

ARTIKEL PENELITIAN

Terapi Pijat terhadap Kenaikan Berat Badan dan Perkembangan Motorik pada Badutu Risiko Stunting di Puskesmas Muara Satu

Massage Therapy on Weight Gain and Motor Development in Children at Risk of Stunting at Muara Satu Health Center

Erlina^{1*}, Rayana Iswani¹, Fatiyani¹

¹Program Studi Kebidanan Aceh Utara, Poltekkes Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia

Abstract

Stunting is a growth and development disorder experienced by toddlers due to prolonged nutritional deficiencies, especially during the first 1,000 days of life. One effective method to address stunting is providing stimulation through infant massage therapy, which functions to promote growth and development. This study aimed to assess the extent to which infant massage therapy affected weight gain and motor development in children under two years old who were at risk of stunting in the working area of Muara Satu Public Health Center, Lhokseumawe City. The study used a quantitative method with a quasi-experimental design and a pretest-posttest control group approach, comparing the conditions before and after the massage therapy intervention. The findings showed that the average difference in infant weight between the intervention group and the control group after the treatment was 0,51 kg. The results of the Independent T-test showed a p-value of 0,196 (p-value >0,05), indicating no statistically significant difference in weight between the two groups after the intervention. Therefore, it was concluded that infant massage therapy did not have a significant effect on increasing the weight of children at risk of stunting. However, in terms of motor development, the Mann-Whitney test showed a p-value of 0,023 (p-value <0,05), indicating a statistically significant difference between the intervention and control groups at post-test. Thus, infant massage therapy was proven to be effective in improving motor development in children under two years at risk of stunting.

Keywords: body weight, massage, motoric, toddlers

Article history:

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jika@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883

Submitted 30 Agustus 2024

Accepted 19 April 2025

Published 30 April 2025



Abstrak

Stunting ialah masalah tumbuh kembang yang dialami anak balita karena kekurangan gizi yang berkepanjangan, terutama dalam periode 1000 hari pertama kehidupan. Suatu metode efektif dalam menanggulangi stunting ialah memberikan stimulasi melalui terapi pijat untuk bayi, yang berfungsi untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak. Penelitian ini bertujuan untuk menilai sejauh mana terapi pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan berat badan dan perkembangan motorik pada anak di bawah usia dua tahun yang berisiko mengalami stunting di area kerja Puskesmas Muara Satu, Kota Lhokseumawe. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain quasi-eksperimen dan pendekatan *pretest-posttest* dengan kelompok kontrol untuk membandingkan kondisi sebelum serta setelah tindakan terapi pijat. Temuan studi mengindikasikan rata-rata perbedaan berat badan bayi antara kelompok yang menerima tindakan serta kelompok kontrol setelah perlakuan adalah 0,51. Hasil uji Independent *T-test* memperlihatkan nilai $p = 0,196$ (nilai $p > 0,05$), artinya tidak ada perbedaan yang signifikan dengan statistik pada berat badan diantara kedua kelompok sesudah intervensi, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi pijat tidak memiliki dampak terhadap peningkatan berat badan anak yang berisiko stunting. Namun, pada aspek perkembangan motorik, hasil uji *Mann-Whitney* memperlihatkan nilai $p = 0,023$ (nilai $p < 0,05$), artinya ada perbedaan dengan signifikan secara statistik antara kelompok intervensi dan kontrol ketika saat *post-test*. Dengan demikian, terapi pijat bayi terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik pada baduta yang berisiko mengalami stunting.

Kata Kunci: berat badan, pijat, motorik, balita

*Penulis Korespondensi:

Erlina, email: erlinahj888@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

Highlight:

- Terapi pijat bayi tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia di bawah dua tahun (Baduta) yang berisiko stunting, meskipun ada kenaikan rata-rata sebesar 0,51 kg.
- Terapi pijat bayi terbukti efektif meningkatkan perkembangan motorik secara signifikan pada Baduta, menunjukkan manfaatnya sebagai stimulasi non-farmakologis yang mendukung tumbuh kembang anak.
- Intervensi berupa pijat bayi dapat menjadi metode pendamping program pencegahan stunting, terutama dalam aspek perkembangan motorik, namun perlu dikombinasikan dengan intervensi gizi untuk hasil yang lebih optimal pada berat badan.

