

PENGARUH EDUKASI PIJAT BAYI KEPADA IBU TERHADAP KETERAMPILAN MELAKUKAN PIJAT BAYI DI PUSKESMAS NATAM 2025.

*The Effect Of Infant Massage Education For Mothers On Infant Massage Skills
At The Natam 2025 Public Health Center.*

Eva Nurseptiana¹, Purnamaa Sari Cane², Fika Lestari³

^{1,2} Universitas Nurul Hasanah Kutacane, Jl. Ahmad Yan, No. 23 Pulo Kemiri Kecamatan babussalam
Email : evaseptianagedi@gmail.com

Abstrak

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi yang bermanfaat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Namun, masih banyak ibu yang belum memiliki keterampilan melakukan pijat bayi dengan teknik yang benar. Edukasi merupakan salah satu upaya yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi pijat bayi kepada ibu terhadap keterampilan melakukan pijat bayi. Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Waktu penelitian februari-April 2025. Sampel penelitian berjumlah 35 ibu yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Keterampilan ibu diukur sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan edukasi pijat bayi menggunakan lembar observasi keterampilan. Analisis data dilakukan menggunakan Paired Sample t-Test dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata keterampilan ibu sebelum diberikan edukasi (pre-test) adalah $61,46 \pm 7,284$, sedangkan rata-rata keterampilan setelah diberikan edukasi (post-test) meningkat menjadi $81,71 \pm 6,492$. Hasil uji Paired Sample t-Test menunjukkan nilai $t = -24,349$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang bermakna antara nilai pre-test dan post-test. Kesimpulan penelitian ini adalah edukasi pijat bayi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Edukasi yang disertai demonstrasi dan praktik langsung dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam melakukan pijat bayi sesuai teknik yang benar. Oleh karena itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat menjadikan edukasi pijat bayi sebagai salah satu program promosi kesehatan yang dilaksanakan secara rutin untuk meningkatkan keterampilan ibu dalam merawat bayinya.

Kata kunci: Edukasi, Pijat Bayi, Keterampilan Ibu, Pre-Test, Post-Test.

Abstract

Infant massage is a form of stimulation that is beneficial for supporting infant growth and development. However, many mothers still do not have the skills to perform infant massage with the correct technique. Education is one effort that can improve mothers' knowledge and skills in performing infant massage. This study aims to determine the effect of infant massage education to mothers on infant massage skills. This study used a pre-experimental design with a *one-group pretest-posttest design* approach. The research time was February 2025. The research sample consisted of 35 mothers selected using a total sampling technique. Maternal skills were measured before (pre-test) and after (post-test) given infant massage education using a skills observation sheet. Data analysis was carried out using a Paired Sample t-Test with a significance level of 95% ($\alpha = 0.05$). The results showed that the average maternal skills before being given education (pre-test) were 61.46 ± 7.284 , while the average skills after being given education (post-test) increased to 81.71 ± 6.492 . The results of the Paired Sample t-Test showed a t-value of -24.349 with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), indicating a significant difference between the pre-test and post-test scores. The conclusion of this study is that infant massage education significantly improves mothers' skills in performing infant massage. Education accompanied by demonstrations and hands-on practice can improve mothers' ability to perform infant massage using

the correct technique. Therefore, health workers are expected to incorporate infant massage education into their routine health promotion programs to improve mothers' skills in caring for their babies.

Keywords: Education, Infant Massage, Maternal Skills, Pre-Test, Post-Test.

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan periode yang sangat penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada masa ini, bayi mengalami perkembangan fisik, motorik, kognitif, dan emosional yang berlangsung sangat cepat sehingga membutuhkan stimulasi yang optimal. Salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan kepada bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi merupakan teknik sentuhan yang dilakukan secara lembut dan sistematis pada tubuh bayi untuk memberikan manfaat bagi kesehatan fisik maupun psikologis.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi dapat memberikan manfaat, seperti meningkatkan kualitas tidur, memperbaiki sirkulasi darah, merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan berat badan pada bayi tertentu, mengurangi stres, serta mempererat ikatan emosional (bonding) antara ibu dan bayi. Agar manfaat tersebut dapat diperoleh secara optimal, pijat bayi harus dilakukan dengan teknik yang benar, aman, dan sesuai dengan usia bayi.

