Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: galungwaknook@gmail.co

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (2) 2026, Page: 27813-27818

STIMULASI TUMBUH KEMBANG BAYI USIA 0-24 BULAN MELALUI METODE PIJAT BAYI DI PUSKESMAS JATI UTOMO BINJAI

Juliana[1], Harauly Lady Lusiana Manalu[2], Komariah Nasution[3], Elisa Novita Nainggolan[4]
[1234]PUI-Gentle Baby Care Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Medan, Indonesia
Corresponding Author: **Harauly Lady Lusiana Manalu**,
e-mail: haraulyladylusianamanalu@unprimdn.ac.id

Published:, Mei 2026

ABSTRAK

Masa bayi (0-24 bulan) adalah periode yang sangat penting dalam perkembangan fisik,kognitif, dan emosional seorang anak. Menurut data dari UNICEF, sekitar 250 juta anak di negara berkembang mengalami masalah dalam perkembangan akibat kekurangan stimulasi dalam periode awal kehidupannya . Periode ini dikenal sebagai "masa emas" di mana perkembangan otak terjadi dengan sangat cepat. Selama tahun pertama kehidupannya, otak bayi dapat mengalami pertumbuhan hingga 80% dari ukuran otaknya yang dewasa . Hal ini menunjukkan pentingnya stimulasi yang tepat untuk mendukung perkembangan bayi, termasuk metode pijat bayi. Pijat bayiadalah metode tradisional yang telah digunakan dalam berbagai budaya sebagai bentuk stimulasi fisik dan emosional . Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mosley & Mistral (2020), teknik pijat yang benar dapat mempengaruhi perkembangan motorik dan kognitif, sehingga dapat memberikankontribusi yangsignifikan dalam pertumbuhanbayiselama fase kritis ini . Pada usia 0-24 bulan, stimulasi yang diterima oleh bayi sangat mempengaruhi perkembangan berikutnya, dan pijat bayi dapat menjadi salah satu metode pelengkap yang efektif . Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stimulasi pijat bayi dengan tumbuh kembang (berat badan) bayi di Wilayah Kerja Jati Utomo Binjai.Penelitian ini menggunakan metode pendekatan cross sectional dengan uji Chi Square. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 0-24 bulan yang berkunjung di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Utomo Binjai yang berjumlah 50 bayi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Total Sampling yaitu berjumlah 50 bayi. Hasil penelitian didapatkan p value sebesar 0,000 lebih kecil dari α (0,05), dengan pijat maka diperoleh sebagian besar sebanyak (97,1%) mengalami kenaikan berat badan bayi dan (2,9%) bayi tidak mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan bayi yang tidak dilakukan pijat mengalami tidak naik berat badan (87,5%) dan hanya sekitar (12,5%) yang mengalami kenaikanberatbadan. Artinya ada pengaruh stimulasi pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan pada puskesmas Jati Utomo Binjai supaya melakukan sosialisasi tentang pentingnya pijat bayi agar ibu dapat melakukan intervensi secara mandiri di rumah, karena ada hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi..

Keywords: First Pijat bayi, Berat Badan, Bayi

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changeswere made. The imagesorother third party material in thisarticle are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Masa bayi (0-24 bulan) merupakan fase yang sangat krusial dalam perkembangan fisik, mental, dan emosional seorang anak. Menurut data dari UNICEF, sekitar 250 juta anak di negara berkembang mengalami masalah dalam perkembangan akibat kekurangan stimulasi dalam periode awal kehidupannya . Periode ini dikenal sebagai "masa emas" di mana perkembangan otak terjadi dengan sangat cepat. Selama tahun pertama kehidupannya, otak bayi dapat mengalami pertumbuhan hingga 80% dari ukuran otaknya yang dewasa . Hal ini menunjukkan pentingnya stimulasi yang tepat untuk mendukung perkembangan bayi, termasuk metode pijat bayi.