PENDAHULUAN

Berat badan bayi ialah suatu tolak ukur yang digunakan untuk menilai status gizi serta menandakan apakah kebutuhan nutrisi bayi telah terpenuhi untuk menunjang tahapan tumbuh kembang dengan maksimal. Ketika kebutuhan gizi tidak tercukupi, bayi berisiko mengalami gangguan dalam aspek perkembangan, termasuk perkembangan motorik baik kasar maupun halus. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa sekitar 5% hingga 25% anak usia balita mengalami hambatan perkembangan motorik tersebut, yang berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup anak

(Syahida, 2022).

Menurut informasi Kementerian Kesehatan tahun 2020 mengindikasikan bahwa dari total 28158 kasus kematian bayi, sekitar 72% (setara dengan 20266 kasus) terjadi pada masa neonatal atau umur 0–28 hari. Sebanyak 19% kematian dialami bayi berusia antara 29 hari hingga 11 bulan, dan sisanya, sekitar 10%, dialami oleh bayi usia 12–29 bulan. Salah satu faktor penyebab utama tingginya angka kematian ini adalah berat badan lahir rendah, yang menjadi indikator tidak terpenuhinya kebutuhan gizi sejak dalam kandungan atau awal kehidupan bayi (Kemenkes, 2020).

Masalah pertumbuhan dan perkembangan yang terganggu, seperti kurangnya berat badan atau keterlambatan motorik, turut menyumbang pada meningkatnya kasus stunting di Indonesia. Anak yang mengalami stunting umumnya berisiko besar kematian dini, gangguan perkembangan kognitif dan fisik, penurunan sistem imun, serta kerentanan terhadap berbagai penyakit tidak menular di masa dewasa seperti obesitas dan penyakit degeneratif. Dalam jangka panjang, stunting berdampak pada pertumbuhan fisik anak yang terhambat, seperti postur tubuh yang lebih pendek dibandingkan anak seusianya, serta gangguan perkembangan motorik yang berpotensi menyebabkan keterbatasan dalam beraktivitas dan kemampuan sosial (Prianti *et al.*, 2021).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (di bawah usia 5 tahun) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada di bawah standar yang ditetapkan oleh Kemenkes. Stunting juga dapat diartikan sebagai kondisi yang menunjukkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari anak seusianya akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama (Kemenkes, 2022).

Secara keseluruhan, stunting masih menjadi isu penting dalam kesehatan masyarakat. Berdasarkan laporan dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, sekitar 149,2 juta anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia, yaitu sekitar 22%, mengalami stunting. Indonesia termasuk dalam lima negara teratas dengan jumlah balita yang mengalami stunting yang cukup tinggi, lebih dari sepertiga anak berada dalam kondisi ini. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di tanah air mencapai 30,8%. Selain itu, Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 mengungkapkan bahwa Provinsi Aceh adalah wilayah dengan prevalensi stunting terbanyak di Indonesia, menduduki peringkat kelima secara nasional (Annur, 2023).

Suatu intervensi yang dapat dilakukan dalam menunjang tumbuh kembang bayi, khususnya dalam aspek fisik dan sensorik motorik, adalah dengan pemberian stimulasi berupa sentuhan atau pijatan lembut. Terapi pijat bayi terbukti memiliki manfaat fisiologis, seperti merangsang produksi enzim pencernaan yang membantu penyerapan nutrisi secara lebih optimal, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan berat badan bayi. Penelitian oleh Na'mah dan Kusumastuti (2019) menunjukkan bahwa terapi pijat memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan berat badan pada balita yang mengalami stunting. Temuan ini diperkuat oleh studi Lestari *et al.* (2022) yang menggunakan pengujian *independent sample t-test*, dengan hasil nilai signifikansi mencapai $0,033$ ($p\text{-value} < 0,05$). Kondisi tersebut membuktikan terapi pijat memberikan efek secara bermakna pada bertambahnya berat badan balita dengan kondisi stunting, sehingga terapi ini dapat dipertimbangkan sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif dalam program pemulihan gizi balita.