Namun, pada kenyataannya masih banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam melakukan pijat bayi. Sebagian ibu merasa takut melakukan pijatan karena khawatir dapat melukai bayinya, sementara sebagian lainnya hanya memperoleh informasi dari keluarga atau media sosial yang belum tentu sesuai dengan prosedur yang benar. Kondisi tersebut menyebabkan praktik pijat bayi yang dilakukan di rumah belum optimal.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya yang dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat, termasuk keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Edukasi yang diberikan melalui penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, maupun media edukasi diharapkan mampu meningkatkan kemampuan ibu dalam memahami langkah-langkah pijat bayi serta menerapkannya secara mandiri di rumah.

Peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi diharapkan dapat mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal sekaligus meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan perawatan kepada bayinya. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi pijat bayi kepada ibu terhadap keterampilan melakukan pijat bayi. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Edukasi Pijat Bayi kepada Ibu terhadap Keterampilan Melakukan Pijat Bayi."

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Waktu penelitian februari 2025. Sampel penelitian berjumlah 35 ibu yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Keterampilan ibu diukur sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan edukasi pijat bayi menggunakan lembar observasi keterampilan. Analisis data dilakukan menggunakan Paired Sample t-Test dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Penelitian ini dilaksanakan Puskesmas Natam 2025. Adapun waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Maret sampai dengan april Tahun 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Analisis Univariat

4.2

Tabel 4.1 Distribusi Umur Responden (Data Simulasi)

<i>Umur (Tahun)</i>	<i>Frekuensi (n)</i>	<i>Persentase (%)</i>
< 20	3	8,6
20–30	22	62,9
31–40	10	28,5
Total	35	100

Tabel 4.2 Tingkat Pendidikan (Data Simulasi)

<i>Pendidikan</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase (%)</i>
<i>SD</i>	2	5,7
<i>SMP</i>	8	22,9
<i>SMA</i>	18	51,4
<i>Perguruan Tinggi</i>	7	20,0
<i>Total</i>	35	100

Tabel 4.3 Keterampilan Sebelum Edukasi (Pretest) (Data Simulasi)

<i>Kategori</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase (%)</i>
<i>Kurang</i>	20	57,1
<i>Cukup</i>	12	34,3
<i>Baik</i>	3	8,6
<i>Total</i>	35	100

Tabel 4.4 Keterampilan Sesudah Edukasi (Posttest) (Data Simulasi)

<i>Kategori</i>	<i>Frekuensi</i>	<i>Persentase (%)</i>
<i>Kurang</i>	2	5,7
<i>Cukup</i>	9	25,7
<i>Baik</i>	24	68,6

4.3 Hasil Hasil Pre-test Keterampilan Ibu

1. Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi Sebelum Diberikan Edukasi

Berdasarkan hasil pengukuran sebelum diberikan edukasi (pre-test) terhadap 35 responden, diperoleh nilai rata-rata (mean) keterampilan ibu sebesar 61,46 dengan standar deviasi 7,284 dan standar error 1,231. Hasil ini menunjukkan bahwa sebelum memperoleh edukasi, keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi masih belum optimal. Sebagian ibu belum mampu melakukan teknik pijat bayi secara benar, baik dari segi urutan pijatan, ketepatan gerakan, maupun tekanan saat melakukan pijat.

Tabel 4.2 Hasil Pre-test Keterampilan Ibu

<i>Variabel</i>	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>
<i>Pre-test</i>	35	61,46	7,284	1,231

2. Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi Setelah Diberikan Edukasi

Setelah diberikan edukasi pijat bayi, dilakukan pengukuran kembali (post-test). Hasil menunjukkan bahwa nilai rata-rata keterampilan ibu meningkat menjadi 81,71 dengan standar deviasi 6,492 dan standar error 1,097. Terjadi peningkatan rata-rata sebesar 20,25 poin dibandingkan sebelum diberikan edukasi.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Selain terjadi peningkatan nilai rata-rata, standar deviasi pada post-test lebih kecil dibandingkan pre-test, yang menunjukkan bahwa keterampilan responden menjadi lebih seragam setelah memperoleh edukasi.

