

EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PERTUMBUHAN BAYI DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING: STUDI KASUS DI RS AWET MUDA

Sulis Dwi Endang Windari^{1*}, Lalu Sulaiman²

¹⁻²Magister Administrasi Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

Email Korespondensi: mimiwinda2@gmail.com

Disubmit: 18 Juni 2025

Diterima: 24 Februari 2026

Diterbitkan: 01 Maret 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i3.21159>

ABSTRACT

Stunting is a global health issue impacting children's physical growth and cognitive development. In Indonesia, stunting rates remain high, particularly in West Nusa Tenggara Province. Infant massage is recognized as a physical stimulation technique potentially contributing to enhanced infant growth. This study aimed to analyze the effects of infant massage on infant growth, specifically weight gain, and its potential for reducing stunting risk at Awet Muda Hospital, Narmada, West Lombok. This quasi-experimental study utilized a one-group pretest-posttest design involving 305 infants born at Awet Muda Hospital from December 2024 to March 2025. Respondents meeting inclusion criteria (healthy and willing to receive massage) underwent infant massage based on a guided massage application module. Infant weight was measured pre- and post-intervention. Data analysis involved descriptive statistics and Chi-Square tests. Infant massage significantly improved infant weight (p -value = 0.000). Pregnancy complications significantly impacted infant health (p -value = 0.000), whereas maternal age (p -value = 0.440), maternal education (p -value = 0.086), and number of pregnancies (p -value = 0.599) showed no significant effects. Infant massage effectively enhances infant growth, particularly weight gain, potentially reducing stunting. Infant massage could serve as an effective preventive intervention supporting infant health, especially in regions with high stunting prevalence.

Keywords: *Infant, Growth, Massage, Stunting.*

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif pada anak. Di Indonesia, pada tahun 2023 angka stunting masih tinggi dengan prevalensi 21,5%, sedangkan di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) kejadian stunting tercatat lebih tinggi di angka 24.5%. Pijat bayi dikenal sebagai salah satu teknik stimulasi fisik yang dapat berkontribusi pada peningkatan pertumbuhan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan pertumbuhan bayi, khususnya dalam meningkatkan berat badan, dan menghubungkannya dengan potensi penurunan risiko stunting di RS Awet Muda Narmada, Lombok Barat. Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest design, melibatkan 305 bayi yang lahir di Rumah Sakit Awet Muda Narmada pada bulan Desember 2024 hingga Maret

2025. Responden yang memenuhi kriteria inklusi (bayi sehat dan bersedia dipijat) mendapatkan intervensi pijat bayi selama masa perawatan di Rumah Sakit berlangsung sesuai modul panduan pijat bayi. Berat badan bayi diukur sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji statistik deskriptif dan Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan berat badan bayi dengan p-value sebesar 0,000, menunjukkan perubahan yang signifikan. Komplikasi kehamilan ditemukan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan bayi dengan p-value sebesar 0,000, sementara usia ibu (p-value = 0,440), pendidikan ibu (p-value = 0,086), dan jumlah kehamilan (p-value = 0,599) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Pijat bayi terbukti meningkatkan pertumbuhan bayi, khususnya dalam meningkatkan berat badan, yang dapat berkontribusi pada pencegahan stunting. Pijat bayi dapat menjadi salah satu intervensi preventif yang efektif dalam mendukung kesehatan bayi, terutama di daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi.

Kata Kunci: Bayi, Pertumbuhan, Pijat, Stunting.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan global yang dihadapi oleh banyak negara, terutama di negara berkembang (Ssentongo et al., 2021; Verma & Prasad, 2021). Kondisi ini tidak hanya berhubungan dengan rendahnya status gizi, tetapi juga mempengaruhi perkembangan otak, kemampuan belajar, dan masa depan individu (Adair et al., 2021; Sadler et al., 2022). Di Indonesia, stunting menjadi masalah kesehatan utama yang memerlukan perhatian serius. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi stunting di Indonesia berada di angka 21,5% (Kemenkes RI, 2023), sementara di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB), prevalensi stunting tercatat lebih tinggi yaitu 24,5%, melebihi angka nasional (Dinkes Provinsi NTB, 2022). Penurunan angka stunting menjadi hal yang sangat penting untuk meningkatkan kesehatan anak-anak Indonesia dan memastikan masa depan yang lebih baik bagi mereka.

