

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia Enam Bulan

Yen Risa Sanputri^{1*}, Siti Lestari², Nia Afnita Rizana³, Indri Putri Sari⁴, Hasanalita⁵,
Nadiah Fadhillah⁶

^{1,2,3,4}Universitas Nurul Hasanah Kutacane

⁵Universitas Negeri Padang

⁶Universitas Riau Indonesia

Email: risasanputri@gmail.com^{1*}

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan bayi pada usia enam bulan merupakan periode kritis yang sangat menentukan kualitas kesehatan dan kehidupan di masa mendatang. Salah satu stimulasi sederhana yang dapat mendukung proses ini adalah pijat bayi yang terbukti mampu merangsang sistem saraf, meningkatkan sirkulasi darah, dan memperkuat ikatan emosional ibu-anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia enam bulan. Penelitian menggunakan rancangan quasi-eksperimen dengan desain pre-test post-test with control group. Sampel terdiri dari 70 bayi sehat usia enam bulan yang dibagi menjadi kelompok eksperimen (n=35) yang menerima pijat bayi dua kali seminggu selama enam minggu dan kelompok kontrol (n=35) yang hanya mendapatkan perawatan rutin. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada berat badan (median peningkatan 800 g vs 350 g; $p=0,001$) dan tinggi badan (median peningkatan 3,0 cm vs 1,2 cm; $p=0,001$) pada kelompok eksperimen dibandingkan kontrol. Selain itu, skor perkembangan motorik kasar, motorik halus, sosial, dan bahasa juga meningkat lebih tinggi secara bermakna pada kelompok eksperimen ($p=0,001$ untuk seluruh domain). Disimpulkan bahwa pijat bayi berpengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia enam bulan sehingga layak direkomendasikan sebagai intervensi stimulasi dini dalam program kesehatan anak.

Keywords: *Bayi usia enam bulan, Perkembangan, Pertumbuhan, Pijat bayi*

PENDAHULUAN

Periode bayi merupakan masa emas (golden period) yang sangat menentukan kualitas kehidupan anak di masa depan, terutama pada usia enam bulan ketika pertumbuhan dan perkembangan berlangsung cepat pada aspek fisik, motorik, kognitif, dan sosial emosional (Olavianty et al., 2024). Perawatan pada fase ini harus mencakup nutrisi, stimulasi, dan kasih sayang secara seimbang, termasuk stimulasi nonfarmakologis seperti pijat bayi yang tidak hanya berfungsi sebagai relaksasi tetapi juga sebagai intervensi stimulasi dini untuk mendukung

pertumbuhan dan perkembangan (Arfiani et al., 2024). Namun, fenomena di masyarakat menunjukkan masih banyak orang tua yang hanya fokus pada nutrisi seperti ASI eksklusif dan MP-ASI, sementara aspek stimulasi sensorik dan motorik sering terabaikan, sehingga menyebabkan keterlambatan perkembangan motorik dan sosial-emosional pada sebagian bayi (Lestari et al., 2025). Selain itu, sebagian orang tua yang mengetahui manfaat pijat bayi pun ragu melakukannya secara rutin karena khawatir akan kesalahan teknik, sehingga terlihat adanya kesenjangan antara pengetahuan tentang pijat bayi dengan

praktik pelaksanaannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2021, angka kejadian stunting pada anak balita masih mencapai 24,4%, sementara angka bayi dengan berat badan rendah atau gizi kurang juga masih ditemukan di berbagai daerah. Selain itu, penelitian-penelitian mengenai perkembangan bayi menunjukkan bahwa keterlambatan perkembangan motorik masih dialami oleh sekitar 12–15% bayi di Indonesia (Istri Intan Roseanamerry, 2025). Fakta ini mengindikasikan bahwa intervensi tambahan berupa stimulasi, salah satunya melalui pijat bayi, sangat penting dilakukan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Praktik pijat bayi dapat menjadi solusi sederhana, murah, dan aman apabila dilakukan dengan benar oleh orang tua yang telah mendapatkan edukasi.

