

## EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK PADA BAYI USIA 8 – 28 HARI

Lailatul Khusnul Rizki<sup>1</sup> ✉

<sup>1</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya  
lailarizki91@gmail.com



Maternal And Neonatal Health Journal

Diterbitkan Oleh:



OCEAN LEARNING CENTER  
Email: mikiajournal@gmail.com

### Abstrak:

Pijat bayi adalah terapi sentuh yang dilakukan dengan cara memijat bayi yang bertujuan membantu mempercepat perkembangan motorik noenatus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap perkembangan motorik pada bayi usia 8-28 hari di BPM Siti Rahmah Surabaya. Metode penelitian menggunakan rancangan *pre eksperimental designs* dengan pendekatan *Static Group Comparison* yang dilakukan dengan teknik observasi, dengan menggunakan lembar observasi, dimana sampel dalam penelitian dipilih berdasarkan *quota sampling* dengan jumlah 20 responden (10 responden kelompok kontrol dan 10 responden kelompok perlakuan). Responden dalam penelitian ini adalah bayi yang berusia 8 hari baik yang dilakukan pemijatan atau tidak. Analisa data dengan uji statistik *Mann-Whitney* menggunakan SPSS for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan secara umum perkembangan motorik dalam kategori sangat baik, sedangkan pada kelompok kontrol perkembangan motorik dalam kategori baik. Hasil uji statistik didapatkan hasil ( $p=0,044$ ; dimana  $p<0,05$ ) yang artinya efektivitas pijat bayi signifikan terhadap perkembangan motorik pada bayi usia 8-28 hari. Pijat bayi bisa dilakukan sesuai petunjuk pemijatan agar perkembangan motorik lebih optimal.

Kata Kunci : Pijat Bayi, Perkembangan Motorik, Bayi 8 – 28 hari

### Abstract

*Baby massage is a touch therapy that is done by massaging the baby which aims to help accelerate the development of motor noenatus. The purpose of this study to determine the effectiveness of infant massage on motor development in infants aged 8-28 days in BPM Siti Rahmah Surabaya. The research method used pre experimental design with Static Group Comparison approach which was done by observation technique, using observation sheet, where the sample in the study was selected based on quota sampling with 20 respondents (10 control group respondents and 10 respondents of treatment group). Respondents in this study were 8-day-old babies either doing massage or not. Data analysis with Mann-Whitney statistical test using SPSS for Windows. The results showed that in the treatment group in general motor development in very good category, while in the control group of motor development in good category. The result of statistical test obtained ( $p = 0,044$ , where  $p < 0,05$ ) which means effectivity of infant massager significant to motor development in infant age 8-28 day. Baby massage can be done according to massage instructions for optimal motor development.*

**Keywords:** *Baby Massage, Motor Development, Baby 8 - 28 days*

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan pada anak terjadi mulai pertumbuhan dan perkembangan secara fisik, intelektual, maupun emosional. Pertumbuhan dan perkembangan secara fisik dapat berupa perubahan ukuran besar kecilnya fungsi organ mulai dari tingkat sel hingga perubahan organ tubuh. Tumbuh kembang merupakan hal yang sangat *essensial*, manusia akan terus mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik secara kualitas maupun kuantitas, pada anak optimalisasi dalam tumbuh kembang menjadikan satu hal yang sangat perlu diperhatikan, sehingga anak *sinergis* dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan.

Perkembangan motorik merupakan salah satu parameter untuk mengetahui tingkat perkembangan yang optimal. Perkembangan motorik pada neonatus sudah terjadi sejak bayi ada didalam kandungan hingga masa dilahirkan seperti menangis, memutar-mutar kepala, menghisap (*rooting reflex*) dan menelan (Hidayat, 2009). Perkembangan motorik yang lebih optimal apabila dilakukan stimulasi, sentuhan, dan pijatan pada masa neonatus, sehingga dapat memacu kecerdasan yang optimal dan merangsang perkembangan motorik bayi yang baik secara kualitas maupun kuantitas sebagai bekal kecerdasan dimasa dewasa.

Pemberian stimulasi yang teratur dan terus-menerus akan menciptakan anak yang cerdas, bertumbuh-kembang dengan optimal, mandiri, serta memiliki emosi yang stabil, dan mudah beradaptasi. Melalui stimulasi anak dapat mencapai perkembangan optimal pada penglihatan, pendengaran, perkembangan bahasa, sosial, kognitif, gerakan kasar, halus, keseimbangan, koordinasi, dan kemandirian.

