjadikan materi tersampaikan dengan baik dan menarik dengan melibatkan panca indera secara optimal. Pelatihan pijat bayi dengan menggunakan alat bantu media membantu ibu dalam mengingat kembali materi yang telah diajarkan melalui metode ceramah. Menurut Ambarsari bahwa proses belajar seseorang dengan menggunakan indera penglihatan mendapatkan hasil yang paling tinggi (Ambarsari, 2017).

Keterampilan/praktik ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri merupakan bentuk perilaku terbuka sebagai respon ibu terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata. Keterampilan/praktik akan terbentuk jika pengalaman seseorang terhadap suatu peristiwa telah terbentuk melalui pengetahuan yang baik dan sikap yang positif. Berdasarkan tingkatan praktik/tindakan, keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri masuk kategori respons terpimpin dimana tindakan yang dilakukan oleh ibu masih

menggunakan panduan atau tergantung pada tuntunan yang diperoleh dari pelatihan pijat bayi (Notoatmodjo, 2014).

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor (mean) keterampilan responden pada saat pre-test dan post-test sebesar 4,23 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan keterampilan responden dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Adanya pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri disebabkan oleh adanya peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Hal ini ditunjukkan oleh beberapa item isian keterampilan yang mengalami peningkatan jumlah responden yang dilakukan dengan benar. Salah satu item isian keterampilan yang sudah dilakukan dengan baik dan benar 100% pada saat post-test adalah “ibu bisa menekan dengan jempol dibagian telapak kaki bayi”, “menggerakkan jari-jari pada perut bagian kanan ke bagian kiri bayi” dan “mempertemukan ujung kaki kiri dengan ujung tangan kanan di atas tubuh bayi”.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Kelurahan Tanjung Karang pada 30 ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan mendapatkan hasil ada perbedaan pengetahuan dan keterampilan ibu antara yang diberikan dan tidak diberikan penyuluhan pijat bayi (p value = 0,000) (Andaruni, 2018). Penelitian yang dilakukan Desa Tugu Kabupaten Karanganyar pada 57 responden yang memiliki bayi 0-12 bulan mendapatkan hasil terjadi peningkatan rerata sebelum (10,8) dan sesudah diberikan penyuluhan (25,6) dengan nilai p value = 0,000 yang berarti bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap praktik pijat bayi pada ibu (Ambarsari, 2017). Penelitian lain yang dilakukan dengan menggunakan teknik kelas pijat bayi pada 38 responden yang memiliki bayi usia 0-12 bulan mendapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok intervensi kelas pijat bayi dengan kelompok kontrol (p value = 0,000) (Ariyanti, 2019).

Teori menjelaskan bahwa setelah seseorang mengalami stimulus atau obyek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang diketahui, proses selanjutnya diharapkan dapat melaksanakan atau mempraktikkan apa yang diketahui dan disikapinya (Widayati, 2020). Menurut peneliti materi yang disampaikan dengan demonstrasi secara langsung menggunakan media dapat memberikan peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi, ibu bisa secara langsung mempraktikkan cara

pijat bayi yang baik dan benar dan urutan melakukan pijat bayi. Peningkatan keterampilan dapat diperoleh melalui proses pelatihan pijat bayi, pelatihan ini merupakan aspek penting dalam meningkatkan keterampilan ibu karena dengan melakukan pijat bayi secara rutin akan bermanfaat pada anak dan ibu terutama dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata skor (mean) pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi pada saat pre-test dan post-test, artinya bahwa pelatihan pijat bayi yang diberikan kepada ibu efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Disarankan kepada kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Gogagoman untuk mengaktifkan pelatihan pijat bayi kepada ibu yang melakukan kunjungan posyandu dan kepada ibu untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan pijat bayi dengan aktif mengikuti pelatihan, pendidikan kesehatan dan konsultasi kepada tenaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Direktorat Riset dan Pengabdian kepada Masyarakat, Ditjen Penguatan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi yang telah memberikan dana hibah penelitian dosen pemula. Dan terima kasih kepada Ketua Yayasan Pendidikan Bogani, Rektor Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Ketua LPPM Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Pemerintah Kota Kotamobagu, Dinas Kesehatan Kotamobagu, Kepala Puskesmas Gogagoman Kotamobagu yang telah memberikan dukungan dan izin sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarsari, M. H. (2017). Pengaruh penyuluhan pijat bayi terhadap praktik pijat bayi pada ibu di desa tugu kecamatan jumatono kabupaten karanganyar. *Journal of Health Science and Prevention*, 1(2), 73–78.
- Andaruni, N. Q. R. (2018). Pengaruh penyuluhan teknik pijat bayi terhadap pengetahuan dan keterampilan pijat bayi pada ibu di kelurahan tanjung karang tahun 2015. *Midwifery Journal*, 3(1), 54–58.
- Ariyanti, L. (2019). Kelas Pijat Bayi: Peningkatan Keterampilan Ibu dalam Memberikan Pijat Bayi. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 89–93.
- BPS. (2018). *Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2018*. Badan Pusat Statistik.