METODE

Studi ini menerapkan metode kuantitatif melalui rancangan *quasi-eksperimental* dengan desain *pretest-posttest* dengan kelompok kontrol. Rancangan ini bertujuan untuk menilai perbedaan keadaan subjek sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa terapi pijat untuk bayi. Subjek yang terlibat pada studi diklasifikasikan pada dua kelompok, yakni kelompok dengan memperoleh tindakan terapi pijat serta kelompok kontrol dengan tidak mendapatkan intervensi sama sekali.

Pelaksanaan penelitian berlangsung pada bulan Juni hingga Juli 2024, bertempat di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu, Kota Lhokseumawe. Populasi pada studi ialah anak usia di bawah dua tahun (Baduta) yang berisiko mengalami stunting. Pengambilan sampel dilaksanakan melalui metode *total sampling*, yakni seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan dalam penelitian. Total terdapat 20 subjek, yang merupakan bayi berusia kurang dari 24 bulan dan yang berisiko mengalami stunting. Data yang dikumpulkan mencakup hasil pengukuran berat badan dan penilaian aspek perkembangan motorik, baik dari kelompok yang menerima intervensi maupun kelompok kontrol.

Alat ukur yang digunakan adalah menurut buku pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar yaitu dengan menggunakan formulir DENVER II yang merupakan alat skrining perkembangan anak yang menilai empat aspek utama, yaitu: kemampuan personal sosial, motorik kasar, kemampuan bahasa, serta motorik halus. Tujuan penggunaan instrumen ini adalah untuk mengevaluasi sejauh mana pencapaian perkembangan anak sesuai tahapan usianya (Kemenkes, 2022).

Prosedur terapi pijat bayi dilakukan sesuai dengan SOP yang dirumuskan oleh [Prananingrum dan Kusdarwati](#) (2017). Sebelum terapi dimulai, seluruh orang tua bayi diberi penjelasan lengkap mengenai prosedur intervensi, manfaat, dan ketentuan selama proses penelitian berlangsung. Setelah memahami penjelasan tersebut, mereka diminta untuk menandatangani formulir persetujuan (*informed consent*). Kelompok intervensi mendapatkan terapi pijat bayi dua kali dalam seminggu dengan durasi 10–15 menit per sesi, dan dilakukan secara rutin selama empat minggu berturut-turut. Terapi ini diberikan oleh peneliti dan seorang enumerator yang telah memiliki sertifikasi kompetensi dalam terapi pijat bayi. Pengukuran berat badan serta evaluasi perkembangan motorik dilakukan pada kedua kelompok baik sebelum maupun setelah intervensi, menggunakan formulir DENVER II, dan dilaksanakan oleh peneliti bersama tim pendamping. Tahapan pengumpulan data meliputi: *editing*, untuk memastikan bahwa data yang terkumpul sudah lengkap dan tidak terdapat ketidaksesuaian; *coding*, yaitu pemberian kode khusus pada data untuk memudahkan klasifikasi dan pengelompokan informasi; *tabulating*, yakni penyajian data dalam bentuk tabel guna mempermudah proses analisis statistik.