Stimulasi dapat berupa belaian atau pemijatan dengan ringan yang disertai kasih sayang. Pijat bayi biasa disebut *stimulus touch*. Di beberapa rumah sakit di Amerika Serikat, Cina, Filipina, dan Hong Kong, pijat bayi sudah dimasukkan ke dalam system pelayanan kesehatan bayi. Pijat bayi diyakini merupakan salah satu stimulasi sentuhan (*touch*) yang bisa membantu mengoptimalkan tumbuh kembang bayi (Maharani, 2009).

Menurut Maharani (2009) Pijatan bayi yang paling bermanfaat adalah pijatan yang dilakukan pada enam atau tujuh bulan pertama

usia bayi, pijatan ini bertujuan sebagai *parenting*. Manfaat pijat bayi menurut Maharani (2009) adalah untuk mendorong pertumbuhan susunan otot dan kelenturan yang akan membantu dalam pertumbuhan kemampuan fisik bayi, mengembangkan kecerdasan dan keterampilan psikomotorik, salah satu keuntungan yang lain dari pijat bayi yang dilakukan secara regular akan menunjukkan peningkatan aktivitas motorik yang pesat pada bayi.

Hasil pengamatan yang dilakukan di BPM Siti Rahmah Surabaya pada bulan oktober 2015 menunjukkan belum optimalnya pelayanan pijat bayi di BPM tersebut. Berdasarkan hasil pengamatan tersebut, maka peneliti terdorong untuk mengetahui Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 8 – 28 hari di BPM Siti Rahmah Surabaya.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *pre eksperimental designs* dan menggunakan *Static Group Comparison*. Teknik sampling yang digunakan adalah *Quota sampling*. Sampel yang diambil adalah bayi usia 8 hari yang lahir di BPM Siti Rahmah Surabaya sejak tanggal 1 Januari sampai dengan 15 Februari 2016 yang memenuhi kriteria peneliti sejumlah 20 bayi. Pada penelitian ini data yang digunakan adalah data primer yang didapatkan dari hasil melakukan perlakuan kepada kelompok perlakuan, serta data skunder yang didapatkan dari hasil observasi tentang perkembangan motorik.

Pada pelaksanaan penelitian ini peneliti melakukan kunjungan rumah. Pada kelompok perlakuan peneliti mendemonstrasikan pijat bayi dan redemontrasi oleh orang tua, pijat bayi dilakukan oleh orang tua sebanyak 2 kali sehari pada pagi dan sore hari sebelum mandi dengan waktu 10 menit selama 3 minggu. Sedangkan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol peneliti mengajarkan orang tua cara mengisi lembar observasi yang harus diisi oleh orang tua setiap hari untuk mengobservasi perkembangan motorik neonatus sampai usia 28 hari. Selanjutnya peneliti mengobservasi dengan melakukan kunjungan rumah setelah 3 hari pemijatan pada kelompok perlakuan dan pada kelompok kontrol 3 hari setelah kunjungan pertama oleh peneliti, setelah itu peneliti melakukan kunjungan rumah setiap neonatus berusia 15 hari, 21 hari dan 28 hari.

Pada saat melakukan penelitian peneliti tidak lupa untuk melakukan kontrak waktu saat akan melakukan kunjungan ulang dan melakukan terminasi pada akhir kunjungan.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari jumlah responden yang memiliki perkembangan motorik sangat baik, dimana pada kelompok perlakuan lebih banyak yaitu 60% sedangkan pada kelompok kontrol hanya 20% selain itu pada kelompok kontrol masih terdapat responden yang memiliki perkembangan motorik yang cukup baik yaitu 20% sedangkan pada kelompok perlakuan tidak ada yang memiliki perkembangan motorik yang cukup baik. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa pada responden kelompok perlakuan, perkembangan motoriknya lebih cepat dibandingkan dengan proses perkembangan motorik pada bayi usia 8 - 28 hari yang tidak dilakukan pijat bayi. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Maharani, (2009) yang menyatakan bahwa sampai kurang lebih usia 3 bulan, gerakan refleks yang memang sudah terjadi pada saat bayi didalam kandungan masih dominan, ini merupakan gerakan diluar kesadaran bayi, tidak terkoordinasi dan merupakan gerak primitif. Gerak motor kasar ini muncul jika gerak refleks bayi telah hilang. Sesuai dengan hasil uji statistik Mann-Whitney menggunakan program SPSS 11.00 for Windows yang menunjukkan bahwa  $p$  hitung = 0,044 (kurang dari 0,05) maka  $H_0$  ditolak atau  $H_1$  diterima, yang artinya terdapat efektivitas yang signifikan atas pijat bayi terhadap perkembangan motorik.