- Dahlan, M. S. (2016). besar sampel dalam penelitian kedokteran dan kesehatan. *Jakarta: Epidemiologi Indonesia*, 14.
- Delvia, S., & Azhari, M. H. (2019). Efektifitas Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan psikomotor ibu tentang pijat bayi di wilayah kerja puskesmas sukaraya kabupaten ogan komering ulu. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(1), 65–69.
- Dinkes Sulut. (2017). *Profil Kesehatan Sulawesi Utara*. Dinas Kesehatan Sulut.
- Farida, F., Mardianti, M., & Komalasari, K. (2018). Pengaruh Pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi usia 1–3 bulan. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 61.
- Johar, S. A. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap ibu tentang pijat bayi di kelurahan tiyaran kecamatan bulu kabupaten sukoharjo. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 25–30.
- Kalsum, U. (2014). Peningkatan berat badan bayi melalui pemijatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(1), 25–29.
- Meliati, L. (2018). Pengaruh Penyuluhan pijat bayi terhadap sikap ibu bayi tentang manfaat pijat bayi untuk menurunkan suhu tubuh pada bayi yang di imunisasi DPT-HB (Combo). *Media Bina Ilmiah*, 12(10), 501–510.
- Natalina, R. (2019). Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan BBLR Di RSUD Dr Doris Sylvanus Palangkaraya. *MMJ (Mahakam Midwifery Journal)*, 4(2), 51–66.
- Ningsih, A. W., Darmawan, M. T. S., & Kuntari, T. (2011). Perbandingan peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat bayi setelah mendapat penyuluhan dan pemutaran VCD di Kelurahan Widodomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(8), 13–19.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurlaily, A. P. (2018). Pengaruh Pelatihan pijat bayi terhadap perilaku ibu di wilayah kelurahan plesungan. *Adi Husada Nursing Journal*, 4(1), 33–36.
- Pratyahara, D. (2012). *Miracle touch for your baby*. Java Litera.
- Priyoto. (2015). *Perubahan Dalam Perilaku Kesehatan*. Graha Ilmu.
- Putri, D. H., & Widarti, S. (2015). Effect of health education with demonstration of knowledge of infant massage in gamping jatisawit IHC. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 3(1), 1–6.
- Roesli, U. (2013). *Pedoman pijat bayi*. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Roesli, U. (2016). *Pedoman Pijat Bayi: Edisi Revisi*. Trubus Agriwidya.
- Ronald, H. S. (2011). *Pedoman & Perawatan Balita Agar Tumbuh Sehat dan Cerdas*. Nuansa Aulia.

- Saputri, N. (2019). Pentingnya manfaat pijat bayi pada bayi usia 0-12 bulan. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta CV.
- Ulfa, R. B., Munir, Z., & Kholisotin, K. (2020). Efektifitas Stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0-4 bulan dengan riwayat BBLR. *Citra Delima: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(2), 155–162.
- WHO. (2020). *Newborns: improving survival and well-being*. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/newborns-reducing-mortality>
- Widayati, A. (2020). *Perilaku Kesehatan (Health Behavior): Aplikasi Teori Perilaku untuk Promosi Kesehatan*. Sanata Dharma University Press.