Proses analisis data pada riset meliputi dua tahapan. Pertama, analisis univariat diterapkan untuk menyajikan data secara deskriptif, seperti perubahan berat dan perkembangan motorik pada bayi. Kedua, analisis bivariat bertujuan untuk menilai dampak dari intervensi yang telah diberikan. Untuk data yang memiliki distribusi normal, digunakan pengujian *paired t-test* dalam mengidentifikasi signifikansi sebelum serta setelah tindakan dalam satu kelompok. Namun, apabila data tidak terdistribusi normal, sehingga diaplikasikan uji *Wilcoxon*. Selain itu, untuk membandingkan hasil antara kelompok intervensi serta kontrol, analisis dilaksanakan melalui pengujian Independent t-test jika datanya bersifat parametrik, dan uji *Mann-Whitney* jika datanya

bersifat non-parametrik ([Setiawan dan Saryono](#), 2018). Penelitian ini telah memenuhi kode etik penelitian di Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh dengan Nomor: DP.04.03/F.XXVIII.11.1/ 2671 /2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Tabel 1 terlihat bahwa mayoritas subjek, baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, berada dalam rentang usia 13–18 bulan, masing-masing sebanyak 6 subjek (60%). Hasil ini menunjukkan bahwa distribusi usia antar kedua kelompok relatif homogen atau memiliki keseragaman. Homogenitas usia ini memiliki peran penting dalam menjamin validitas internal penelitian, karena mampu mengurangi potensi pengaruh variabel usia terhadap hasil akhir penelitian. Dengan kesamaan usia antar kelompok, maka risiko terjadinya variabel perancu (*confounding variable*) akibat perbedaan usia dapat diminimalkan.

Tabel 1. Karakteristik subjek (n=20)

Karakteristik Subjek	Kelompok Intervensi (n=10)		Kelompok Kontrol (n=10)	
	n	%	n	%
Umur bayi				
7-12 bulan	2	20	3	30
13-18 bulan	6	60	6	60
19-24 bulan	2	20	1	10
Total	10	100	10	100

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 1 juga menunjukkan bahwa usia adalah suatu elemen dengan berpotensi mengakibatkan perkembangan bayi, sehingga keseragaman dalam aspek ini menjadi penting agar hasil yang diperoleh lebih dapat dikaitkan secara langsung dengan efektivitas terapi pijat yang diberikan, bukan disebabkan oleh perbedaan usia antar subjek. Oleh karena itu, kemiripan karakteristik usia antara kelompok intervensi dan kontrol meningkatkan kekuatan inferensial bahwa perubahan yang terjadi merupakan dampak dari perlakuan yang diberikan.

Uji normalitas data

Dalam mengidentifikasi distribusi data normal ataupun tidak, maka dilakukan pengujian *Sapiro Wilk* (sebab total sampel tiap kelompok <50 orang) dan didapatkan hasil dalam Tabel 2.

Tabel 2. Uji normalitas data

Kelompok	Variabel	Nilai	p-value
Intervensi	Motorik	Pre-test	0,000
		Post-test	0,000
	Berat badan bayi	Pre-test	0,164*
		Post-test	0,670*
Kontrol	Motorik kasar	Pre-test	0,000
		Post-test	0,000

Kelompok	Variabel	Nilai	p-value
Intervensi dan kontrol	Berat badan bayi	Pre-test	0,61*
		Post-test	0,802*
Intervensi dan kontrol	Motorik	Pre-test	0,000
		Post-test	0,000
	Berat badan bayi	Pre-test	0,384*
		Post-test	0,664*

Keterangan: *Uji *Shapiro-Wilk*, normal jika p-value >0,05

Berdasarkan Tabel 2, hasil analisis uji normalitas data yang dilakukan menggunakan *Shapiro-Wilk test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi (p-value) untuk variabel berat badan (BB) pada kedua kelompok, baik intervensi maupun kontrol, melebihi nilai α (0,05). Temuan ini menandakan bahwa distribusi data berat badan dalam kedua kelompok bersifat normal, sehingga pemilihan uji statistik untuk analisis bivariat dapat menggunakan metode parametrik. Dalam hal ini, digunakan pengujian *Paired T-Test* dalam mengukur perbedaan antara nilai sebelum serta setelah tindakan dalam tiap kelompok, dan pengujian *Independent T-Test* dalam membandingkan capaian antara kelompok intervensi serta kelompok kontrol. Sebaliknya, untuk variabel perkembangan motorik, diperoleh nilai $p <$ (nilai $p <0,05$) dari capaian pengujian normalitas, yang mengindikasikan data tidak terdistribusi dengan normal. Dengan demikian, pendekatan analisis yang digunakan adalah uji statistik nonparametrik. Dalam analisis ini, *Wilcoxon Signed Rank Test* digunakan untuk menilai perubahan antara *pre-test* dan *post-test* di dalam masing-masing kelompok, sedangkan *Mann-Whitney U Test* dipakai untuk membandingkan hasil perkembangan motorik antara kelompok intervensi serta kelompok kontrol.