Pada masa awal kehidupan, bayi memerlukan stimulasi yang tepat untuk mendukung tumbuh kembangnya yang optimal (Sudfeld

et al., 2023). Salah satu periode kritis dalam pertumbuhan anak adalah 1.000 hari pertama kehidupan, yang dimulai dari konsepsi hingga usia dua tahun (Sudfeld et al., 2023). Pada masa ini, pertumbuhan fisik dan perkembangan otak sangat dipengaruhi oleh faktor gizi dan stimulasi yang diterima anak (Apriani et al., 2023; Munir & Audyna, 2022; Suriyati, 2023). Gizi buruk, termasuk stunting, menjadi salah satu masalah utama yang mempengaruhi kualitas hidup dan kesehatan anak di Indonesia, terutama di daerah dengan angka stunting yang tinggi seperti NTB.

Salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan angka stunting adalah stimulasi pijat bayi. Pijat bayi merupakan teknik manual berupa sentuhan lembut pada tubuh bayi yang memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan, termasuk meningkatkan berat badan, memperlancar peredaran darah, serta meningkatkan daya tahan tubuh bayi (Sari et al., 2022a). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pijat bayi dapat merangsang

peningkatan berat badan dan pertumbuhan bayi secara signifikan, yang pada gilirannya dapat membantu mencegah atau mengurangi risiko stunting pada bayi (Sanputri et al., 2019; Taqwin et al., 2022). Namun, masih terdapat ketidakpastian mengenai seberapa besar pengaruh pijat bayi terhadap penurunan stunting, terutama di daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi.

Di Indonesia, praktik pijat bayi telah dilakukan secara turun temurun. Namun, baru-baru ini, pijat bayi mendapatkan perhatian lebih sebagai salah satu upaya dalam intervensi kesehatan yang dapat dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan, termasuk rumah sakit (Suriyati, 2023). Pijat bayi memiliki efek langsung terhadap kesejahteraan fisik bayi, yang meliputi peningkatan kualitas tidur, penurunan tingkat kecemasan, dan peningkatan berat badan (Ajeng & Oktaviani, 2024). Meskipun demikian, manfaat jangka panjang, terutama dalam mengurangi angka stunting, masih memerlukan lebih banyak bukti penelitian untuk membuktikan sejauh mana intervensi pijat bayi dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap pencegahan stunting (Suriyati, 2023).

Salah satu variabel penting yang perlu dianalisis dalam penelitian ini adalah pertumbuhan bayi, khususnya peningkatan berat badan bayi setelah diberikan pijat bayi. Pertumbuhan bayi yang optimal sangat dipengaruhi oleh gizi yang cukup, selain faktor lainnya seperti stimulasi fisik dan mental yang diterima bayi. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada pengukuran berat badan bayi sebagai indikator dari keberhasilan pijat bayi dalam meningkatkan pertumbuhannya. Pijat bayi yang dilakukan secara rutin dapat

meningkatkan aliran darah dan oksigen ke seluruh tubuh, yang pada gilirannya berpotensi mempercepat proses pertumbuhan dan perkembangan bayi (Sanputri et al., 2019).

Oleh karena itu, upaya untuk mengurangi stunting harus melibatkan berbagai pendekatan, termasuk intervensi berbasis holistik komplementer dengan penggunaan metode stimulasi fisik yang efektif seperti pijat bayi. Meskipun pijat bayi telah terbukti bermanfaat dalam meningkatkan berat badan bayi, dampaknya terhadap penurunan angka stunting masih perlu dieksplorasi lebih lanjut, terutama di daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat pengaruh pijat bayi dalam meningkatkan pertumbuhan berat badan pada bayi di RS Awet Muda Narmada, Kabupaten Lombok Barat?”, dengan tujuan untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan dan kesehatan berat badan bayi di RS Awet Muda Narmada, Lombok Barat.

KAJIAN PUSTAKA

Teori dan Konsep Baby Massage

Baby Massage atau pijat bayi adalah terapi sentuhan yang telah dikenal sejak ribuan tahun yang lalu dan dilakukan hampir di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Pijat bayi melibatkan teknik sentuhan lembut yang diberikan oleh orang tua atau terapis pada tubuh bayi, yang memiliki banyak manfaat fisik dan emosional. Penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan bonding antara ibu dan bayi, memperbaiki kualitas tidur, serta meningkatkan berat badan dan daya tahan tubuh bayi. Pijat bayi juga berfungsi untuk

merangsang sistem saraf bayi, memperlancar peredaran darah, dan meningkatkan pengembangan fisik serta emosional bayi. Mekanisme fisiologisnya melibatkan rangsangan pada ujung saraf kulit yang mempengaruhi otak, sistem pernapasan, serta hormon yang mendukung pertumbuhan tubuh (Sanputri et al., 2019; Taqwin et al., 2022).

Manfaat Baby Massage

Pijat bayi memiliki manfaat yang luas, antara lain meningkatkan kualitas tidur bayi, mengurangi kecemasan, serta memperbaiki sistem pencernaan dan peredaran darah. Pemijatan secara rutin dapat meningkatkan berat badan bayi dan mendukung pertumbuhannya yang optimal. Selain itu, pijat bayi juga meningkatkan produksi ASI, memperlancar ikatan emosional antara ibu dan bayi, serta meningkatkan daya tahan tubuh bayi terhadap infeksi. Pijat bayi yang dilakukan dengan benar dapat memberikan rasa nyaman dan tenang pada bayi, yang penting untuk perkembangan fisik dan mentalnya (Prastiwi & Alindawati, 2022; Sanjaiban et al., 2025).

Signifikansi dan Kontribusi

Stimulasi melalui pijat bayi memiliki potensi signifikan dalam mendukung kesehatan bayi, terutama dalam mengatasi masalah stunting yang masih tinggi di Indonesia, khususnya di NTB. Pijat bayi tidak hanya mempercepat proses pertumbuhan fisik bayi, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan emosional dan mental yang sehat, yang esensial pada 1.000 hari pertama kehidupan. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi, memperbaiki pola tidur, serta meningkatkan daya tahan tubuh.

Dengan meningkatnya status gizi melalui pijat bayi, diharapkan dapat mengurangi faktor risiko yang menyebabkan stunting, sehingga memberikan kontribusi dalam pencapaian tujuan nasional untuk mengurangi angka stunting di Indonesia.

Selain itu, terapi pijat bayi ini menawarkan solusi yang dapat diterapkan secara luas dan sederhana, baik di rumah maupun di fasilitas kesehatan, tanpa memerlukan peralatan medis yang rumit. Ini membuka peluang bagi tenaga kesehatan, seperti bidan dan pengasuh, untuk menyebarkan manfaat pijat bayi sebagai bagian dari upaya promotif dalam meningkatkan kesehatan bayi. Melalui intervensi ini, diharapkan ada perbaikan dalam kualitas hidup bayi, yang pada gilirannya dapat mendukung pencapaian pertumbuhan yang optimal dan mengurangi risiko gangguan kesehatan jangka panjang akibat stunting.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen, yang bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi, khususnya dalam peningkatan berat badan dan penurunan risiko stunting. Dalam desain ini, peneliti melakukan intervensi berupa pijat bayi pada bayi baru lahir di Rumah Sakit Awet Muda Narmada, Kabupaten Lombok Barat, Provinsi NTB, dengan pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Pengukuran utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah peningkatan berat badan bayi, yang digunakan sebagai indikator dari peningkatan pertumbuhan bayi yang sehat.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi yang lahir di Rumah Sakit Awet Muda Narmada, Lombok Barat, antara bulan Desember tahun 2024 hingga bulan Maret tahun 2025. Kriteria **inklusi** meliputi; bayi yang sehat, bugar, dan bersedia untuk dipijat, serta tidak memiliki komplikasi saat persalinan. Adapun **kriteria eksklusi** mencakup; ibu yang tidak bersedia menjadi responden, dan bayi dengan komplikasi seperti berat badan lahir rendah (BBLR) dan post-asfiksia. Sampel yang diambil dari populasi ini berjumlah 305 bayi, yang akan dipantau tumbuh kembangnya setelah diberikan intervensi pijat bayi selama periode penelitian.

Proses Intervensi

Pelaksanaan intervensi dalam penelitian ini dilakukan melalui pijat bayi yang dilakukan pada bayi baru lahir setelah mandi selama masa hospitalisasi di Rumah Sakit. Ibu-ibu yang terlibat dalam penelitian ini akan diberikan panduan tentang cara pelaksanaan pijat bayi melalui modul yang telah disiapkan oleh tim peneliti. Modul aplikasi ini memuat gambar tutorial mengenai teknik pijat bayi yang benar, serta informasi terkait pencegahan stunting, grafik kenaikan berat badan sesuai standar WHO, dan cara memantau perkembangan bayi secara mandiri.

Ibu yang mengikuti intervensi akan mencatat hasil perkembangan bayi, termasuk kenaikan berat badan, di dalam modul. Data berat badan yang diinput oleh ibu kemudian akan dipantau oleh bidan yang bertugas di Rumah Sakit Awet Muda Narmada.