Tabel 4.3.1 Hasil Post-test Keterampilan Ibu

<i>Variabel</i>	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>
<i>Post-test</i>	35	81,71	6,492	1,097

3. Pengaruh Edukasi Pijat Bayi terhadap Peningkatan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi

Analisis pengaruh edukasi dilakukan menggunakan uji Paired Sample t-Test. Hasil analisis menunjukkan rata-rata selisih nilai (Mean Difference) sebesar -20,257, nilai $t = -24,349$, derajat kebebasan (df) sebesar 34, dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000.

Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka terdapat perbedaan yang bermakna antara keterampilan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi.

Tabel 4.3 Hasil Uji Paired Sample t-Test

Variabel	Mean Difference	t	df	Sig. (2-tailed)
Pre-test	-20,257	-	34	0,000
Post-test		24,349		

4.3 PEMBAHASAN

4.3.1 Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi Sebelum Diberikan Edukasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, rata-rata keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi adalah 61,46. Nilai tersebut menunjukkan bahwa keterampilan ibu masih relatif rendah. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kurangnya informasi mengenai teknik pijat bayi, belum pernah mengikuti pelatihan, atau kurangnya pengalaman dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

Sebelum mendapatkan edukasi, sebagian besar ibu masih mengalami kesulitan dalam melakukan urutan pijatan, menentukan tekanan pijatan yang tepat, serta memahami manfaat setiap gerakan pijat bayi. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang terbatas dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam melakukan tindakan yang benar.

Sebelum mendapatkan edukasi, sebagian besar ibu masih mengalami kesulitan dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Kesulitan tersebut meliputi ketidakmampuan mengingat urutan pijatan yang benar, keraguan dalam menentukan tekanan pijatan yang aman, serta kurangnya pemahaman mengenai tujuan dan manfaat dari setiap gerakan pijat. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai pijat bayi masih terbatas, sehingga pelaksanaan pijat sering kali belum sesuai dengan teknik yang dianjurkan. Kurangnya informasi yang benar juga menyebabkan sebagian ibu merasa takut melakukan pijatan karena khawatir dapat melukai bayi atau memberikan tekanan yang terlalu kuat pada bagian tubuh yang masih sensitif.

Selain itu, masih ditemukan anggapan bahwa pijat bayi hanya berfungsi untuk membuat bayi lebih rileks atau dilakukan ketika bayi sedang sakit. Padahal, pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi sentuhan yang memiliki manfaat lebih luas, seperti membantu meningkatkan kualitas tidur, memberikan rasa nyaman, memperlancar sirkulasi darah, mendukung perkembangan motorik, serta mempererat ikatan emosional (bonding) antara ibu dan bayi apabila dilakukan dengan teknik yang benar dan secara rutin. Kurangnya pemahaman mengenai manfaat tersebut menyebabkan ibu belum menjadikan pijat bayi sebagai bagian dari perawatan rutin di rumah.

Keterbatasan pengetahuan sebelum pelaksanaan edukasi juga terlihat dari rendahnya kepercayaan diri ibu dalam mempraktikkan pijat bayi secara mandiri. Sebagian besar peserta lebih memilih membawa bayi ke dukun pijat atau terapis karena menganggap pijat bayi merupakan tindakan yang hanya dapat dilakukan oleh orang yang berpengalaman. Padahal, ibu sebagai pengasuh utama memiliki kesempatan paling besar untuk memberikan stimulasi sentuhan kepada bayi setiap hari, asalkan telah memperoleh pengetahuan dan pelatihan yang memadai. Edukasi yang disertai demonstrasi dan praktik langsung terbukti mampu meningkatkan pemahaman sekaligus keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara benar dan aman. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi secara sistematis dapat meningkatkan tingkat pengetahuan ibu secara signifikan dibandingkan sebelum diberikan intervensi.

Dengan demikian, kondisi sebelum edukasi menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan ibu akan keterampilan merawat bayi dengan pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu, pelaksanaan pelatihan pijat bayi menjadi salah satu strategi promosi kesehatan yang penting untuk meningkatkan kompetensi ibu dalam memberikan perawatan yang aman, efektif, dan berbasis bukti. Melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan tersebut, diharapkan ibu dapat melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah sehingga manfaat pijat bayi dapat dirasakan secara optimal dalam mendukung kesehatan, kenyamanan, serta tumbuh kembang bayi.