Efektivitas pijat terhadap berat badan badut

Berdasarkan informasi yang terdapat dalam Tabel 3, ditemukan selisih rata-rata berat badan (BB) bayi sebelum intervensi antara kelompok dengan menerima intervensi serta kelompok dengan tidak memperoleh intervensi adalah -0,54. Ini menunjukkan bahwa pada tahap awal sebelum intervensi dilakukan, berat badan bayi pada kelompok dengan mendapatkan intervensi sedikit lebih rendah daripada di kelompok kontrol. Namun, hasil dari analisis statistik melalui pengujian *Independent T-Test* mengindikasikan bahwa nilai $p = 0,225$, dengan lebih besar daripada batas signifikan $\alpha = 0,05$. Kondisi tersebut menandakan tidak ada perbedaan dengan signifikan secara statistik diantara rata-rata berat badan bayi di kedua kelompok sebelum intervensi dilakukan.

Di sisi lain, selisih rata-rata berat badan sesudah perlakuan antara kelompok yang mendapatkan intervensi serta kelompok kontrol tercatat mencapai 0,51, menandakan bahwa sesudah intervensi, kelompok yang mendapat perlakuan menunjukkan rata-rata berat badan yang lebih tinggi dibanding pada kelompok kontrol. Namun, lagi-lagi hasil dari pengujian *Independent t-test* mengindikasikan bahwa nilai $p = 0,196$, dengan masih di atas ambang batas signifikansi (nilai $p >0,05$). Sehingga, perbedaan rata-rata berat badan antara kedua kelompok sesudah intervensi juga tidak signifikan secara statistik.

Mengacu pada Tabel 3, didapatkan data dengan mengindikasikan rata-rata perbedaan berat badan bayi sebelum intervensi antara kelompok intervensi serta kelompok kontrol adalah -0,54. Analisis statistik mengaplikasikan pengujian *independent t-test* mengindikasikan nilai p mencapai 0,225, melebihi dari $\alpha = 0,05$. Kondisi tersebut mengindikasikan tidak ada perbedaan signifikan secara statistik pada

berat badan bayi di antara kedua kelompok sebelum diterapkannya intervensi. Di sisi lain, setelah intervensi, ada rata-rata selisih berat badan mencapai 0,51, di mana kelompok intervensi mempunyai berat badan rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Namun, uji yang sama menghasilkan nilai $p = 0,196$, yang juga melebihi batas signifikansi $0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam berat badan bayi setelah intervensi antara kedua kelompok. Dengan demikian, intervensi berupa terapi pijat bayi tidak menunjukkan dampak yang signifikan secara statistik pada peningkatan berat badan bayi di dalam populasi penelitian ini.

Tabel 3. Efektivitas pijat terhadap berat badan badut di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe tahun 2024

Berat Badan	Intervensi	Kontrol	Perbedaan	95% CI	<i>p</i> -value
	Mean	Mean	Mean		
Pre-test	7,64	8,18	-0,54	-1,4423 -0,3623	0,225
Post-test	8,80	8,29	0,51	- 0,2875 -1,3075	0,196

Keterangan: *Uji *Independent T-Test*, signifikan jika *p*-value $<0,05$

Temuan ini tidak sejalan pada studi [Asmawati](#) (2022), mengemukakan terapi pijat bayi memperlihatkan meningkatnya berat badan bayi secara signifikan di Kelurahan Tobat, Kota Sidempuan, pada nilai $p = 0,004$ mengacu pada capaian pengujian *t* berpasangan. Penelitian serupa juga dilakukan oleh [Andriani dan Ardiani](#) (2023), yang mengindikasikan terdapat bertambahnya bertambahnya berat badan bayi yang signifikan sebelum serta sesudah terapi pijat dilakukan. Rata-rata berat badan bayi naik dari 2990 gram menjadi 3048 gram, dan nilai $p = 0,000$ mengindikasikan bahwa perbedaan ini sangat signifikan secara statistik.