Menurut (Farras et al., 2025) pijat bayi merupakan stimulasi sentuhan lembut yang dilakukan secara sistematis pada permukaan tubuh bayi dengan pola dan teknik tertentu, dikenal luas dalam tradisi berbagai budaya termasuk Indonesia, dan kini diadopsi dalam layanan kesehatan formal seperti klinik dan rumah sakit. Pijat bayi bertujuan tidak hanya memberi kenyamanan dan melancarkan sirkulasi darah, tetapi juga merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi, yang diukur melalui berat badan dan tinggi badan sebagai indikator status gizi (Ferilia Adiesti et al., 2025) serta empat domain perkembangan penting, yakni motorik

kasar, motorik halus, sosial-emosional, dan Bahasa (Winda Sepline Sirait et al., 2024). Penelitian sebelumnya mendukung manfaat ini, misalnya (Safari, 2023) yang menemukan pijat bayi meningkatkan berat badan melalui stimulasi saraf vagus, (Nur Azizah & Purwati, 2025) yang melaporkan perbaikan kualitas tidur dan percepatan perkembangan motorik kasar, serta (Collins et al., 2021) yang menunjukkan peningkatan interaksi sosial bayi dengan orang tua. Dengan demikian, pijat bayi berpotensi besar mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, meskipun masih sedikit penelitian yang secara khusus meneliti bayi usia enam bulan.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, tampak adanya gap penelitian yang penting untuk diperhatikan. Penelitian sebelumnya banyak meneliti bayi usia 0–3 bulan atau bayi dengan kondisi khusus, sedangkan kajian mengenai pengaruh pijat bayi terhadap bayi usia enam bulan masih terbatas. Padahal, usia enam bulan merupakan masa transisi yang krusial, di mana bayi mulai memperluas aktivitas motoriknya, memerlukan stimulasi yang lebih kompleks, dan membutuhkan dukungan optimal untuk pertumbuhan serta perkembangannya. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki *novelty* dengan secara khusus mengkaji pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat badan dan tinggi badan) serta perkembangan (motorik kasar, motorik halus, sosial, dan bahasa) bayi usia enam bulan.

Observasi awal di Klinik Cinta Kasih menunjukkan sebagian bayi usia enam bulan mengalami masalah pertumbuhan seperti kenaikan berat badan yang tidak sesuai grafik WHO dan keterlambatan perkembangan motorik kasar serta halus, sementara wawancara dengan orang tua mengungkapkan bahwa praktik pijat bayi belum dilakukan secara rutin dan informasi mengenai teknik pijat yang benar masih minim. Kondisi ini menegaskan perlunya penelitian ilmiah untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat dan tinggi badan) serta perkembangan (motorik kasar, halus, sosial, dan bahasa) bayi usia enam bulan, sehingga hasilnya dapat menjadi rujukan praktis bagi tenaga kesehatan dan orang tua dalam memberikan stimulasi sederhana yang efektif bagi tumbuh kembang bayi.

METODE

Penelitian ini menggunakan *quasi-experimental* dengan desain *pre-test post-test control group design* (J. W. Creswell & Creswell, 2018). Penelitian ini dirancang untuk membandingkan hasil sebelum dan sesudah intervensi pijat bayi pada kelompok eksperimen serta membandingkannya dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi.

Populasi penelitian adalah seluruh bayi sehat usia enam bulan yang berada di wilayah kerja Klinik Cinta Kasih. Sampel penelitian berjumlah 70 bayi yang dibagi menjadi dua kelompok dengan ukuran sampel yang sama: kelompok eksperimen (n=35) yang menerima intervensi pijat bayi

dan kelompok kontrol (n=35) yang hanya mendapatkan perawatan rutin sesuai standar kesehatan bayi (J. Creswell, 2017).

Kriteria inklusi meliputi bayi berusia tepat enam bulan, lahir cukup bulan (*at-term*), memiliki berat lahir normal (2.500–4.000 gram), tidak memiliki riwayat asfiksia neonatal, tidak mengalami kelainan kongenital, dan mendapatkan ASI. Kriteria eksklusi meliputi bayi dengan penyakit kronis, bayi yang sedang menjalani terapi yang dapat memengaruhi pertumbuhan atau perkembangan, serta orang tua yang tidak bersedia mengikuti prosedur penelitian secara lengkap (J. W. Creswell & Creswell, 2023).

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan untuk memperoleh sampel yang representatif.

Pertumbuhan bayi diukur menggunakan timbangan bayi digital (untuk berat badan) dan *length board* atau *infantometer* (untuk panjang badan). Perkembangan bayi dievaluasi menggunakan Denver Developmental Screening Test II (DDST II), sebuah instrumen yang telah terbukti memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam skrining perkembangan anak (Ishtiaq, 2019). DDST II mengukur empat domain perkembangan, yaitu motorik kasar, motorik halus, sosial-emosional, dan bahasa.

Tahap awal penelitian dilakukan *pre-test* untuk menilai kondisi awal pertumbuhan dan perkembangan kedua

kelompok. Kelompok eksperimen kemudian diberikan intervensi pijat bayi sesuai standar teknik pijat bayi oleh peneliti atau tenaga terlatih, dengan durasi 15–20 menit per sesi, dua kali seminggu selama enam minggu. Kelompok kontrol tidak menerima pijat bayi tetapi tetap mendapatkan perawatan rutin. Setelah enam minggu, kedua kelompok dilakukan *post-test* untuk menilai perubahan yang terjadi.

Uji normalitas data dilakukan menggunakan uji Shapiro–Wilk. Data yang berdistribusi normal dianalisis menggunakan uji *Independent Sample t-test* untuk perbandingan antar kelompok dan uji *Paired Sample t-test* untuk perbandingan dalam kelompok sebelum dan sesudah perlakuan. Jika data tidak berdistribusi normal, digunakan uji *Mann–Whitney U test* dan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Data perkembangan bayi dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* untuk melihat hubungan intervensi pijat bayi dengan perubahan kategori perkembangan. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Orang Tua Responden

Karakteristik	Eksperimen (n = 35)	Kontrol (n = 35)	p-value
Pendidikan Ayah			
SD f (%)	2 (5,7)	2 (5,7)	0,991
SMP f (%)	4 (11,4)	5 (14,3)	
SMA f (%)	22 (62,9)	21 (60,0)	
PT f (%)	7 (20,0)	7 (20,0)	
Pendidikan Ibu			
SD f (%)	1 (2,9)	2 (5,7)	0,874
SMP f (%)	3 (8,6)	3 (8,6)	
SMA f (%)	23 (65,7)	24 (68,6)	
PT f (%)	8 (22,9)	6 (17,1)	
Pekerjaan Ayah			
Buruh f (%)	11 (31,4)	10 (28,6)	0,957

Pedagang f (%)	9 (25,7)	11 (31,4)	
Karyawan f (%)	8 (22,9)	9 (25,7)	
PNS f (%)	7 (20,0)	5 (14,3)	
Pekerjaan Ibu			
Bekerja f (%)	7 (20,0)	6 (17,1)	0,772
Tidak bekerja f (%)	28 (80,0)	29 (82,9)	
Usia (tahun) (Mean ± SD)	28,9 ± 4,7	28,6 ± 5,0	0,803

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik orang tua pada kelompok eksperimen dan kontrol tampak seimbang, baik dari segi pendidikan, pekerjaan, maupun usia ibu ($p > 0,05$). Mayoritas ayah dan ibu berpendidikan SMA, sedangkan pendidikan rendah hanya mencakup sebagian kecil responden. Pola pekerjaan juga serupa, dengan sebagian besar ibu tidak bekerja. Homogenitas ini penting karena memastikan bahwa perbedaan hasil pada pertumbuhan dan perkembangan bayi lebih mungkin disebabkan oleh intervensi pijat bayi daripada faktor sosiodemografis. Temuan ini sejalan dengan prinsip penelitian eksperimental yang menekankan kesetaraan karakteristik awal untuk meminimalkan bias. Implikasinya, tenaga kesehatan dapat lebih yakin bahwa rekomendasi pijat bayi dapat diterapkan secara luas tanpa dipengaruhi perbedaan latar belakang sosial ekonomi keluarga.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Bayi Responden

Karakteristik	Eksperimen (n = 35)	Kontrol (n = 35)	p-value
Jenis Kelamin			
Laki-laki f (%)	18 (51,4)	17 (48,6)	
Perempuan f (%)	17 (48,6)	18 (51,4)	0,812
Berat Badan Awal (kg) (Mean ± SD)	7,5 ± 0,8	7,4 ± 0,9	0,745
Tinggi Badan Awal (cm)	65,2 ± 2,5	65,0 ± 2,7	0,693

(Mean ± SD)			
Status Perkembangan Awal			
Sesuai umur f (%)	28 (80,0)	27 (77,1)	
Meragukan f (%)	5 (14,3)	6 (17,1)	
Penyimpangan f (%)	2 (5,7)	2 (5,7)	0,904

Berdasarkan Tabel 2, karakteristik bayi pada kelompok eksperimen dan kontrol relatif homogen, ditunjukkan oleh distribusi jenis kelamin, berat badan awal, tinggi badan awal, dan status perkembangan yang tidak berbeda signifikan ($p > 0,05$). Rata-rata berat badan dan tinggi badan awal hampir sama, sehingga perbandingan hasil setelah intervensi dapat dianggap adil. Homogenitas ini penting karena memastikan bahwa perbedaan hasil pertumbuhan dan perkembangan yang ditemukan nantinya lebih dapat dikaitkan dengan efek pijat bayi, bukan perbedaan kondisi awal bayi. Temuan ini sejalan dengan prinsip validitas internal pada penelitian eksperimental yang menuntut kesetaraan karakteristik awal sampel agar hasil lebih dapat dipercaya.