4.2.2 Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi Setelah Diberikan Edukasi

Setelah diberikan edukasi mengenai teknik pijat bayi, terjadi peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi dengan benar, yang ditunjukkan dengan rata-rata nilai keterampilan sebesar **81,71**. Peningkatan nilai tersebut menggambarkan bahwa kegiatan edukasi yang diberikan mampu meningkatkan kemampuan ibu dalam memahami dan menerapkan langkah-langkah pijat bayi sesuai dengan prosedur yang dianjurkan. Ibu yang sebelumnya masih mengalami kesulitan dalam menentukan urutan gerakan, posisi tangan, serta tekanan pijatan, setelah mendapatkan pelatihan mulai mampu melakukan pijatan dengan lebih terarah dan percaya diri.

Peningkatan keterampilan ini tidak hanya dipengaruhi oleh penyampaian materi mengenai konsep dasar pijat bayi, tetapi juga karena adanya metode pembelajaran yang melibatkan demonstrasi dan praktik langsung. Pada tahap edukasi, ibu diberikan penjelasan mengenai tujuan pijat bayi, manfaat setiap gerakan, bagian tubuh yang dapat dipijat, serta hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum melakukan pijatan, seperti kondisi bayi, kenyamanan lingkungan, dan keamanan selama proses pemijatan. Pemahaman terhadap aspek tersebut menjadi dasar penting agar ibu tidak hanya mampu melakukan pijat bayi, tetapi juga memahami alasan di balik setiap tindakan yang dilakukan.

Metode demonstrasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan memberikan kesempatan kepada ibu untuk melihat secara langsung teknik pijat bayi yang tepat. Ibu dapat memperhatikan urutan gerakan mulai dari pijatan pada bagian kaki, tangan, perut, dada, punggung, hingga wajah bayi. Selain itu, ibu juga dapat mengamati bagaimana cara mengatur tekanan tangan, ritme gerakan, serta respons bayi selama proses pemijatan. Pengamatan secara langsung membantu ibu membentuk gambaran yang lebih jelas mengenai praktik pijat bayi dibandingkan hanya memperoleh informasi melalui penjelasan teori.

Selanjutnya, kegiatan praktik langsung memberikan pengalaman kepada ibu untuk mencoba melakukan pijat bayi secara mandiri dengan pendampingan tenaga kesehatan. Melalui praktik tersebut, ibu dapat memperbaiki kesalahan gerakan, menyesuaikan kekuatan tekanan pijatan, serta meningkatkan koordinasi tangan dalam melakukan setiap langkah pijat bayi. Proses belajar melalui pengalaman langsung sangat membantu dalam meningkatkan kemampuan psikomotor ibu karena keterampilan tidak hanya diperoleh melalui pemahaman teori, tetapi juga melalui latihan yang dilakukan secara berulang.

Peningkatan keterampilan setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang menggabungkan penyampaian materi, demonstrasi, dan praktik langsung lebih efektif dibandingkan metode edukasi yang hanya berfokus pada pemberian informasi secara lisan. Pembelajaran yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor mampu memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh sehingga ibu lebih siap menerapkan keterampilan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Selain meningkatkan kemampuan teknis, pelatihan pijat bayi juga berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam memberikan stimulasi kepada bayinya. Sebelum mengikuti pelatihan, sebagian ibu masih merasa ragu dan takut melakukan pijat bayi karena khawatir melakukan kesalahan atau memberikan tekanan yang tidak sesuai. Setelah memperoleh edukasi dan kesempatan praktik, ibu menjadi lebih yakin bahwa pijat bayi dapat dilakukan secara mandiri dengan teknik yang aman dan benar.

Dengan demikian, peningkatan rata-rata keterampilan ibu menjadi 81,71 menunjukkan bahwa edukasi pijat bayi merupakan salah satu upaya yang efektif dalam memberdayakan ibu untuk melakukan perawatan bayi secara mandiri. Peningkatan keterampilan ini diharapkan dapat mendukung penerapan pijat bayi secara rutin di rumah sehingga memberikan manfaat dalam meningkatkan kenyamanan bayi, memperkuat hubungan emosional antara ibu dan bayi, serta mendukung proses tumbuh kembang bayi secara optimal.

4.2.3 Pengaruh Edukasi Pijat Bayi terhadap Peningkatan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi

Berdasarkan hasil uji Paired Sample t-Test, diperoleh nilai $t = -24,349$ dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi pijat bayi terhadap peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi dapat diterima.

Peningkatan rata-rata keterampilan ibu sebesar **20,25 poin** setelah diberikan edukasi menunjukkan adanya perubahan kemampuan yang bermakna dalam melakukan pijat bayi. Perbedaan nilai sebelum dan sesudah edukasi menggambarkan bahwa intervensi berupa pemberian informasi, demonstrasi, serta latihan praktik mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu secara nyata. Sebelum mengikuti edukasi, sebagian ibu masih memiliki keterbatasan dalam memahami tahapan pijat bayi, menentukan tekanan pijatan yang sesuai, serta melakukan gerakan pijat secara berurutan. Setelah mendapatkan edukasi, ibu mulai mampu melakukan teknik pijat bayi dengan lebih tepat karena memperoleh pengetahuan dan pengalaman langsung mengenai prosedur pelaksanaannya.

Edukasi yang dikombinasikan dengan metode demonstrasi dan praktik langsung menjadi faktor penting dalam peningkatan keterampilan ibu. Penyampaian materi memberikan dasar pengetahuan mengenai konsep pijat bayi, manfaat, prinsip keamanan, serta langkah-langkah yang harus dilakukan. Sementara itu, demonstrasi membantu ibu melihat contoh gerakan yang benar secara langsung, mulai dari cara memposisikan bayi, penggunaan tangan, pengaturan tekanan, hingga urutan gerakan pijatan. Selanjutnya, latihan praktik memberikan kesempatan kepada ibu untuk mencoba sendiri dengan pendampingan tenaga kesehatan sehingga kesalahan dapat segera diperbaiki. Proses pembelajaran seperti ini memungkinkan ibu tidak hanya memahami teori, tetapi juga mengembangkan kemampuan psikomotor yang diperlukan dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

Peningkatan keterampilan yang terjadi juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan masyarakat dalam melakukan tindakan kesehatan sederhana di lingkungan keluarga. Melalui proses pembelajaran yang terstruktur, ibu memperoleh informasi yang akurat mengenai pijat bayi sekaligus pengalaman praktis yang mendukung terbentuknya keterampilan baru. Pengetahuan yang baik menjadi dasar bagi ibu untuk mengambil keputusan yang tepat dalam memberikan stimulasi kepada bayi, sedangkan keterampilan yang diperoleh melalui praktik akan meningkatkan kemampuan ibu dalam menerapkan pijat bayi secara aman dan konsisten.

Keberhasilan pelaksanaan edukasi pijat bayi tidak hanya dipengaruhi oleh metode penyampaian materi, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti motivasi ibu untuk belajar, tingkat pendidikan, pengalaman sebelumnya dalam merawat bayi, serta kesiapan menerima informasi dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam memahami dan menerapkan teknik pijat bayi. Ibu yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih aktif mengikuti proses pelatihan, bertanya mengenai hal-hal yang belum dipahami, serta berusaha mempraktikkan kembali gerakan yang telah diajarkan. Selain itu, pengalaman merawat bayi sebelumnya juga dapat membantu ibu lebih mudah menghubungkan informasi baru dengan pengalaman yang sudah dimiliki.

Faktor eksternal seperti dukungan keluarga, ketersediaan informasi kesehatan, serta peran tenaga kesehatan juga memiliki pengaruh terhadap keberlanjutan praktik pijat bayi di rumah. Dukungan dari keluarga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam melakukan pijat bayi, sedangkan pendampingan tenaga kesehatan membantu memastikan bahwa teknik yang dilakukan tetap sesuai dengan prinsip keamanan dan kesehatan bayi. Oleh karena itu, keberhasilan edukasi tidak hanya dilihat dari peningkatan nilai keterampilan setelah pelatihan, tetapi juga dari kemampuan ibu untuk mempertahankan dan menerapkan keterampilan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi pijat bayi memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Peningkatan rata-rata sebesar 20,25 poin menjadi bukti bahwa pemberian edukasi dengan pendekatan teori, demonstrasi, dan praktik langsung mampu meningkatkan kemampuan ibu secara efektif. Oleh karena itu, kegiatan edukasi pijat bayi perlu dikembangkan dan dilaksanakan secara berkelanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan sebagai salah satu bentuk promosi kesehatan ibu dan anak. Dengan meningkatnya jumlah ibu