Alat Ukur / Instrumen

Instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah modul aplikasi pijat bayi yang dirancang

khusus untuk memantau dan mencatat perkembangan bayi selama intervensi pijat bayi. Modul aplikasi ini memiliki beberapa kegunaan, antara lain: Pencatatan Berat Badan; Panduan Pijat Bayi; modul ini juga dilengkapi dengan gambar tutorial dan instruksi langkah demi langkah untuk membantu ibu dalam melakukan teknik pijat bayi yang benar; dan Lembar observasi yang digunakan untuk mencatat tindak lanjut perkembangan bayi dan apakah ada perubahan signifikan terkait berat badan bayi.

Uji Layak Etik

Sebelum proses penelitian dilaksanakan, uji layak etik dilakukan untuk memastikan bahwa semua prosedur yang diambil dalam penelitian ini mematuhi Standar Etik Penelitian yang berlaku. Penelitian ini melibatkan bayi sebagai subjek penelitian, sehingga sangat penting untuk mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian di Rumah Sakit Awet Muda Narmada serta persetujuan tertulis dari orang tua atau wali bayi yang terlibat. Hal-hal yang diuji dalam uji etik antara lain: Persetujuan Informasi (*Informed Consent*) Orang tua atau wali bayi yang terlibat dalam penelitian.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan metode statistik dengan program SPSS 24, adapun beberapa uji hasil penelitian meliputi;

Uji Statistik Deskriptif: Digunakan untuk menggambarkan karakteristik sampel, seperti usia ibu, tingkat pendidikan, berat badan bayi sebelum dan setelah intervensi.

Uji Chi-Square: Digunakan untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel kategorikal, seperti jenis kelamin bayi, usia ibu, dan tingkat pendidikan ibu, dengan perkembangan berat badan bayi

setelah intervensi. Hasil dari analisis data ini akan digunakan untuk menarik kesimpulan mengenai

pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan pertumbuhan bayi.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden ibu bayi (Usia, Pendidikan, Jumlah Kehamilan, Komplikasi dan Kesehatan bayi) (n=305).

Karakteristik responden	Jumlah	Persentase (%)
A. Usia Ibu		
< 20 tahun	16	5,2
20-35 tahun	275	90,2
> 35 tahun	14	4,6
B. Pendidikan Ibu		
SMP	1	0,3
SMA/Sederajat	156	51,1
Perguruan Tinggi	148	48,5
C. Gravida (Jumlah kehamilan)		
1-3	286	93,8
>3	19	6,2
D. Komplikasi Kehamilan		
Ada	3	1,0
Tidak Ada	302	99,0
E. Status Kesehatan Bayi		
Sehat (BB 2500-4000 gr)	279	91,5
Tidak Sehat (BB <2500 gr atau >4000 gr)	26	8,5

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kelompok usia produktif, yaitu 20-35 tahun (90,2%). Kelompok usia <20 tahun sebesar 5,2%, dan kelompok usia >35 tahun sebanyak 4,6%. Hal ini menggambarkan mayoritas responden dalam penelitian ini berada dalam kategori usia ideal untuk kehamilan dan persalinan. Selanjutnya, sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA/Sederajat (51,1%) dan perguruan tinggi (48,5%), yang menunjukkan bahwa latar belakang pendidikan ibu secara umum cukup baik dan dapat mendukung pemahaman terhadap informasi kesehatan. Mayoritas ibu juga memiliki riwayat kehamilan (gravida) 1-3 kali sebesar 93,8%, mengindikasikan pengalaman

kehamilan yang relatif rendah hingga sedang. Hampir seluruh responden tidak mengalami komplikasi selama kehamilan (99,0%), mencerminkan kondisi kesehatan ibu yang secara umum baik.

Berkaitan dengan status kesehatan bayi, mayoritas bayi yang dilahirkan dalam kategori sehat dengan berat badan antara 2500-4000 gram sebanyak 279 bayi (91,5%), sedangkan bayi dengan berat badan tidak sehat (<2500 gram atau >4000 gram) sebanyak 26 bayi (8,5%). Data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar bayi dalam penelitian ini lahir dengan status kesehatan baik, meskipun tetap ditemukan sebagian kecil bayi dengan risiko kesehatan tertentu terkait berat badan lahir.

Secara keseluruhan, karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan kondisi demografi yang ideal dan mendukung pelaksanaan intervensi kesehatan berupa pijat bayi. Kondisi

ini diharapkan mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pertumbuhan bayi di RS Awet Muda Lombok Barat.

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat (Uji Chi-Square) Pengaruh Karakteristik Ibu terhadap Kesehatan Bayi (n=305).

Variabel	Kategori	Kesehatan Bayi Sehat (n,%)	Kesehatan Bayi Tidak Sehat (n,%)	p-value
Usia Ibu	< 20 tahun	14 (5,0%)	2 (7,7%)	0,440
	20-35 tahun	253 (90,7%)	22 (84,6%)	
	> 35 tahun	12 (4,3%)	2 (7,7%)	
Pendidikan Ibu	SMP	0 (0%)	1 (3,8%)	0,086
	SMA/Sederajat	140 (50,2%)	16 (61,5%)	
	Perguruan Tinggi	139 (49,8%)	9 (34,7%)	
Gravida	1-3	262 (93,9%)	24 (92,3%)	0,599
	>3	17 (6,1%)	2 (7,7%)	
Komplikasi Kehamilan	Ada	0 (0%)	3 (11,5%)	0,000
	Tidak Ada	279 (100%)	23 (88,5%)	
Status Kesehatan Bayi (BB)	Sehat (BB 2500-4000 gr)	279 (91,5%)	0 (0%)	0,000
	Tidak Sehat (BB <2500gr atau >4000gr)	0 (0%)	26 (8,5%)	

Tabel 2 menampilkan hasil analisis bivariat untuk menguji pengaruh karakteristik ibu terhadap status kesehatan bayi menggunakan uji statistik Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil analisis, usia ibu (p-value = 0,440), tingkat pendidikan ibu (p-value = 0,086), dan jumlah kehamilan atau gravida (p-value = 0,599) tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap status kesehatan bayi. Sebaliknya, variabel komplikasi selama kehamilan menunjukkan pengaruh signifikan terhadap status kesehatan bayi dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($<0,05$), yang berarti komplikasi selama kehamilan merupakan faktor penting yang berpotensi menyebabkan gangguan kesehatan bayi, termasuk risiko terjadinya

stunting. Status Kesehatan Bayi (BB) berdasarkan pengukuran berat badan menunjukkan bahwa bayi dengan berat badan lahir normal (2500-4000 gram) sebagian besar tercatat sehat (91,5%), sedangkan bayi dengan berat badan lahir yang tidak sehat (kurang dari 2500 gram atau lebih dari 4000 gram) hanya mencatatkan 8,5% kasus. Hasil analisis menunjukkan p-value sebesar 0,000, yang berarti ada pengaruh signifikan terhadap status kesehatan bayi berdasarkan berat badan lahir. Bayi dengan berat badan lahir rendah atau lebih dari 4000 gram berpotensi mengalami gangguan kesehatan, termasuk risiko stunting, karena berat badan yang tidak optimal dapat mempengaruhi tumbuh kembang bayi.

Hasil ini menegaskan perlunya perhatian khusus terhadap bayi yang lahir dengan komplikasi, seperti bayi berat badan lahir rendah (BBLR) atau post asfiksia, yang memerlukan pengawasan dan penanganan medis khusus. Oleh karena itu, pijat bayi tidak disarankan pada bayi dengan kondisi berat badan lahir yang tidak sehat tanpa pengawasan yang lebih intensif. Penggunaan modul pijat

bayi berbasis digital yang berisi informasi tumbuh kembang bayi serta panduan teknik pijat bayi dapat mendukung ibu dalam memantau perkembangan bayi secara mandiri di rumah, sehingga membantu menurunkan risiko stunting.

PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa komplikasi kehamilan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan bayi, sementara variabel lainnya, seperti usia ibu, pendidikan ibu, dan jumlah kehamilan (gravida), tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Berdasarkan analisis menggunakan Uji Chi-Square, komplikasi kehamilan menghasilkan p-value sebesar 0,000, yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara komplikasi kehamilan dan kondisi kesehatan bayi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa komplikasi seperti preeklamsia, diabetes gestasional, dan infeksi selama kehamilan dapat menghambat pertumbuhan bayi, bahkan berisiko menyebabkan gizi buruk dan stunting (Sanputri et al., 2019; Taqwin et al., 2022). WHO juga mengungkapkan bahwa komplikasi selama kehamilan mempengaruhi perkembangan fisik bayi dalam kandungan dan dapat berkontribusi pada masalah kesehatan jangka panjang setelah kelahiran, termasuk stunting (WHO & UNICEF, 2023; World Health Organization, 2014).

Sementara itu, variabel lain seperti usia ibu dan pendidikan ibu tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan bayi dalam penelitian ini. Sebagian besar

ibu dalam penelitian ini berada dalam rentang usia 20-35 tahun, yang merupakan usia reproduksi sehat, sehingga dapat menjelaskan mengapa usia ibu tidak mempengaruhi kesehatan bayi secara signifikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa usia ekstrem, baik sangat muda (<20 tahun) maupun lebih tua (>35 tahun), memang berisiko terhadap komplikasi kehamilan dan kelahiran bayi dengan masalah kesehatan, seperti BBLR atau stunting (Prastiwi & Alindawati, 2022). Namun, pada penelitian ini, mayoritas ibu berada dalam kelompok usia yang dianggap ideal untuk kehamilan, yang mungkin menjelaskan hasil yang tidak signifikan pada variabel usia ibu.

Begitu pula dengan pendidikan ibu. Meskipun ibu dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan lebih tentang perawatan bayi dan pencegahan masalah kesehatan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan ibu tidak berhubungan signifikan dengan kesehatan bayi dalam konteks penelitian ini (Augustine & Prickett, 2016). Psaki (2019) menyatakan bahwa ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi memiliki kecenderungan lebih baik dalam memberikan ASI eksklusif dan memahami perawatan bayi yang baik. Namun, dalam penelitian ini,

meskipun terdapat perbedaan tingkat pendidikan, pengaruhnya terhadap kesehatan bayi tidak tampak signifikan (Psaki et al., 2019). Faktor lain, seperti akses ke fasilitas kesehatan dan dukungan sosial, mungkin memiliki peran yang lebih besar dalam hal ini.

Sementara itu, terkait dengan pijat bayi, hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi memiliki dampak positif terhadap peningkatan berat badan bayi, yang merupakan indikator penting dari pertumbuhan yang sehat. Pijat bayi yang dilakukan secara rutin dapat memperbaiki peredaran darah, merangsang sistem saraf, dan meningkatkan kualitas tidur bayi, yang semuanya mendukung pertumbuhan fisik bayi. Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini, di mana Roesli (2018) mengungkapkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi, memperbaiki pola tidur, dan mendukung perkembangan fisik dan emosional bayi. Pijat bayi juga berperan dalam memperlancar hubungan emosional antara ibu dan bayi, yang berkontribusi pada perasaan aman dan nyaman bagi bayi, yang penting untuk perkembangan otak dan fisiknya.

Meskipun penelitian ini tidak mengukur stunting secara langsung, peningkatan berat badan bayi sebagai indikator kesehatan menunjukkan bahwa pijat bayi dapat berfungsi sebagai salah satu strategi untuk mencegah stunting (Ajeng & Oktaviani, 2024; Suriyati, 2023). Stunting adalah kondisi jangka panjang yang terjadi akibat kurangnya asupan gizi yang memadai selama periode kritis pertumbuhan, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan (Prastiwi & Alindawati, 2022). Penelitian oleh Sartika (2019) mengungkapkan bahwa stimulasi fisik yang tepat, seperti pijat bayi, dapat memperbaiki status gizi bayi

dan mencegah stunting, meskipun penelitian lebih lanjut dibutuhkan untuk membuktikan pengaruhnya secara langsung terhadap penurunan angka stunting (Rakhmawati et al., 2024).

Secara keseluruhan, melalui penelitian ini mengkonfirmasi bahwa pijat bayi memiliki manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan bayi, terutama melalui peningkatan berat badan, yang dapat berkontribusi pada pencegahan stunting. Terapi pijat meningkatkan aliran darah, memperbaiki fungsi pencernaan, serta mendukung perkembangan fisik dan emosional bayi (Sari et al., 2022b). Meskipun penelitian ini tidak mengukur stunting secara langsung, peningkatan berat badan bayi menjadi indikator penting dalam mencegah kondisi tersebut. Penelitian ini memberikan bukti bahwa pijat bayi bisa menjadi intervensi yang sederhana namun efektif dalam meningkatkan status gizi bayi dan dapat berkontribusi pada pencegahan stunting di wilayah dengan prevalensi stunting yang tinggi seperti NTB.

Namun, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, penelitian ini hanya mengukur berat badan bayi sebagai indikator kesehatan dan pertumbuhan, tanpa mengukur tinggi badan atau parameter lain yang dapat lebih langsung menunjukkan status stunting. Kedua, meskipun penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Awet Muda Narmada, yang merupakan fasilitas kesehatan yang terjangkau bagi banyak keluarga di Lombok Barat, jumlah sampel yang terbatas (305 ibu) dapat mempengaruhi generalisasi hasil penelitian ke populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menguji hubungan langsung antara pijat bayi dan penurunan

stunting, dengan menggunakan indikator stunting seperti tinggi badan dan indikator gizi lainnya.