Pemijatan pada bayi akan lebih mempercepat perkembangan motorik karena pijat bayi merupakan terapi sentuh atau stimulasi yang berguna untuk merangsang perkembangan motorik. Sentuhan lembut pada pijat bayi yang berinteraksi langsung dengan ujung-ujung saraf pada permukaan kulit akan mengirimkan pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada di sumsum tulang belakang. Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah sehingga oksigen segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan keseluruh tubuh sehingga akan terjadi keseimbangan antara anggota gerak dengan otak yang membantu mempercepat perkembangan motorik pada bayi usia 8 - 28 hari.

Hal ini sesuai dengan pendapat Subakti, (2008) yang mengemukakan bahwa pada bayi usia 8 - 28 hari yang dilakukan pijat bayi yang merupakan stimulasi/rangsangan yang diberikan pada kulit bayi akan memacu proses *myelinisasi* (penyempurnaan otak dan system saraf) sehingga dapat meningkatkan komunikasi otak ke tubuh bayi dan keaktifan sel *neuron*. *Myelinisasi* yang berlangsung lebih cepat memungkinkan otak bayi semakin terpacu untuk berfungsi sempurna dalam mengkoordinasikan tubuh sehingga mempercepat perkembangan motorik. Teori pendukung lainnya dikemukakan oleh Maharani, (2009) yang menyatakan bahwa pijat bayi atau *stimulus touch* dapat memenuhi kebutuhan bayi karena sejak dilahirkan bayi memiliki tiga kebutuhan yang harus dipenuhi oleh orangtua, yaitu kebutuhan fisik-biologis yang berguna untuk pertumbuhan otak, system sensorik, serta motorik. Kebutuhan emosi kasih sayang untuk mencerdaskan emosi, inter, dan intrapersonal juga kebutuhan stimulasi untuk merangsang semua kerja system sensorik dan motoriknya. Stimulasi juga bermanfaat untuk mencapai perkembangan optimal pada penglihatan, pendengaran, perkembangan bahasa, sosial, kognitif, gerakan kasar, halus, keseimbangan, koordinasi, dan kemandirian. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian scanberg dan Field, (1988) dalam Rosalina, 2007 didapatkan hasil bahwa pada bayi *preterm* (bayi kurang bulan) yang dilakukan pemijatan didapatkan hasil sistem motoriknya lebih matang.

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan data perkembangan motorik pada responden kelompok perlakuan sebagai berikut: 60% perkembangan motorik sangat baik, dan 40% perkembangan motorik dalam kategori baik. Pada kelompok perlakuan lebih dari setengahnya responden perkembangan motorik sangat baik, hal ini karena dilakukan stimulasi pijat bayi. Pijat bayi merupakan rangsangan atau stimulasi yang dapat memefektivisasi pertumbuhan sel-sel otak dan sel saraf yang dapat memefektivisasi perkembangan motorik. Hal ini sesuai dengan pendapat Kusyarini, (2006) yang menyatakan bahwa kemampuan perkembangan motorik bukan hanya melibatkan otot, melainkan melibatkan fungsi-fungsi atau modalitas otak lainnya, seperti emosi, auditori visual, kognitif, keterampilan, dan kemampuan mengingat gerak yang sesuai dengan tahapan

perkembangan otak yang dapat distimulasi dengan pijatan pada bayi. Hal ini juga sesuai dengan Rosalina, (2007) Pemberian stimulasi yang teratur dan terus menerus akan menciptakan anak yang cerdas, bertumbuh kembang dengan optimal, mandiri, serta memiliki emosi yang stabil, dan mudah beradaptasi.

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan hasil bahwa perkembangan motorik responden bayi usia 8 - 28 hari yang tidak dilakukan pijat bayi sebagai berikut : 60% perkembangan motorik baik, 20% perkembangan motorik sangat baik, dan 20% perkembangan motorik cukup baik. Adanya perkembangan motorik sangat baik dan baik pada kelompok kontrol karena yang merupakan perkembangan motorik pada bayi usia 8 - 28 hari adalah reflek, sedangkan reflek akan muncul secara fisiologis pada bayi baru lahir, selain itu pada kelompok kontrol masih didapatkan responden yang dipijat oleh dukun, meskipun tidak sesuai dengan teknik pemijatan yang benar. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Berhman, (2010) yang menyatakan bahwa refleks adalah suatu gerakan yang terjadi secara otomatis atau spontan tanpa di sadari. Perkembangan motorik bayi diawali adanya refleks-refleks yang sebagian telah ada semenjak bayi baru lahir yang dikenal dengan refleks primer atau primitif. Refleks-refleks primer mencerminkan aktifitas batang otak dan ganglia basal. Sebagian kelompok refleks tersebut bersifat simetris dan hilang pada usia 4-6 bulan, yang menunjukkan maturasi normal efektivitas hambatan serebral desendens atau penurunan. Teori pendukung lainnya oleh Setiyowati, (2010) tentang beberapa dari refleks – refleks ini akan menghilang dalam waktu tertentu, refleks inilah yang disebut refleks primitif bayi / refleks anak menyusu. Reflek primitif bersifat fisiologis / alami yang muncul secara otomatis dan akan menghilang seiring dengan bertambahnya usia anak, karena bersifat sementara refleks ini juga biasa disebut refleks sementara.