Namun, dalam studi yang dilakukan di area pelayanan Puskesmas Muara Satu, Kota Lhokseumawe, terapi pijat untuk bayi tidak menunjukkan efek yang signifikan terhadap peningkatan berat badan. Salah satu alasan yang mungkin memengaruhi hasil ini adalah karakteristik subjek yang merupakan bayi dengan risiko stunting, di mana kondisi ini sering kali disertai dengan masalah pola makan dan ketidakcukupan nutrisi. Kekurangan makronutrien seperti karbohidrat, protein, serta lemak, dan mikronutrien seperti vitamin, mineral, serta cairan tubuh, dapat menghambat proses tumbuh kembang bayi.

Meskipun pijat bayi secara fisiologis dapat merangsang aktivitas nervus vagus, yang pada gilirannya meningkatkan sekresi hormon-hormon pencernaan seperti insulin dan gastrin, serta memperbaiki proses metabolisme dan penyerapan nutrisi, manfaat tersebut tidak akan optimal jika tidak dibarengi dengan pemberian nutrisi yang adekuat dan bergizi. Oleh karena itu, intervensi berupa terapi pijat bayi idealnya dikombinasikan dengan program perbaikan gizi, agar dampaknya terhadap peningkatan berat badan bayi menjadi lebih signifikan dan berkelanjutan.

Efektivitas pijat terhadap perkembangan motorik

Hasil dari analisis melalui uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai p untuk perbandingan nilai *pre-test* perkembangan motorik antara kelompok dengan memperoleh perlakuan serta kelompok dengan tidak memperoleh perlakuan adalah 0,481, yang lebih tinggi daripada batas signifikansi $\alpha = 0,05$. Ini artinya tidak ada perbedaan dengan signifikan secara statistik dalam kemampuan perkembangan motorik bayi sebelum intervensi di antara kedua kelompok. Namun, saat melakukan

perbandingan nilai *post-test* antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, ditemukan nilai *p* sebesar 0,023, yang lebih kecil dari 0,05.

Temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik pada nilai perkembangan motorik bayi setelah intervensi, dengan kelompok intervensi menunjukkan hasil yang lebih baik daripada kelompok kontrol. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi pijat bayi memberikan dampak positif pada peningkatan motorik bayi, terutama pada kelompok yang menerima intervensi secara terus-menerus selama masa penelitian, sejalan dengan penelitian [Rizki \(2017\)](#) dengan judul efektivitas pijat bayi terhadap perkembangan motorik pada bayi usia 8–28 hari, dengan hasil *p* hitung 0,044 ($<0,05$) yang artinya terdapat efektivitas yang signifikan atas pijat bayi terhadap perkembangan motorik.

Hasil studi menunjukkan bahwa melalui analisis melalui pengujian *Mann-Whitney*, memperoleh nilai *p* sejumlah 0,481 pada pengukuran pre-test perkembangan motorik antara kelompok yang diintervensi dan kelompok kontrol. Karena nilai ini lebih tinggi dari tingkat signifikansi ($\alpha = 0,05$), bisa ditarik kesimpulan tidak ada perbedaan dengan signifikan secara statistik diantara kedua kelompok sebelum perlakuan dilakukan. Dengan kata lain, keadaan perkembangan motorik awal pada kedua kelompok adalah setara. Sebaliknya, dalam pengukuran pasca-tes, didapatkan nilai *p* mencapai 0,023, dengan lebih kecil pada 0,05, dengan mengindikasikan perbedaan signifikan secara statistik pada perkembangan motorik antara kelompok yang menerima perlakuan dan kelompok kontrol setelah terapi pijat dilakukan. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi pijat untuk bayi memiliki efek positif dan signifikan dalam meningkatkan perkembangan motorik bayi yang berisiko mengalami stunting.