Pijat bayi adalah metode tradisional yang telah digunakan dalam berbagai budaya sebagai bentuk stimulasi fisik dan emosional . Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mosley & Mistral (2020), teknik pijat yang benar dapat

mempengaruhi perkembangan motorik dan kognitif, sehingga dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pertumbuhan bayi selama fase kritis ini . Pada usia 0-24 bulan, stimulasi yang diterima oleh bayi sangat mempengaruhi perkembangan berikutnya, dan Pijat bayi bisa menjadi salah satu cara tambahan yang efektif

Masa Bayi (0-24 bulan) merupakanperiode emas (goldenage) dalam tumbuhkembanganak, di mana terjadi perkembangan pesat pada berbagai aspek. Stimulasi yang tepat dan terarahpada masa ini sangat pentinguntuk mengoptimalkanpotensitumbuhkembanganak. Tumbuhkembangbayidan balitamerupakan aspek fundamental dalam menentukankualitas hidupanak di masa depan. Periode emas pertumbuhan, yang terjadi sejaklahirhingga usia lima tahun, adalah waktu yangsangat krusialuntukstimulasifisik, kognitif, dan emosional .

Menurut World Health Organization (WHO), peningkatan isu pertumbuhan dan perkembangan anak terkait denganpertumbuhananak yang dimulai sejak lahircukupbulan, tetapimengalami perubahanfisik akibat kekurangan gizi dan keterlambatan dalam perkembangan motorik serta sosial .

Pijatan lembut untuk bayi bias membantu bayi menjadi lebih tenang, sehingga mengurangi stres dan tekananyangmendukungproduksisistemimuntubuh. Pijat bayijugamembantu mengurangikembung dan kolik pada bayi.

Aspek Motorik: Pijat bayi menstimulasi perkembangan motorik besar dan kecil bayi.Rangsangan pada kulit bayi saat dipijat memberikan kenyamanan dan mempercepat perkembangan neurologi, sehingga motoriknya berkembang lebih cepat . Pijat untuk bayi membantu menguatkan otot-otot bayi, meningkatkan koordinasi gerakan, dan memperbaiki integrasi visual-motorik.

Aspek Kognitif: Pijat bayi dapat meningkatkan konsentrasi bayi dan kemampuan belajar. Stimulasi taktil melalui pijat bayi dapat meningkatkan perkembangan kognitif bayi, termasuk memori, kemampuan verbal, dan kemampuan kuantitatif.

Aspek Sosial dan Emosional: Pijat bayi mempererat ikatan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Sentuhan lembut dan komunikasi selama pijat bayi memberikan keamanan, nyaman, dan dicintai untuk bayi. Pijat bayi juga membantu mengurangi tekanan dan keteganganpada bayi,serta meningkatkankemandirian sosial.

Efektivitas pijat bayi dalam menstimulasi Pertumbuhan dan perkembangan bayi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk di antaranya:

1. Usia bayi: Teknikpijat yang diberikan perlu disesuaikan denganusia dan kondisi bayi.
2. Durasi dan frekuensi pijat: Pijat bayi sebaiknya dilakukan secara rutin setiap hari, dengan durasi sekitar 15 menit per sesi.
3. Kondisi lingkungan: Pijat bayi sebaiknya dilakukan di ruangan yang tenang, hangat, dan nyaman.
4. Keterlibatan orang tua: Pijat bayi idealnya dilakukan olehorangtua atau pengasuhyang kompeten.

Berbagai penelitian telahmenunjukkanmanfaat pijat bayi bagi tumbuhkembangbayi. Penelitian oleh Yunri Merida dan Fatya Nurul Hanifa (2021) mengungkapkan bahwa pijat bayi memiliki dampak positif terhadap perkembanganbayi . Penelitian yangberbeda mengindikasikan bahwa Pijat bayi bisa meningkatkan berat badan anak , kualitas tidur, perkembangan motorik, dan kemampuan kognitif bayi.Saat dilakukan survey pendahuluan didapatkan 50 balita di Puskesmas Jati Utomo Binjai. Peneliti tertarik untuk melaksanakan studi berjudul Stimulasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 0-24 Bulan Melalui Metode Pijat Bayi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antarvariabel melalui pengukuran data yang berbentuk angka dan dianalisis secara statistik. Desain cross sectional digunakan karena pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu tanpa adanya tindak lanjut dalam jangka panjang terhadap responden penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Jati Utomo Binjai pada tahun 2026.

Pemilihanlokasipenelitian didasarkan pada ketersediaan data serta jumlahbayiusia 0–24 bulanyangsesuai dengan kriteria penelitian.

Populasi dalam penelitian iniadalah seluruhbayi berusia 0–24 bulanyangdatang ke Puskesmas Jati Utomo Binjai pada tahun 2026 dengan jumlah sebanyak 50 bayi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel penelitian, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 bayi usia 0–24 bulan. Proses pengumpulan data diawali denganpeneliti meminta surat izin penelitian dari kampus Universitas Prima Indonesia. Setelahmemperolehsuratizin, peneliti datang ke lokasipenelitian untuk meminta persetujuan melakukan penelitian. Selanjutnya, peneliti menentukan sampel bayi usia 0–24 bulanyang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian. Peneliti kemudian menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian kepada responden serta memberikan informed consent untuk ditandatangani sebagai bentuk persetujuan menjadi responden penelitian. Penelitian dilakukan secara door to door atau kunjungan rumah. Dalam pelaksanaannya, peneliti memberikan kuesioner tertutup kepada responden sehingga responden hanya memilih jawaban yang telah tersedia. Datayang dikumpulkan dalam penelitian inimerupakan data primer yang meliputi durasi tidur bayi sebelum dan sesudah pijat serta berat badan bayi sebelum dan sesudah pijat.

Definisi operasional merupakan unsur penelitian yang menjelaskan variabel penelitian beserta cara pengukurannya sehingga memudahkan peneliti lain dalam menggunakan variabel yang sama. Menurut Setiadi (2007) dalam Erin Adelina (2014), definisi operasional digunakan untuk memberikan batasan yang jelas terhadap variabel yang diteliti agar pengukuran dapat dilakukan secara tepat dan terarah.

Tabel 1. Definisi Operasional Dan Aspek Pengukuran

Variable Penelitian	Definisi	Cara pengukuran	Skala pengukuran	Skor Pengukuran
Pijat Bayi	teknik usapan lembut dan gerakan khusus pada tubuhbayi untuk memberikan rangsangan sentuhan (taktil) yang mengoptimalkan tumbuh kembang fisik, emosional, serta mempererat ikatan denganorang tua melalui sentuhan penuh kasih, relaksasi, melancarkan sirkulasi, dan membantu sistem pencernaanbayi, seringkali dikombinasikan dengan stimulasi lain seperti lagu dan bicara	kuisioner	nominal	0: tidak pijat 1: pijat

Berat Badan	indikator penting tumbuh kembang sehat, idealnya bertambah sekitar 20-30 gram per hari di bulan pertama, lalu mengikuti pola tertentu (misalnya berat lahirdua kali lipat di usia 4 bulan), yang dipantau lewat KMS, dengan kunci utama ASI eksklusif dan nutrisi cukup	kuisioner	nominal	0: BB tidak naik 1 : BB naik

Teknik pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu editing, coding, tabulasi, scoring, dan cleaning. Tahap editing dilakukan dengan memeriksa kembali kelengkapan serta ketepatan jawaban pada formulir atau lembar observasi yang telah diisi responden. Selanjutnya, tahap coding dilakukan denganmemberikankode pada setiapvariabel penelitian untuk memudahkan proses analisis data dan mempercepat proses entri data. Setelah itu, data disusun dalam bentuk tabel melalui tahap tabulasi dengan menggunakantabelinduk (mastertable) dan tabel frekuensiagar data lebihmudah dipahami dan dianalisis. Tahap berikutnya adalah scoring, yaitu pemberiannilai pada lembarobservasi yangberkaitandenganpijat bayi, di mana skor 1 diberikan untuk jawaban "Ya" dan skor 0 diberikan untuk jawaban "Tidak". Tahap terakhir adalah cleaning, yaitu proses pemeriksaan kembali data yang telah dimasukkan ke dalam program SPSS untuk memastikantidak terdapat kesalahan dalam penginputan data.

Analisis data dalam penelitian ini terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi dampak stimulasi pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi, khususnya berat badan bayi, di Puskesmas Jati Utomo Binjai. Sementara itu, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui dampak stimulasi pijat bayi terhadap perkembangan berat badan bayi dengan menggunakan uji Chi Square pada taraf signifikansi 5%(0,05).

HASIL DAN PEMBAHSAN

1. Analisis Univariat

Tabel 3. 1 Distibusi Frekuensi Stimulasi Pijat Bayi di Puskesmas Jati Utomo Binjai

		Frequency	Percent	Valid %	Cum %
Valid	Tidak Pijat	16	32,00	32,00	32,00
	Pijat	34	68,00	68,00	68,00
	Total	50	100	100	100

Berdasarkan tabel diatas ada 16 orang(32,0%) tidak melakukanpijat bayi, dan 34 orang(68,0%) melakukan pijat bayi.

Tabel 3. 2 Distibusi Frekuensi Tumbuh Kembang Bayi (Berat Badan) di Puskesmas Jati Utomo Binjai

		Frequency	Percent	Valid %	Cum %
Valid	BBTidak	10	20,00	20,00	20,00
	Naik	40	80,00	80,00	80,00
	BB Naik	50	100	100	100
	Total				

Berdasarkan tabel diatas ada 10 orang (20,0%) tidak mengalami kenaikan BB, dan 40 orang (80,0%) mengalami kenaikan BB

2. **Bivariat**.

Analisis ini digunakan untuk mengetahuipengaruhstimulasipijat bayiterhadap Berat Badan Bayi 0-24 bulan Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap tumbuh kembang (berat badan) bayi 0-24 bulan di Puskesmas Jati Utomo Binjai

Berat Badan Bayi	Pijat Bayi				Total		P Value
	Pijat		Tidak Pijat				
	n	%	n	%	n	%	
Naik	33	97,1%	2	12,5%	35	70,0%	0,000
Tidak Naik	1	2,9%	14	87,5%	15	30,0%	
Total	34	100,0%	16	100,0%	50	100,0%	

Berdasarkan tabel 3.3 diatas diketahui bahwa p value sebesar 0,000 lebih kecil dari α (0,05). Artinya ada pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap berat badan bayi.

PEMBAHASAN

1. Stimulasi Pijat Bayidan Berat Badan Bayi 0-24 Bulan

Hasil penelitian yang diperoleh dariresponden setelahmengisi kuisionermenyatakanbahwa ada 16 orang (32,0%) tidak melakukanpijat bayi, dan 34 orang(68,0%) melakukanpijatbayi. Hasil penelitian yang diperoleh dari responden setelah mengisi kuisioner menyatakan bahwa 40 orang (80,0%) berat badan bayi naik dan 10 orang (20,0 %) berat badan bayi tidak naik.

2. Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi 0-24 Bulan

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh stimulasi pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi denganp value sebesar 0,000 (α=0,05). Artinyaada pengaruhstimulasi pijat terhadapberat badan bayi 0-24 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Utomo Binjai. Hal ini sejalan dengan penenlitian yang di lakukan Wardani,2024 dengan hasil analisi data menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pijat bayi dengan kenaikanberat badan bayi usia 0-3 bulan di PMB X.

3. Kelemahan Penelitian

Kelamahan dalam penelitian ini adalah:

a. Jumlah pijat tidak sama

b. Lama pijat bayi tidak di tentukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis, maka dapat disimpulkan:

1. Diketahui respondenyangmelakukanpijat bayi ada 34 orang(68,0%) dan tidak pijat bayi sebesar 16 orang (32,0%).
2. Diketahui responden yang memiliki bayi dengan berat badan bayi mengalami kenaikanada 40 orang(80,0%) denganberat badan tidak naik ada 10 orang(20,0%).
3. Terdapat hubunganantarariwayat pijat bayi dan peningkatanberat badan bayidenganp value sebesar 0,000, yangmenunjukkanbahwa nilai ini lebihkecil dari α (0,05)

REFERENSI

INFOKES ,VOL 6 NO 2 , November 2016 ISSN: 2086 - 2628, 6(2), 1–4

Kemenkes RI. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak (SDIDTK).* Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2016.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Riset Kesehatan Dasar.

Mubarak. (2009). Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar Dan Teori

Notoatmodjo. 2012.MetodologiPenelitian Kesehatan.Jakarta: Rineka Cipta Potter &

Perry. (2006). Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 4 Vol. 2 Riksani, Ria.

2012.CaraMudah dan Aman Pijat Bayi.Jakarta: Dunia

Sehat Roesli, Utami. 2010.Pedoman Pijat Bayi.Jakarta: PT. Trubus Agriwidya

Ulfat H, Khaliq M, Farhat S. Impact of infant massage on growth of infants. *Journal of Ayub Medical College.* 2012;24(3):1-6.

Widarso N, Kusuma A. Pijat bayi (infant massage) terhadap peningkatan berat badan bayi: studi eksperimental. *Jurnal Keperawatan.* 2018;12(2):100-108.