Mengingat keterbatasan dalam pengukuran stunting secara langsung dalam penelitian ini, disarankan untuk melakukan penelitian longitudinal dengan sampel yang lebih besar, yang tidak hanya mengukur berat badan bayi, tetapi juga tinggi badan dan indikator gizi lainnya yang dapat menunjukkan status stunting. Penelitian lebih lanjut juga perlu mempertimbangkan variabel-variabel lain, seperti sumber daya sosial dan ekonomi keluarga, yang mungkin mempengaruhi hasil pertumbuhan bayi. Dengan demikian, riset lebih lanjut dapat memperkuat bukti mengenai pengaruh pijat bayi sebagai intervensi pencegahan stunting dan meningkatkan kebijakan kesehatan berbasis bukti di Indonesia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pijat bayi memiliki pengaruh yang positif terhadap pertumbuhan bayi, terutama dalam meningkatkan berat badan bayi. Meskipun penelitian ini tidak mengukur stunting secara langsung, peningkatan berat badan bayi yang signifikan dapat berkontribusi pada pencegahan stunting, mengingat berat badan yang optimal merupakan salah satu faktor penting dalam mencegah masalah pertumbuhan jangka panjang seperti stunting.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa komplikasi kehamilan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan bayi, dengan bayi yang lahir dari ibu yang mengalami komplikasi berisiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan, termasuk gangguan pertumbuhan. Pijat bayi, yang

dilakukan dengan teknik yang tepat, dapat meningkatkan aliran darah, memperbaiki kualitas tidur, dan memberikan rasa nyaman bagi bayi, yang semuanya berperan dalam mendukung pertumbuhan yang sehat. Oleh karena itu, pijat bayi dapat dianggap sebagai salah satu intervensi preventif yang efektif untuk meningkatkan status gizi bayi dan membantu mengurangi risiko stunting di daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi, seperti NTB. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal pengukuran stunting secara langsung, dan penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi hubungan antara pijat bayi dan penurunan stunting dengan menggunakan indikator lain seperti tinggi badan dan deteksi dini stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Adair, L. S., Carba, D. B., Lee, N. R., & Borja, J. B. (2021). Stunting, Iq, And Final School Attainment In The Cebu Longitudinal Health And Nutrition Survey Birth Cohort. *Economics And Human Biology*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2021.100999>
- Ajeng, A., & Oktaviani, I. (2024). Edukasi Pijat Bayi Untuk Pencegahan Stunting Dan Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak. *Community Services And Social Work Bulletin*. <https://doi.org/10.31000/cswb.v3i2.10291>
- Apriani, L. A., Hidayati, D. U., Yulastini, F., Fajriani, E., & Wiguna, R. I. (2023). Penyuluhan Kesehatan "Genting" (Gizi Seimbang Dan Stunting) Pada Ibu Hamil Di Desa Babussalam. *Martabe : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(6), 2166-2174.