Tabel 4. Efektivitas pijat terhadap perkembangan motorik badut di wilayah kerja Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe tahun 2024

Perkembangan Motorik	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		<i>P-value</i>	
	<i>n</i> =10		<i>n</i> =10			
	Mean Rank	Sum of Rank	Mean Rank	Sum of Rank		
<i>Pre-test</i>	9,5	95	11,5	115	0,481	
<i>Post-test</i>	13,5	135	7,5	75	0,023	

Keterangan: *Uji *Mann-Whitney* signifikan jika *p-value* $<0,05$

Temuan studi sejalan pada studi [Prananingrum dan Kusudarwati. \(2017\)](#) mengenai dampak pijat bayi terhadap perkembangan anak yang berusia antara 3 hingga 6 bulan. Dalam penelitian itu, analisis dengan menggunakan uji Mann-Whitney menghasilkan nilai *p* $<0,001$, yang secara signifikan mengindikasikan terdapat korelasi diantara stimulasi pijat dan perkembangan bayi. Selanjutnya, [Nurseha dan Subagiyo \(2022\)](#) juga melaporkan hasil yang mendukung, di mana penerapan terapi pijat bayi kepada anak umur 0–7 bulan di Desa Dermayon Kramatwatu menunjukkan efektivitas yang signifikan terhadap berbagai aspek perkembangan. Dengan menggunakan uji *t*, penelitian ini menunjukkan peningkatan perkembangan yang bermakna pada motorik kasar (nilai *p* =0,015), motorik halus (*p* = 0,025), kemandirian sosial (*p* = 0,032), serta bahasa (nilai *p* =0,019). Hasil ini memperkuat bukti bahwa pijat bayi memberikan kontribusi positif pada beragam dimensi perkembangan anak.

Penelitian lain oleh [Nabilah \(2023\)](#) juga menemukan hasil serupa. Dalam kajiannya terhadap pengaruh terapi pijat terhadap perkembangan motorik kasar bayi usia 0–12 bulan, ditemukan bahwa kelompok yang menerima intervensi menunjukkan

peningkatan signifikan (nilai $p = 0,001$). Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan (nilai $p = 0,063$). Uji Mann-Whitney pada data *post-test* antara kelompok intervensi dan kontrol juga menunjukkan perbedaan yang bermakna dengan nilai $p = 0,000$.

Dari sisi fisiologis, terapi pijat bayi merupakan bentuk stimulasi taktil dan kinestetik yang memberikan sentuhan fisik dan komunikasi verbal antara bayi dan pengasuh. Stimulasi ini mencerminkan bentuk kasih sayang dan dukungan emosional yang penting bagi tumbuh kembang anak. Menurut [Prananingrum dan Kusudarwati](#) (2017), pijat bayi yang dilakukan secara teratur mampu menunjang perkembangan fisik, emosional, serta menjaga stabilitas kesehatan umum bayi.

Lebih jauh, [Na'mah dan Kusumastuti](#) (2019) mengemukakan bahwa pijat bayi merangsang sekresi hormon pertumbuhan (*growth hormone*) yang esensial untuk perkembangan tulang dan organ tubuh. Pijat juga meningkatkan pelepasan serotonin, yang berperan dalam koordinasi motorik dan perkembangan keterampilan sensorik. Selain itu, pijat bayi memperbaiki sirkulasi darah, meningkatkan kadar endorfin yang menenangkan, serta menstimulasi enzim pencernaan, yang pada gilirannya meningkatkan penyerapan nutrisi. Proses-proses ini berkontribusi dalam pencegahan stunting dan mendukung perkembangan optimal bayi, baik dari aspek fisik, motorik, maupun kognitif.

KESIMPULAN

Intervensi pijat bayi tidak memberikan perubahan berarti terhadap berat badan, namun terbukti efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik pada bayi di bawah dua tahun (Baduta) yang berisiko mengalami stunting. Terapi ini dapat menjadi alternatif stimulasi yang bermanfaat untuk mendukung tumbuh kembang anak pada kelompok risiko.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengungkapkan rasa penghargaan dan terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan serta kontribusi penting selama pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus ditujukan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Poltekkes Kemenkes Aceh atas kesempatan serta fasilitas yang telah diberikan. Penghargaan juga disampaikan kepada Kepala Puskesmas Muara Satu Kota Lhokseumawe beserta seluruh staf atas kerja sama dan dukungan yang telah diberikan sepanjang proses penelitian. Selain itu, penulis menyampaikan terima kasih yang tulus kepada para ibu subjek yang dengan sukarela berpartisipasi dan memberikan dukungan penuh dalam pelaksanaan studi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani D., Ardiani, Y., 2023. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi. *Journal of Midwifery and Healthcare Sciences* 1(1), 1-6. <https://journal.umnyarsi.ac.id/index.php/JMHS/article/view/8>
- Annur, C.M., 2023. Ini Wilayah Aceh dengan Prevalensi Stunting Tertinggi pada 2022. <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/c9dcb3102f499fa/ini-wilayah-aceh-dengan-prevalensi->

- stunting-tertinggi-pada-2022
- Asmawati, A., 2022. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Kelurahan Tobat Kota Sidempuan. [Skripsi]. Universitas Aufa Royhan, Padangsidimpuan.
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2020. Data kematian Ibu dan Bayi. Suara.com. <https://www.suara.com/health/2021/11/17/150340/angka-kematian-ibu-dan-bayi-di-indonesia-meningkat-menko-pmk-ungkap-penyebabnya>
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2022. Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2022. Pengertian Stunting. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kemenkes RI, Jakarta.
- Lestari, A.M., Laska, Y., Fariningsih, E., 2022. Pengaruh Pemberian Terapi Pijat terhadap Kenaikan Berat Badan pada Balita Stunting. Jurnal Kebidanan Kestra 5(1), 59-66.
- Nabila, F.P.A., 2023. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Motorik Kasar Bayi pada Usia 0-12 bulan. [Skripsi]. Stikes Ngudia Husada Madura, Bangkalan.
- Na'mah, L.U., Kusumastuti, K., 2019. Efektivitas Baby Massage dan Baby Gym terhadap Perkembangan Bayi 3–6 bulan. Jurnal Ilmu Kesehatan 12(1), 1-12. <https://jurnal.umpp.ac.id/index.php/jik/article/view/133>
- Nurseha, H., Subagiyono, S.U., 2022. Efektivitas Pijat Bayi terhadap Perkembangan Bayi (Motorik Kasar, Motorik Halus, Sosial Kemandirian, dan Bahasa) pada Bayi Usia 0–7 Bulan di Desa Dermayon Kramatwatu. Journal of Midwifery 10(2), 147-154. <https://doi.org/10.37676/jm.v10i2.3273>
- Prananingrum, R., Kusudarwati, I.D.P.D., 2017. Buku Panduan Pijat Bayi. Yuma Pustaka, Surakarta.
- Prianti, A.T., Darmi, D., Kamaruddin, M., 2021. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Motorik pada Bayi 3–6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Kota Makassar. Jurnal Penelitian Kedokteran dan Kesehatan 3(1), 5-10. <https://doi.org/10.31970/ma.v3i1.66>
- Rizki, L.K., 2017. Efektivitas Pijat Bayi terhadap Perkembangan Motorik pada Bayi usia 8-28 hari. Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu dan Anak 1(2), 21-35. <http://dx.doi.org/10.36696/mikia.v1i2.21>
- Setiawan, A., Saryono, S., 2018. Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1, dan S2. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Syahida, I.F., 2022. Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dengan Perkembangan Bayi Usia 6-12 Bulan di Puskesmas Banjarejo Madiun. [Skripsi]. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan, Yogyakarta.