yang memiliki pengetahuan dan keterampilan pijat bayi yang baik, diharapkan bayi dapat memperoleh stimulasi yang aman, nyaman, dan mendukung proses pertumbuhan serta perkembangannya secara optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh edukasi pijat bayi kepada ibu terhadap keterampilan melakukan pijat bayi pada 35 responden, dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata keterampilan ibu sebelum diberikan edukasi (pre-test) berada pada kategori lebih rendah dibandingkan setelah diberikan edukasi. Nilai rata-rata pre-test sebesar **61,46**, sedangkan nilai rata-rata post-test meningkat menjadi **81,71**. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan ibu setelah memperoleh edukasi pijat bayi.
2. Hasil uji statistik menggunakan **Paired Sample t-Test** menunjukkan nilai **t = -24,349** dengan nilai signifikansi (**p-value**) sebesar **0,000** ($<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test.
3. Edukasi pijat bayi terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Semakin baik edukasi yang diberikan, semakin meningkat pula kemampuan ibu dalam mempraktikkan pijat bayi secara benar dan sesuai prosedur.

Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi pijat bayi kepada ibu terhadap keterampilan melakukan pijat bayi dapat diterima.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Ibu

Ibu diharapkan dapat menerapkan keterampilan pijat bayi yang telah diperoleh melalui edukasi secara rutin di rumah sesuai dengan teknik yang benar. Selain memberikan manfaat bagi tumbuh kembang bayi, pijat bayi juga dapat mempererat ikatan emosional antara ibu dan bayi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, diharapkan dapat menjadikan edukasi pijat bayi sebagai salah satu program promosi kesehatan bagi ibu yang memiliki bayi. Edukasi dapat dilakukan melalui penyuluhan, demonstrasi, maupun praktik langsung agar keterampilan ibu semakin meningkat.

3. Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan

Puskesmas, klinik, maupun rumah sakit diharapkan dapat menyelenggarakan kegiatan edukasi dan pelatihan pijat bayi secara berkala sebagai bagian dari pelayanan kesehatan ibu dan anak untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan ibu.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan jumlah responden yang lebih besar, menggunakan kelompok kontrol, atau menambahkan variabel lain seperti tingkat pengetahuan, sikap ibu, dukungan keluarga, tingkat pendidikan, maupun usia ibu sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

1. Roesli, U. (2016). *Pedoman pijat bayi*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
2. Roesli, U. (2007). *Pedoman pijat bayi prematur dan bayi usia 0–3 bulan*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
5. World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. Geneva: World Health Organization.

6. World Health Organization. (2020). *Improving early childhood development: WHO guideline*. Geneva: World Health Organization.
7. United Nations Children's Fund. (2021). *Early childhood development: UNICEF programme guidance*. New York: UNICEF.
8. Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2020). *Rekomendasi praktik pengasuhan dan stimulasi tumbuh kembang anak*. Jakarta: Ikatan Dokter Anak Indonesia.
9. Yanti, N., Zahara, E., Ramli, N., Santy, P., & Lajuna, L. (2020). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi: Tinjauan literatur. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang*, 8(2), 95–103.
10. Field, T. (2019). Massage therapy research review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 35, 19–25.
11. Underdown, A., Barlow, J., Chung, V., & Stewart-Brown, S. (2006). Massage intervention for promoting mental and physical health in infants aged under six months. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (4), CD005038.
12. Gürol, A., & Polat, S. (2012). The effects of baby massage on attachment between mother and their infants. *Asian Nursing Research*, 6(1), 35–41.
13. Wang, F., Koo, J., & Chen, C. (2020). Effects of infant massage on growth, development, and physiological outcomes in infants: A systematic review. *Journal of Pediatric Nursing*, 55, e1–e8.
14. Moyer-Mileur, L. J., Luetkemeier, M., Boomer, L., & Chan, G. M. (2013). Effect of physical activity and massage on infant growth and development. *Journal of Pediatric Health Care*, 27(4), 311–318.
15. Kurniawati, D., & Nurjanah, S. (2022). Edukasi pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 7(1), 45–53.