- [Http://Jurnal.Um-Tapsel.Ac.Id/Index.Php/Martabek/Article/View/11688](http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabek/article/view/11688)
- Augustine, J., & Prickett, K. (2016). Maternal Education And Investments In Children's Health. *Journal Of Marriage And The Family*, 78 1, 7-25. <https://doi.org/10.1111/jomf.12253>
- Dinkes Provinsi Ntb. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat. In *Dinas Kesehatan Provinsi Ntb* (Issue July).
- Kemkes Ri. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/ski/ketersediaan-data/ski-2023>
- Munir, Z., & Audyna, L. (2022). Pengaruh Edukasi Tentang Stunting Terhadap Pemgetahuan Dan Sikap Ibu Yang Mempunyai Anak Stunting. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 10(2), 29-54. <https://doi.org/10.33650/jkp.v10i2.4221>
- Prastiwi, I., & Alindawati, R. (2022). Analyzing The Effect Of Increasing Growth And Motoric Development Of Infants Aged 6-11 Months Who Are At Risk Of Stunting With Baby Spa Treatment. *Jurnal Kebidanan Kestra* (Jkk). <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1344>
- Psaki, S., Chuang, E., Melnikas, A., & Mensch, B. (2019). Evidence For Causal Links Between Education And Maternal And Child Health: Systematic Review. *Tropical Medicine & International Health*, 24, 504-522. <https://doi.org/10.1111/tmi.13218>
- Rakhmawati, W., Mediani, H., Dhamayanti, M., Maryati, I., Setiawan, A., Hendrawati, S., Maryam, N., Hasanah, A., Mulyana, A., Mariani, D., & Rochimat, I. (2024). Potential Of Massage Therapy For Improved Growth And Development Among Infants Under 9 Months: A Systematic Scoping Review Of Intervention Type, Technique, And Outcome. *Journal Of Multidisciplinary Healthcare*, 17, 3931-3943. <https://doi.org/10.2147/jmdh.s475731>
- Sadler, K., James, P. T., Bhutta, Z. A., Briend, A., Isanaka, S., Mertens, A., Myatt, M., O'brien, K. S., Webb, P., Khara, T., & Wells, J. C. (2022). How Can Nutrition Research Better Reflect The Relationship Between Wasting And Stunting In Children? Learnings From The Wasting And Stunting Project. *Journal Of Nutrition*, 152(12), 2645-2651. <https://doi.org/10.1093/jn/nxac091>
- Sanjaiban, M., Weerakul, J., Bhumipraphat, M., Apiraknapanon, Y., Tipsuwan, S., & Intasen, S. (2025). The Effects Of Infant Massage Therapy On Preterm Neonatal Outcomes: A Clinical Trial. *International Journal Of Pediatrics*, 2025. <https://doi.org/10.1155/ijpe/2451284>
- Sanputri, Y. R., Defrin, & Elliyanti, A. (2019). Analysis Of Massage Effect On Infant's Growth And Development. *International Journal Of Research*, 6, 306-313. <https://consensus.app/papers/analysis-of-massage-effect-on-infant-growth-and-sanputri-defrin/6f646e72fee351cb8a3d7116457690c4/>

- Sari, D. M., Sinaga, W. N., Yun, D. C., Pangaribuan, I., Dewi, E. R., & Tarigan, E. F. (2022a). Implementation Of Baby Massage For Baby's Weight Gain In Babies Age 2-6 Months. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*. <https://doi.org/10.33860/jpb.n.V2i2.1115>
- Sari, D. M., Sinaga, W. N., Yun, D. C., Pangaribuan, I., Dewi, E. R., & Tarigan, E. F. (2022b). Implementation Of Baby Massage For Baby's Weight Gain In Babies Age 2-6 Months. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*. <https://doi.org/10.33860/jpb.n.V2i2.1115>
- Ssentongo, P., Ssentongo, A. E., Ba, D. M., Ericson, J. E., Na, M., Gao, X., Fronterre, C., Chinchilli, V. M., & Schiff, S. J. (2021). Global, Regional And National Epidemiology And Prevalence Of Child Stunting, Wasting And Underweight In Low- And Middle-Income Countries, 2006-2018. *Scientific Reports*, 11(1), 1-12. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-84302-w>
- Sudfeld, C., Young, M., Herekar, V., Pote, A., Tuller, D., Bakari, M., Mokhtar, R., Nyirenda, F., Lee, A., Phiri, M., Msimuko, K., Misra, S., Caruso, B., Lugangira, K., Vernekar, S., Somji, S., Saidi, F., Velasquez, E., Shamanur, L., ... Semrau, K. (2023). Feeding Practices And Growth Patterns Of Moderately Low Birthweight Infants In Resource-Limited Settings: Results From A Multisite, Longitudinal Observational Study. *Bmj Open*, 13. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-067316>
- Suriyati. (2023). *Edukasi Pencegahan Stunting Dengan Pendekatan Terapi Komplementer Stunting Prevention Education With Complementary Therapeutic Approach*. <https://api.semanticscholar.org/corpusid:260309254>
- Taqwin, T., Radhiah, S., Ramadhan, K., Kusika, S. Y., Bohari, B., & Linda, L. (2022). The Effectiveness Of Baby Massage In Stunting Prevention: Study Based On Body Length Gain In Infants Aged 0-3 Months. *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8906>
- Verma, P., & Prasad, J. B. (2021). Stunting, Wasting And Underweight As Indicators Of Under-Nutrition In Under Five Children From Developing Countries: A Systematic Review. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 15(5), 102243. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2021.102243>
- Who, & Unicef. (2023). *Joint Child Malnutrition Estimates (Jme) – Levels And Trends - 2023 Edition*. <https://data.unicef.org/resources/jme-report-2023/>
- World Health Organization. (2014). *Who Global Database On Child Growth And Malnutrition. In World Health Organization Geneva*. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/63750/who_nut_97.4.pdf