Selain itu adanya pemijatan yang dilakukan oleh dukun pada kelompok kontrol juga dapat dijadikan faktor yang menyebabkan pada kelompok kontrol didapatkan hasil perkembangan motorik baik dan sangat baik karena pijatan tersebut juga dapat dikatakan sebagai stimulasi, hal ini sesuai dengan teori yang tercantum dalam IDAI, (2010) yang

menyatakan bahwa asah atau disebut kebutuhan akan stimulasi mental, stimulasi mental merupakan awal proses belajar pada anak, stimulasi mental ini mengembangkan perkembangan mental psikososial, kecerdasan, keterampilan, kemandirian, kreativitas, agama, kepribadian, moral-etika, produktivitas dan sebagainya. Teori lain yang mendukung dikemukakan oleh Maharani, (2010) yang menyatakan bahwa pemberian stimulasi yang teratur dan terus menerus akan menciptakan anak yang cerdas, bertumbuh-kembang dengan optimal, mandiri, serta memiliki emosi yang stabil, dan mudah beradaptasi. Stumulasi yang dapat diberikan antara lain mengajak berbicara, melatih mengangkat kepala, dada, memiring-miringkan badan, menggerak-gerakkan anggota tubuh serta tengkurap.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil dan pembahasan tentang Efektivitas Pijat Bayi terhadap Perkembangan Motorik Bayi Usia 8-28 hari di BPM Siti Rahmah Surabaya dapat disimpulkan bahwa efektivitas pijat bayi terhadap perkembangan motorik bayi usia 8-28 hari sangat signifikan dapat dilihat pada uji Mann-Whitney p hitung = 0,044 kurang dari 0,05. Perkembangan motorik bayi yang dilakukan pijat bayi secara umum dalam kategori sangat baik. Hal ini karena dilakukan stimulasi pijat bayi, sentuhan akan merangsang peredaran darah sehingga terjadi keseimbangan antara anggota gerak dengan otak yang membantu mempercepat perkembangan motorik pada bayi. Perkembangan motorik bayi yang tidak dilakukan pijat bayi secara umum dalam kategori baik, karena tidak diberikan pijatan bayi yang mengikuti prosedur dan tidak rutin sehingga sentuhan yang merangsang peredaran darah ke otak tidak optimal.

Peneliti menyarankan keluarga untuk tetap melakukan pijat bayi sesuai dengan langkah-langkah pijat bayi yang telah direkomendasikan oleh peneliti seperti yang terdapat pada leaflet dari peneliti, agar perkembangan motorik neonatus lebih cepat berkembang namun tetap sesuai dengan tahapan perkembangan yang harus dilalui.

## DAFTAR PUSTAKA

Behrman, Richard E. 2010. *Esensi Pediatric Nelson Edisi 4*. Jakarta : EGC

- Depkes R.I, 2006. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak Ditingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Direktorat Bina Kesehatan Anak Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat Departemen Kesehatan R.I
- Hidayat, A. A.2008. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Hidayat, A. A.2009. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusyarini, I. Ch. 2006. *Panduan Senam Bayi*. Jakarta : Puspa Swara
- Maharani, S. 2009. *Pijat dan Senam Sehat untuk Bayi*. Jogjakarta : Katahati
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika : Jakarta
- Pratiwi, Astri. 2009. *Agenda Perkembangan Bayi*. Jakarta : Jalur Mas Media
- Roesli, U. 2001. *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Rosalina, I. 2007. *Fisiologi Pijat Bayi*. Bandung : Trikarsa Multi Media
- Setiyowati, S. 2010. *Mengenal 7 Refleksi Primitif Bayi* (<http://sulisetiya.blogspot.com>), diakses 3 Januari 2016
- Sofiany, Rina. 2005. *Mengoptimalkan Perkembangan Motor Bayi 0-12 Bulan*. (online) <http://www.mail-archive.com/balita-anda@balita-anda.com/msg92296.html> diakses tanggal 18 Januari 2016
- Sukarmin dan Sujono, Riyadi. 2009. *Asuhan Keperawatan Pada Anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu