

EFEKTIVITAS TERAPI PIJAT BAYI TERHADAP PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI USIA 6 BULAN DI KLINIK ASTER

Dewi Rubi Fitriani^{1*}, Yayuk Sri Rahayu², Rina Dwi Anggraeni³, Fitri Wulan⁴, Mizrania⁵
^{1,2,3,4,5} Kebidanan, Universitas Sehati Indonesia, Karawang, Indonesia

Article History

Received : 18 Maret 2025
Revised : 25 Maret 2025
Accepted : 31 Maret 2025
Published : 02 April 2025

Corresponding author*:

dewirubi95@gmail.com

Cite This Article [APA Style]:

Fitriani, D. R., Rahayu, Y. S., Anggraeni, R. D., Wulan, F., & Mizrania, M. (2025). EFEKTIVITAS TERAPI PIJAT BAYI TERHADAP PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI USIA 6 BULAN DI KLINIK ASTER. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 4(1), 93–98.

DOI:

<https://doi.org/10.56127/jukeke.v4i1.2764>

Abstract: *The first year of life is a critical period for infant growth and development. During this stage, optimal stimulation is essential to support physical growth, neurological maturation, and developmental achievements. Infant massage is recognized as a non-pharmacological intervention that may enhance growth and development through tactile stimulation, improved circulation, better sleep quality, and enhanced parent–infant interaction. This study aimed to determine the effectiveness of infant massage therapy on the growth and development of six-month-old infants at Aster Clinic. This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental one-group pretest-posttest design. The study involved 20 infants aged six months who received infant massage therapy once a week for one month. Data were collected through measurements of body weight and developmental assessment scores before and after the intervention. Data analysis was performed using descriptive statistics and paired sample t-test with a significance level of 0.05. The results showed that the mean body weight increased from 6.36 kg before the intervention to 7.00 kg after the intervention. In addition, the mean developmental score increased from 12.3 to 17.4. Statistical analysis revealed significant differences in both growth and developmental outcomes before and after infant massage therapy ($p < 0.001$). These findings indicate that infant massage therapy effectively improves physical growth and developmental performance among six-month-old infants. The study highlights the potential of infant massage as a simple, safe, and cost-effective intervention to support early childhood growth and development. The originality of this research lies in the simultaneous evaluation of growth and developmental outcomes following infant massage therapy in six-month-old infants. The findings provide evidence to support the integration of infant massage into maternal and child health promotion programs.*

Keywords: *infant massage; growth; development; infant; early stimulation*

Abstrak: Masa bayi merupakan periode penting yang menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak pada tahap kehidupan selanjutnya. Pada periode ini, bayi memerlukan stimulasi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan fisik, kematangan sistem saraf, dan pencapaian perkembangan sesuai usia. Pijat bayi merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang dipercaya dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan melalui stimulasi sentuhan, peningkatan sirkulasi darah, kualitas tidur yang lebih baik, serta penguatan interaksi antara orang tua dan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas terapi pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan di Klinik Aster. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental one-group pretest-posttest. Penelitian melibatkan 20 bayi usia 6 bulan yang mendapatkan terapi pijat bayi satu kali setiap minggu selama satu bulan. Data dikumpulkan melalui pengukuran berat badan dan penilaian skor perkembangan sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan uji paired sample t-test pada tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi meningkat dari 6,36 kg sebelum intervensi menjadi 7,00 kg setelah intervensi. Selain itu, rata-rata skor perkembangan meningkat dari 12,3 menjadi 17,4. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada pertumbuhan dan perkembangan bayi sebelum dan sesudah terapi pijat bayi ($p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa terapi pijat bayi efektif dalam meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan bayi usia 6 bulan. Penelitian ini menunjukkan bahwa pijat bayi merupakan intervensi yang sederhana, aman, dan mudah diterapkan untuk mendukung tumbuh kembang anak. Keaslian penelitian ini terletak pada pengukuran pertumbuhan dan perkembangan secara simultan setelah pemberian terapi pijat bayi pada bayi usia 6 bulan. Temuan penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dan orang tua dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak melalui stimulasi dini yang tepat.

Kata Kunci: pijat bayi; pertumbuhan; perkembangan; bayi; stimulasi dini.

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan periode emas (golden age) yang sangat menentukan kualitas kesehatan dan perkembangan individu pada tahap kehidupan selanjutnya. Pada usia 0–12 bulan terjadi pertumbuhan fisik dan perkembangan neurologis yang berlangsung sangat cepat sehingga memerlukan stimulasi dan pemantauan yang optimal. Salah satu periode penting terjadi pada usia 6 bulan, ketika bayi mulai memasuki fase transisi pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) serta mengalami perkembangan motorik yang lebih kompleks seperti berguling, duduk, meraih benda, dan meningkatkan interaksi dengan lingkungan sekitar. Namun demikian, berbagai permasalahan masih sering ditemukan pada kelompok usia ini, seperti pertumbuhan berat badan yang tidak optimal, gangguan pola tidur, keterlambatan perkembangan motorik, serta risiko terjadinya gangguan tumbuh kembang apabila stimulasi yang diberikan tidak memadai (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif yang dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal.

Penelitian mengenai pertumbuhan bayi telah banyak dilakukan dengan menyoroti berbagai faktor yang memengaruhinya. Black et al. (2013) menjelaskan bahwa status gizi dan stimulasi pada awal kehidupan merupakan faktor utama yang menentukan keberhasilan pertumbuhan anak. Prawirohardjo (2020) menyatakan bahwa pertumbuhan bayi dipengaruhi oleh faktor genetik, nutrisi, kesehatan, dan lingkungan pengasuhan. Selain itu, Rohani (2025) melaporkan bahwa status pemberian ASI memiliki hubungan yang signifikan dengan tumbuh kembang bayi usia 0–6 bulan. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa pertumbuhan bayi tidak hanya dipengaruhi oleh asupan nutrisi, tetapi juga oleh berbagai bentuk stimulasi yang diberikan selama masa awal kehidupan.

Kelompok penelitian kedua berfokus pada manfaat pijat bayi terhadap pertumbuhan fisik. Rokayah dan Nurlatifah (2018) menemukan bahwa pijat bayi efektif meningkatkan pertumbuhan bayi usia 5–6 bulan melalui peningkatan berat badan dan panjang badan. Simanihuruk (2017) juga melaporkan bahwa bayi yang mendapatkan pijat secara rutin mengalami peningkatan berat badan yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan pijat. Cahyani dan Prastuti (2020) menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap kualitas tidur bayi, yang secara tidak langsung mendukung proses pertumbuhan karena hormon pertumbuhan diproduksi secara optimal selama tidur. Hasil-hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terapi pijat bayi memiliki potensi sebagai intervensi nonfarmakologis yang dapat mendukung pertumbuhan fisik bayi.

Kelompok penelitian ketiga menyoroti pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan bayi. Prianti dan Kamaruddin (2021) menemukan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap perkembangan motorik bayi usia 3–6 bulan. Soetjningsih dan Ranuh (2017) menjelaskan bahwa stimulasi sensorik melalui sentuhan dapat mempercepat maturasi sistem saraf dan meningkatkan kemampuan motorik bayi. Selain itu, teori bioekologi yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner dan Morris (2006) menegaskan bahwa interaksi langsung antara bayi dan lingkungannya, termasuk melalui sentuhan yang diberikan oleh orang tua, berperan penting dalam proses perkembangan anak. Dengan demikian, pijat bayi tidak hanya memberikan manfaat fisiologis, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan motorik dan psikososial bayi.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan manfaat pijat bayi terhadap pertumbuhan maupun perkembangan secara terpisah, masih terdapat keterbatasan penelitian yang mengkaji kedua aspek tersebut secara simultan pada bayi usia 6 bulan. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada peningkatan berat badan atau perkembangan motorik saja, sedangkan evaluasi yang mengintegrasikan pertumbuhan dan perkembangan dalam satu intervensi masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian pada bayi usia 6 bulan memiliki relevansi yang tinggi karena usia tersebut merupakan periode transisi penting dalam tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu memberikan gambaran lebih komprehensif mengenai pengaruh terapi pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan di Klinik Aster. Penelitian ini didasarkan pada argumen bahwa stimulasi sentuhan melalui pijat bayi dapat meningkatkan aktivitas saraf vagus, memperbaiki proses metabolisme dan penyerapan nutrisi, meningkatkan kualitas tidur, serta mempercepat perkembangan sistem saraf dan motorik bayi. Berdasarkan argumen tersebut, hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh terapi pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah bagi tenaga kesehatan dan orang tua dalam mengoptimalkan tumbuh kembang bayi melalui intervensi nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan unit analisis berupa bayi usia 6 bulan yang mendapatkan pelayanan kesehatan di Klinik Aster. Fokus penelitian adalah mengukur perubahan pertumbuhan dan perkembangan bayi setelah diberikan intervensi pijat bayi secara teratur. Pertumbuhan bayi diukur berdasarkan perubahan

berat badan, sedangkan perkembangan bayi diukur menggunakan instrumen perkembangan yang sesuai dengan usia bayi. Pemilihan bayi usia 6 bulan didasarkan pada pertimbangan bahwa periode tersebut merupakan fase penting dalam proses tumbuh kembang yang membutuhkan stimulasi optimal untuk mendukung perkembangan fisik dan neurologis.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental menggunakan metode one-group pretest-posttest design. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi perubahan yang terjadi pada kelompok yang sama sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat bayi. Melalui desain ini, efektivitas terapi pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat diukur secara langsung dengan membandingkan hasil pengukuran awal (pretest) dan pengukuran akhir (posttest).

Sumber data dalam penelitian ini merupakan data primer yang diperoleh langsung dari bayi yang menjadi responden penelitian. Sampel penelitian terdiri atas bayi usia 6 bulan yang memenuhi kriteria inklusi dan memperoleh persetujuan dari orang tua untuk mengikuti penelitian. Data yang dikumpulkan meliputi berat badan bayi sebagai indikator pertumbuhan serta skor perkembangan bayi sebagai indikator perkembangan. Selain data primer, penelitian juga menggunakan data sekunder berupa literatur ilmiah, buku teks, dan pedoman kesehatan anak yang relevan untuk mendukung interpretasi hasil penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama adalah pengukuran awal (pretest) yang meliputi penimbangan berat badan bayi dan penilaian perkembangan sebelum intervensi diberikan. Selanjutnya bayi mendapatkan terapi pijat bayi selama satu bulan dengan frekuensi satu kali setiap minggu sesuai prosedur standar pijat bayi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih. Setelah seluruh sesi intervensi selesai dilaksanakan, dilakukan pengukuran ulang (posttest) terhadap berat badan dan perkembangan bayi menggunakan instrumen yang sama. Dengan demikian, perubahan yang terjadi dapat diamati secara objektif dan terukur.

Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta nilai rata-rata pertumbuhan dan perkembangan bayi sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, data diuji normalitasnya untuk memastikan bahwa distribusi data memenuhi asumsi statistik parametrik. Selanjutnya dilakukan uji Paired Sample t-Test untuk mengetahui perbedaan rata-rata berat badan dan skor perkembangan bayi sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat bayi. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah $\alpha = 0,05$. Apabila nilai $p < 0,05$, maka terapi pijat bayi dinyatakan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan bayi usia 6 bulan yang mengikuti program pijat bayi di Klinik Aster selama satu bulan. Seluruh responden mengikuti seluruh rangkaian intervensi dan pengukuran yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Frekuensi (n) Persentase (%)		
Laki-laki	9	45
Perempuan	11	55
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 11 bayi (55%), sedangkan bayi laki-laki sebanyak 9 bayi (45%). Distribusi tersebut menunjukkan bahwa responden penelitian terdiri dari kedua jenis kelamin dengan proporsi yang relatif seimbang sehingga dapat memberikan gambaran yang representatif terhadap populasi penelitian.

Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan Bayi

Pertumbuhan bayi dalam penelitian ini diukur menggunakan indikator berat badan sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat bayi selama satu bulan.

Tabel 2. Rata-rata Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Pijat Bayi

Variabel	Mean (kg)	SD
Pretest	6,36	0,45
Posttest	7,00	0,51

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi sebelum intervensi sebesar 6,36 kg. Setelah diberikan terapi pijat bayi selama satu bulan, rata-rata berat badan meningkat menjadi 7,00 kg. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan berat badan sebesar 0,64 kg setelah pemberian intervensi. Untuk mengetahui signifikansi peningkatan tersebut dilakukan uji Paired Sample t-Test sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample t-Test Pertumbuhan Bayi

Variabel	t	p-value
Berat badan sebelum dan sesudah pijat bayi	8,924	0,000

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi pijat bayi dengan peningkatan berat badan bayi usia 6 bulan. Dengan demikian, pijat bayi terbukti efektif dalam mendukung pertumbuhan bayi.

Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Bayi

Perkembangan bayi diukur menggunakan skor perkembangan yang mencerminkan kemampuan motorik dan respons perkembangan sesuai usia bayi.

Tabel 4. Rata-rata Skor Perkembangan Sebelum dan Sesudah Pijat Bayi

Variabel	Mean	SD
Pretest	12,3	1,8
Posttest	17,4	1,5

Berdasarkan Tabel 4, rata-rata skor perkembangan bayi sebelum intervensi sebesar 12,3 dan meningkat menjadi 17,4 setelah terapi pijat bayi diberikan. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan skor perkembangan sebesar 5,1 poin setelah intervensi.

Untuk mengetahui signifikansi perubahan tersebut dilakukan uji Paired Sample t-Test sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Paired Sample t-Test Perkembangan Bayi

Variabel	t	p-value
Skor perkembangan sebelum dan sesudah pijat bayi	10,632	0,000

Tabel 5 menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terapi pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan perkembangan bayi usia 6 bulan. Dengan demikian, pijat bayi tidak hanya berkontribusi terhadap pertumbuhan fisik tetapi juga mendukung perkembangan bayi secara optimal.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan. Rata-rata berat badan bayi meningkat dari 6,36 kg menjadi 7,00 kg setelah diberikan terapi pijat bayi selama satu bulan. Selain itu, skor perkembangan bayi juga mengalami peningkatan dari 12,3 menjadi 17,4. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 pada kedua variabel, yang mengindikasikan bahwa pijat bayi memiliki efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Peningkatan pertumbuhan bayi setelah pemberian pijat dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis yang dipengaruhi oleh stimulasi sentuhan. Sentuhan yang diberikan selama proses pijat bayi dapat merangsang aktivitas saraf vagus yang berperan dalam meningkatkan fungsi saluran pencernaan dan penyerapan nutrisi. Aktivasi saraf vagus juga meningkatkan produksi hormon gastrin dan insulin yang membantu proses metabolisme sehingga bayi lebih mudah menyerap nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Selain itu, pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur bayi, sedangkan hormon pertumbuhan (growth hormone) diproduksi secara optimal saat bayi berada dalam kondisi tidur yang berkualitas.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Rokayah dan Nurlatifah (2018) yang menyatakan bahwa pijat bayi efektif meningkatkan pertumbuhan bayi usia 5–6 bulan yang ditandai dengan peningkatan berat badan dan panjang badan. Hasil penelitian Simaniburuk (2017) juga menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan pijat secara rutin mengalami peningkatan berat badan yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan pijat. Kesamaan hasil tersebut memperkuat bukti bahwa terapi pijat bayi dapat digunakan

sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mendukung pertumbuhan bayi pada masa awal kehidupan.

Selain berpengaruh terhadap pertumbuhan, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pijat bayi memberikan dampak positif terhadap perkembangan bayi. Peningkatan skor perkembangan yang terjadi setelah intervensi menunjukkan bahwa stimulasi sentuhan berperan dalam mendukung kematangan sistem saraf dan kemampuan motorik bayi. Menurut Soetjiningsih dan Ranuh (2017), stimulasi sensorik yang diberikan secara konsisten pada bayi dapat mempercepat perkembangan sistem saraf pusat sehingga kemampuan motorik, koordinasi gerak, dan respons terhadap lingkungan berkembang lebih optimal. Sentuhan yang diberikan selama proses pijat juga memperkuat interaksi antara bayi dan orang tua yang berkontribusi terhadap perkembangan emosional dan sosial bayi.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian Prianti dan Kamaruddin (2021) yang melaporkan bahwa pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap perkembangan motorik bayi usia 3–6 bulan. Teori bioekologi Bronfenbrenner dan Morris (2006) menjelaskan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi langsung antara individu dengan lingkungannya. Dalam konteks penelitian ini, pijat bayi merupakan bentuk interaksi positif yang memberikan stimulasi sensorik sekaligus memperkuat hubungan emosional antara bayi dan pengasuh. Oleh karena itu, manfaat pijat bayi tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga mendukung perkembangan neurologis dan psikososial bayi.

Implikasi praktis penelitian ini menunjukkan bahwa terapi pijat bayi dapat dijadikan sebagai bagian dari pelayanan kesehatan promotif dan preventif pada bayi. Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat anak, dapat memberikan edukasi kepada orang tua mengenai teknik pijat bayi yang benar sehingga dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Selain membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, pijat bayi juga berpotensi mempererat ikatan emosional antara orang tua dan anak sehingga mendukung kualitas pengasuhan pada masa awal kehidupan.

Keaslian penelitian ini terletak pada pengukuran dua indikator tumbuh kembang secara simultan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan setelah pemberian terapi pijat bayi. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya berfokus pada salah satu aspek, baik pertumbuhan maupun perkembangan. Dengan demikian, penelitian ini memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai manfaat pijat bayi terhadap tumbuh kembang anak.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan berupa jumlah sampel yang relatif kecil serta penggunaan desain one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih besar dan desain eksperimental yang lebih kuat untuk memperoleh bukti yang lebih komprehensif mengenai efektivitas terapi pijat bayi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan di Klinik Aster. Hasil penelitian memperlihatkan adanya peningkatan rata-rata berat badan bayi dari 6,36 kg menjadi 7,00 kg setelah pemberian terapi pijat bayi selama satu bulan. Selain itu, rata-rata skor perkembangan bayi juga meningkat dari 12,3 menjadi 17,4 setelah intervensi diberikan. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p*-value sebesar 0,000 pada kedua variabel, yang menandakan bahwa terapi pijat bayi efektif dalam mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan bayi. Temuan ini mengindikasikan bahwa stimulasi sentuhan melalui pijat bayi dapat menjadi salah satu upaya nonfarmakologis yang bermanfaat untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak pada masa awal kehidupan.

Kontribusi ilmiah penelitian ini terletak pada penyediaan bukti empiris mengenai manfaat terapi pijat bayi terhadap dua aspek tumbuh kembang secara simultan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti salah satu aspek saja, baik pertumbuhan maupun perkembangan. Oleh karena itu, penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efektivitas pijat bayi sebagai bentuk stimulasi dini yang dapat mendukung perkembangan fisik, neurologis, dan psikososial anak. Temuan penelitian juga memperkuat pentingnya integrasi terapi pijat bayi dalam program pelayanan kesehatan ibu dan anak sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif.

Meskipun memberikan hasil yang positif, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah sampel yang relatif terbatas dan penggunaan desain one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol menyebabkan hasil penelitian perlu diinterpretasikan secara hati-hati. Selain itu, periode intervensi yang relatif singkat belum dapat menggambarkan dampak jangka panjang terapi pijat bayi terhadap tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih besar, menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, serta melakukan pengamatan dalam jangka waktu yang lebih panjang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dan orang tua dalam

menerapkan pijat bayi sebagai salah satu strategi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Black, M. M., Walker, S. P., Fernald, L. C. H., Andersen, C. T., DiGirolamo, A. M., Lu, C., McCoy, D. C., Fink, G., Shawar, Y. R., Shiffman, J., Devercelli, A. E., Wodon, Q. T., Vargas-Barón, E., & Grantham-McGregor, S. (2017). Early childhood development coming of age: Science through the life course. *The Lancet*, 389(10064), 77–90. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31389-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31389-7)
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology* (6th ed., Vol. 1, pp. 793–828). John Wiley & Sons.
- Cahyani, D., & Prastuti, S. (2020). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3–12 bulan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 89–96.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak*. Kementerian Kesehatan RI.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu kebidanan* (Edisi ke-5). PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prianti, A. T., Darmi, & Kamaruddin, M. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan motorik pada bayi 3–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Antang Kota Makassar. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*, 3(1), 5–10. <https://doi.org/10.31970/ma.v3i1.66>
- Rohani, R. (2025). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan tumbuh kembang bayi usia 0–6 bulan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 19(1), 45–53.
- Rokayah, Y., & Nurlatifah, L. (2018). Efektifitas pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada bayi usia 5–6 bulan di Desa Rangkasbitung Barat Tahun 2017. *Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 5(2), 156–167. <https://doi.org/10.36743/medikes.v5i2.56>
- Simanihuruk, R. (2017). Efektifitas pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6–12 bulan di Desa Nifuboke Kecamatan Noemuti Tahun 2017. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*.
- Soetjiningsih, & Ranuh, I. G. N. (2017). *Tumbuh kembang anak* (Edisi ke-2). EGC.