Tabel 3. Penilaian Berat Badan Bayi Usia 6 Bulan pada Pre-Test dan Post-Test (Kelompok Eksperimen dan Kontrol)

Kelompok	Eksperimen (n = 35)	Kontrol (n = 35)	Δ (gram)	p-value
Pre-test	7400 (6000 – 8500)	7350 (6100 – 8450)	50	0,812
Post-test	8200 (6900 – 9500)	7600 (6300 – 8700)	600	0,001*

Tabel 3 memperlihatkan bahwa median berat badan awal antara kelompok eksperimen dan kontrol relatif sama ($p = 0,812$), sehingga keduanya dapat dibandingkan secara adil. Setelah intervensi, median berat badan kelompok eksperimen meningkat menjadi 8200 gram,

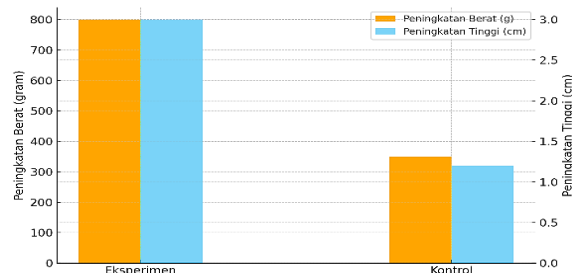
lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya 7600 gram, dengan selisih peningkatan 600 gram dan perbedaan signifikan secara statistik ($p = 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa pijat bayi mampu mempercepat kenaikan berat badan melalui mekanisme fisiologis seperti stimulasi saraf vagus yang meningkatkan penyerapan nutrisi dan pelepasan hormon pertumbuhan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Maryani, 2024) dan (Kasmawati & Jumrana, 2024) yang melaporkan pijat bayi efektif mendorong kenaikan berat badan. Secara praktis, temuan ini mendukung penerapan pijat bayi sebagai intervensi sederhana yang dapat membantu mencegah masalah gizi pada bayi.

Tabel 4. Penilaian Tinggi Badan Bayi Usia 6 Bulan pada Pre-Test dan Post-Test (Kelompok Eksperimen dan Kontrol)

Kelompok	n	Median Pre-Test (cm) (min–max)	Median Post-Test (cm) (min–max)	Δ (cm)	p-value
Eksperimen	35	64,0 (62–66)	67,0 (65–70)	3,0	0,001*
Kontrol	35	63,8 (62–66)	65,0 (63–67)	1,2	0,092

Tabel 4 menunjukkan bahwa median tinggi badan bayi pada kelompok eksperimen meningkat dari 64,0 cm menjadi 67,0 cm, dengan selisih 3,0 cm dan perbedaan signifikan ($p = 0,001$). Pada kelompok kontrol, peningkatan hanya 1,2 cm dan tidak signifikan ($p = 0,092$). Temuan ini mengindikasikan bahwa pijat bayi mampu mendukung pertumbuhan linear melalui peningkatan sirkulasi darah, relaksasi otot, dan pelepasan hormon pertumbuhan selama tidur. Hasil ini sejalan dengan laporan (Siti Nurasia et al., 2024) yang menemukan pijat bayi memperbaiki kualitas tidur sehingga mendukung

pertumbuhan panjang badan. Secara praktis, hasil ini memberikan dasar bagi tenaga kesehatan untuk merekomendasikan pijat bayi sebagai intervensi sederhana untuk mengoptimalkan pertumbuhan linear bayi.



Gambar 1. Analisis Perbandingan Berat dan Tinggi Badan Bayi Usia 6 Bulan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Gambar 1 memperlihatkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan median berat badan (800 g) dan tinggi badan (3,0 cm) yang jauh lebih besar dibanding kelompok kontrol (350 g dan 1,2 cm), dengan perbedaan signifikan secara statistik ($p=0,001$). Tren ini menunjukkan bahwa pijat bayi efektif mempercepat pertumbuhan fisik, kemungkinan melalui mekanisme stimulasi saraf vagus, peningkatan nafsu makan, dan pelepasan hormon pertumbuhan yang mendukung metabolisme serta kualitas tidur. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Maryani, 2024) yang menemukan pijat bayi berdampak pada kenaikan berat dan panjang badan. Secara praktis, temuan ini memberikan dasar bagi tenaga kesehatan untuk merekomendasikan pijat bayi sebagai intervensi rutin guna mendukung pertumbuhan optimal pada periode emas perkembangan anak.

Tabel 5. Penilaian Motorik Kasar Bayi Usia 6 Bulan pada Pre-Test dan Post-Test (Kelompok Eksperimen dan Kontrol)

Kelompok	n	Median Pre-Test (skor) (min-max)	Median Post-Test (skor) (min-max)	Δ (skor)	p-value
Eksperimen	35	6,0 (5-7)	9,0 (8-10)	3,0	0,001*
Kontrol	35	6,0 (5-7)	7,0 (6-8)	1,0	0,084

Berdasarkan Tabel 5, skor motorik kasar bayi pada kedua kelompok sama pada pre-test (median 6,0), namun setelah intervensi kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan menjadi 9,0 (selisih 3,0 poin) yang signifikan ($p=0,001$), sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat menjadi 7,0 (selisih 1,0 poin; $p=0,084$). Temuan ini menunjukkan bahwa pijat bayi efektif mempercepat pencapaian keterampilan motorik kasar seperti tengkurap, duduk, dan berguling, kemungkinan melalui stimulasi saraf perifer dan pusat yang memperkuat koordinasi otot. Hasil ini konsisten dengan penelitian (Kintan & Hariyanti, 2024) yang melaporkan pijat bayi mempercepat perkembangan motorik kasar. Secara praktis, hasil ini mendorong orang tua untuk rutin melakukan pijat bayi sebagai bagian dari stimulasi perkembangan motorik anak.

Tabel 6. Penilaian Motorik Halus Bayi Usia 6 Bulan pada Pre-Test dan Post-Test (Kelompok Eksperimen dan Kontrol)

Kelompok	n	Median Pre-Test (skor) (min-max)	Median Post-Test (skor) (min-max)	Δ (skor)	p-value
Eksperimen	35	5,0 (4-6)	8,0 (7-9)	3,0	0,001*
Kontrol	35	5,0 (4-6)	6,0 (5-7)	1,0	0,097

Berdasarkan Tabel 6, skor motorik halus bayi pada kelompok eksperimen meningkat dari median 5,0 menjadi 8,0

dengan selisih 3,0 poin dan perbedaan signifikan ($p=0,001$), sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat 1,0 poin dan tidak signifikan ($p=0,097$). Temuan ini menunjukkan bahwa pijat bayi efektif menstimulasi kemampuan motorik halus seperti menggenggam, meraih, dan memindahkan benda, melalui aktivasi saraf sensorimotor yang meningkatkan koordinasi tangan-mata. Hasil ini sejalan dengan temuan (Nur Azizah & Purwati, 2025) yang melaporkan pijat rutin mempercepat keterampilan manipulatif bayi. Implikasinya, pijat bayi dapat dijadikan strategi sederhana untuk mendukung perkembangan sensorimotor pada masa emas pertumbuhan.

Tabel 7. Penilaian Perkembangan Sosial Bayi Usia 6 Bulan pada Pre-Test dan Post-Test (Kelompok Eksperimen dan Kontrol)

Kelompok	n	Median Pre-Test (skor) (min-max)	Median Post-Test (skor) (min-max)	Δ (skor)	p-value
Eksperimen	35	6,0 (5-7)	9,0 (8-10)	3,0	0,001*
Kontrol	35	6,0 (5-7)	7,0 (6-8)	1,0	0,103

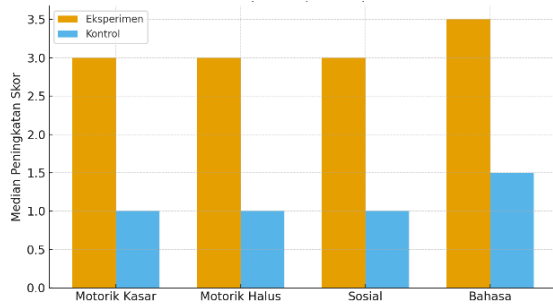
Berdasarkan Tabel 7, skor perkembangan sosial pada kedua kelompok sama pada pre-test (median 6,0), tetapi setelah intervensi kelompok eksperimen meningkat menjadi 9,0 dengan selisih 3,0 poin dan perbedaan signifikan ($p=0,001$), sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat 1,0 poin dan tidak signifikan ($p=0,103$). Hasil ini menunjukkan bahwa pijat bayi mampu meningkatkan interaksi sosial dan respons emosional bayi, kemungkinan melalui stimulasi sensorik dan peningkatan hormon oksitosin yang memperkuat ikatan ibu-anak. Temuan ini

sejalan dengan penelitian (von Schwartzberg et al., 2021) yang melaporkan pijat bayi memperbaiki kualitas interaksi sosial bayi dengan orang tua. Secara praktis, pijat bayi dapat digunakan sebagai strategi sederhana untuk mendukung perkembangan sosial-emosional pada awal kehidupan.

Tabel 8. Penilaian Perkembangan Bahasa Bayi Usia 6 Bulan pada Pre-Test dan Post-Test (Kelompok Eksperimen dan Kontrol)

Kelompok	n	Median Pre-Test (skor) (min-max)	Median Post-Test (skor) (min-max)	Δ (skor)	p-value
Eksperimen	35	4,0 (3-5)	7,5 (6-9)	3,5	0,001*
Kontrol	35	4,0 (3-5)	5,5 (4-7)	1,5	0,082

Berdasarkan Tabel 8, skor perkembangan bahasa pada kelompok eksperimen meningkat dari median 4,0 menjadi 7,5 dengan selisih 3,5 poin yang signifikan ($p=0,001$), sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat 1,5 poin dan tidak signifikan ($p=0,082$). Temuan ini menunjukkan bahwa pijat bayi berperan penting dalam menstimulasi kemampuan komunikasi awal, termasuk vokalisasi dan respons terhadap suara, melalui aktivasi saraf sensorik yang mendukung perkembangan area bahasa di otak. Hasil ini konsisten dengan penelitian (Salvetat et al., 2024) yang menemukan pijat bayi meningkatkan kemampuan responsif bayi terhadap rangsangan verbal. Secara praktis, pijat bayi dapat dijadikan intervensi pendukung untuk memperkaya pengalaman bahasa bayi sejak dini.



Gambar 2. Analisis Perbandingan Perkembangan Motorik Kasar, Halus, Sosial, dan Bahasa Bayi Usia 6 Bulan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Gambar 2 menunjukkan bahwa peningkatan skor perkembangan motorik kasar, motorik halus, sosial, dan bahasa pada kelompok eksperimen konsisten lebih tinggi dibanding kelompok kontrol, dengan median 3,0–3,5 poin dibandingkan hanya 1,0–1,5 poin pada kontrol. Tren ini mengindikasikan bahwa pijat bayi memberikan stimulasi multisensorik yang mempercepat koneksi saraf, meningkatkan koordinasi motorik, serta memperkuat kemampuan sosial dan komunikasi awal bayi. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Nur Azizah & Purwati, 2025) yang melaporkan pijat bayi mendukung perkembangan sensorimotor dan respons verbal. Implikasinya, pijat bayi dapat direkomendasikan sebagai strategi stimulasi sederhana untuk mengoptimalkan perkembangan neurokognitif dan sosio-emosional pada periode emas.

Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 6 Bulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat bayi memberikan pengaruh signifikan terhadap pertumbuhan bayi usia 6 bulan, khususnya pada peningkatan berat badan dan tinggi badan. Bayi yang

mendapatkan intervensi pijat bayi mengalami kenaikan berat badan dan panjang badan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan pijatan. Mekanisme yang menjelaskan hal ini adalah pijat bayi dapat meningkatkan stimulasi pada sistem saraf parasimpatis sehingga memperbaiki fungsi pencernaan, meningkatkan nafsu makan, serta merangsang sekresi hormon pertumbuhan (*growth hormone*). Pijat bayi tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas relaksasi, tetapi juga berperan aktif dalam mengoptimalkan proses metabolisme yang mendukung pertumbuhan fisik bayi pada usia emas perkembangan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Maryani, 2024) yang menyebutkan bahwa bayi yang rutin dipijat selama 15 menit setiap hari mengalami peningkatan berat badan yang lebih signifikan dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan pijat. Penelitian lain oleh (Kasmawati Kasmawati & Jumrana Jumrana, 2024) juga menegaskan bahwa pijat bayi mampu meningkatkan kadar insulin dan gastrin yang berhubungan dengan peningkatan nafsu makan dan efisiensi penyerapan nutrisi, sehingga bayi cenderung mengalami kenaikan berat badan lebih cepat. Keterkaitan ini memperkuat hasil penelitian bahwa pijat bayi bukan sekadar memberikan manfaat jangka pendek berupa kenyamanan, tetapi juga efek jangka panjang berupa pertumbuhan fisik yang lebih optimal.

Peran pijat bayi dalam merangsang pertumbuhan juga dapat dikaitkan dengan kualitas tidur yang lebih baik pada bayi yang dipijat. Tidur yang berkualitas sangat erat hubungannya dengan pelepasan hormon pertumbuhan yang terjadi saat fase tidur dalam. Kondisi ini mendukung pertumbuhan linear bayi, yang terlihat dari hasil penelitian ini berupa peningkatan panjang badan yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen. Hal ini sesuai dengan pendapat (Siti Nurasia et al., 2024) yang melaporkan bahwa bayi yang mendapat pijatan teratur menunjukkan peningkatan kualitas tidur serta perkembangan berat dan tinggi badan yang lebih baik dibanding kelompok kontrol. Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa pijat bayi berkontribusi positif terhadap pertumbuhan bayi usia 6 bulan melalui berbagai mekanisme fisiologis, mulai dari stimulasi pencernaan, peningkatan hormon pertumbuhan, hingga kualitas tidur yang lebih optimal.

Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap aspek perkembangan bayi usia 6 bulan, baik motorik kasar, motorik halus, bahasa, maupun sosial. Bayi yang mendapatkan intervensi pijat bayi mengalami peningkatan skor perkembangan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini dapat dijelaskan bahwa pijat bayi memberikan stimulasi multisensori, termasuk sentuhan, gerakan, dan kontak mata, yang secara simultan merangsang

sistem saraf pusat. Stimulasi ini mendukung mielinisasi serabut saraf, mempercepat koneksi antar neuron, serta meningkatkan respons bayi terhadap rangsangan lingkungan. Dengan demikian, pijat bayi berperan penting dalam membangun fondasi perkembangan anak pada usia emas (*golden age*).

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Kintan & Hariyanti, 2024) yang melaporkan bahwa pijat bayi secara signifikan meningkatkan perkembangan motorik kasar bayi, terutama dalam keterampilan mengangkat kepala, tengkurap, hingga duduk dengan lebih stabil. Hasil penelitian serupa juga ditunjukkan oleh (Musa et al., 2024) yang menemukan bahwa pijat bayi dapat memperbaiki regulasi emosi, memperkuat ikatan sosial dengan orang tua, dan meningkatkan kemampuan responsif bayi terhadap suara maupun ekspresi wajah, sehingga berdampak pada perkembangan bahasa dan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa pijat bayi tidak hanya menstimulasi pertumbuhan fisik, tetapi juga memperkaya pengalaman sensori dan afektif yang dibutuhkan untuk perkembangan kognitif dan psikomotorik.

Pijat bayi terbukti meningkatkan kualitas interaksi antara ibu dan bayi melalui sentuhan dan kontak emosional yang hangat. Interaksi ini berperan penting dalam perkembangan sosial-emosional, yang pada gilirannya memengaruhi perkembangan bahasa dan motorik halus. Hasil penelitian (Olavianty et al., 2024) juga mendukung temuan ini, di mana pijat

bayi secara konsisten berhubungan dengan peningkatan keterampilan komunikasi awal, koordinasi tangan-mata, serta respons sosial bayi terhadap lingkungan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pijat bayi tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga memberi kontribusi besar terhadap perkembangan bayi usia 6 bulan melalui stimulasi saraf, peningkatan keterampilan motorik, pembentukan ikatan emosional, serta penguatan interaksi sosial yang sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia enam bulan, ditunjukkan oleh peningkatan berat badan, tinggi badan, dan skor perkembangan motorik kasar, motorik halus, sosial, serta bahasa yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen dibandingkan kontrol. Pijat bayi memberikan stimulasi multisensorik yang mendukung fungsi saraf, memperkuat ikatan ibu-bayi, dan membantu pencapaian perkembangan sesuai usia emas. Secara praktis, tenaga kesehatan dapat merekomendasikan pijat bayi sebagai bagian dari edukasi tumbuh kembang pada layanan kesehatan primer, serta mendorong orang tua untuk melakukannya secara rutin sebagai bagian dari perawatan holistik bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses

penyusunan dan pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih ditujukan kepada pihak klinik yang telah memberikan izin serta fasilitas, para orang tua beserta bayi yang bersedia menjadi responden, serta dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi. Berkat dukungan, bantuan, dan kerjasama dari berbagai pihak, penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfiani, P., Khatimah, H., & Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, A. (2024). Edukasi Tentang Manfaat Baby Spa Untuk Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Berbasis Online. *Jcs*, 6(1), 31–37. <http://jcs.aktabe.ac.id/index.php/jurnal/article/view/108>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 1-3 Bulan di PBB Wilayah Keerja Puskesmas Ujan Mas Kabupaten Kepahing Tahun 2023. *JM*, 13(1), 167–186.
- Creswell, J. (2017). *Qualitative Inquiry Research Design Choosing Among Five Approaches*.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). Mixed Methods Procedures. In *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). Research Design: Qualitative, Quantitative, and A Mixed-Method Approach. In *SAGE Publication*. <https://doi.org/10.4324/9780429469237-3>
- Farras, G., Chintia, B., Almiski, A., & ... (2025). Pengaruh Baby Massage Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Bayi Usia 1-3

- Bulan. *Mitra Keperawatan dan ...*, 1–11.
<https://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukeprima/article/view/7304>
- Ferilia Adiести, Nurun Ayati Khasanah, & Citra Adityarini Safitri. (2025). Pemberdayaan Ibu Dalam Meningkatkan Aplikasi Pijat Bayi Untuk Mendukung Perkembangan Dan Tumbuh Kembang Anak Di Tempat Praktik Mandiri Bidan “S” Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (Abdimakes)*, 5(1), 54–60.
<https://doi.org/10.55316/amk.v5i1.1103>
- Ishtiaq, M. (2019). Book Review Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage. *English Language Teaching*, 12, 40.
<https://doi.org/10.5539/elt.v12n5p40>
- Istri Intan Roseanamerry. (2025). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Berat Lahir Rendah. *Journal Of Health, Education and Literacy*, 2(Maret), 33–38.
- Kasmawati Kasmawati, & Jumrana Jumrana. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Umur 3 Bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. *Jurnal Ventilator*, 2(2), 181–210.
<https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i2.1340>
- Kintan, A., & Hariyanti, R. (2024). *The Effect Of Baby Massage On The Quality Of Baby’S Sleep*. 12(2), 220–224.
- Lestari, M. D., Azizah, F. N., & Cahyati, N. (2025). Pengaruh pijat bayi dengan essential oil lemongrass terhadap kenaikan berat badan bayi. *Journal of Midwifery Care*, 5(02), 395–400.
<https://doi.org/10.34305/jmc.v5i02.1711>
- Maryani, D. (2024). Study Literature Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 10(2), 34–60.
- Musa, S. M., Zuhrotunida, & Sukmawati. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 9(1), 39–47.
- Nur Azizah, S., & Purwati, A. (2025). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Halus Pada Bayi Usia 6 Bulan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(4), 4216–4224.
<https://doi.org/10.31004/innovative.v5i4.20722>
- Olavianty, F., Purnamasari, A., & Situmorang, T. S. R. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Motorik Kasar Pada Bayi Usia 6 – 12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulau Sapi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 10(2), 103–109.
<https://doi.org/10.52943/jikebi.v10i2.1703>
- Safari, F. R. N. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Manfaat Pijat Bayi dengan Tumbuh Kembang Anak 0-12 Bulan di Klinik Eno Baby SPA Kecamatan Binjai Tahun 2023. *Indonesian Health Scientific Journal*), 9(2).
- Salvetat, M. L., Toro, M. D., Pellegrini, F., Scollo, P., Malaguarnera, R., Musa, M., Mereu, L., Tognetto, D., Gagliano, C., & Zeppieri, M. (2024). Advancing Glaucoma Treatment During Pregnancy and Breastfeeding: Contemporary Management Strategies and Prospective Therapeutic Developments. *Biomedicines*, 12(12), 1–27.
<https://doi.org/10.3390/biomedicines12122685>
- Siti Nurasia, Desi Pramita Sari, & Afif D Alba. (2024). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. *Jurnal Ventilator*, 2(3), 291–299.
<https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i3.1378>

- Von Schwartzberg, R. J., Bisanz, J. E., Lyalina, S., Spanogiannopoulos, P., Ang, Q. Y., Cai, J., Dickmann, S., Friedrich, M., Liu, S. Y., Collins, S. L., Ingebrigtsen, D., Miller, S., Turnbaugh, J. A., Patterson, A. D., Pollard, K. S., Mai, K., Spranger, J., & Turnbaugh, P. J. (2021). Caloric restriction disrupts the microbiota and colonization resistance. *Nature*, 595(7866), 272–277. <https://doi.org/10.1038/s41586-021-03663-4>
- Winda Sepline Sirait, Nopalina Suyanti Damanik, Siska Suci Triana Ginting, & Ariska Fauzianty. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023. *Jurnal Siti Rufaidah*, 2(1), 25–34. <https://doi.org/10.57214/jasira.v2i1.48>