

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan Tentang Pijat Bayi

1. Pengertian

Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan pancainderanya. Pengetahuan sangat berbeda dengan kepercayaan (*belief*), takhayul (*superstition*), dan penerangan yang keliru (*misinformation*). Pengetahuan juga merupakan, hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (misalnya perilaku karena paksaan atau adanya aturan wajib) (Mubarak, 2018). Teori *Health Belief Model* yang menjelaskan bahwa pengetahuan mempengaruhi persepsi manfaat, risiko, dan efektivitas dari suatu tindakan kesehatan. Ibu yang mengetahui manfaat pijat bayi akan cenderung merasa bahwa tindakan tersebut bernilai dan aman dilakukan (AIPKIND, 2024).

Menurut Wulandari dkk., (2025) menunjukkan alat indra pendengaran dan pengelihatannya merupakan sumber sebagian besar pengetahuan manusia, serta faktor utama yang membentuk tindakan seseorang adalah pengetahuan. Menurut Sari dkk., (2023) pengetahuan ibu tentang pijat bayi meliputi pengertian pijat bayi, tujuan pijat bayi, manfaat pijat bayi, tehnik pijat bayi, frekuensi pemijatan, dan waktu pemijatan. Pijat bayi dapat segera dilakukan pada bayi baru lahir normal. Bayi baru lahir normal merupakan neonatus yang lahir pada usia kehamilan 37-42

minggu, berat badan 2500-4000 gram, menangis spontan, serta memiliki nilai APGAR >7.

2. Komponen Pengetahuan tentang Pijat Bayi

a. Pengertian pijat bayi

Pijat bayi biasa disebut dengan *stimulus touch*. Pijat bayi dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Pijat bayi sudah dikenal sejak berabad-abad yang lalu, pada berbagai bangsa dan kebudayaan, dengan berbagai bentuk terapi dan tujuan. Pijat bayi merupakan pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan kulit yang berdampak luar biasa (Prasetya, 2024).

Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu teknik pengobatan penting. Menurut penelitian modern, pijat bayi secara rutin akan membantu tumbuh kembang fisik dan emosi bayi, di samping mempertahankan kesehatannya. Manfaat pijat bayi tidak hanya dirasakan oleh bayi saja, tapi demikian juga oleh ibu. Pijatan bayi merupakan rangsangan/ *stimulasi taktil, kinestetik*, komunikasi verbal dan perwujudan rasa cinta kasih orang tua terhadap bayi. Pijatan berpengaruh positif terhadap tumbuh kembang bayi sehingga stimulasi pijat seharusnya dilakukan oleh ibu ataupun ayah dari bayi (Prananingrum, 2017). Pijat bayi (*Baby massage*) atau disebut *stimulus touch* adalah pijatan yang secara lembut dan berirama, dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi yang diberikan pada bayi diawali dengan sentuhan secara bertahap ditingkatkan tekanannya sesuai dengan usia bayi (Karim dkk., 2021).

b. Tujuan Pijat Bayi

Tujuan utama pijat bayi untuk meningkatkan kesehatan fisik dan emosional bayi melalui stimulasi sentuhan, mempererat *bonding* (ikatan) orang tua-anak, meningkatkan kualitas tidur, merangsang nafsu makan/berat badan, serta memperlancar peredaran darah dan pencernaan (Yanti dan Indralia, 2021). Menurut Rahmah dkk., (2025) tujuan dan manfaat pijat bayi yaitu:

1) Meningkatkan Ikatan Batin (*Bonding*)

Memperkuat hubungan kasih sayang antara orang tua dan bayi, mengurangi stres, serta meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam merawat bayi.

2) Meningkatkan Pertumbuhan dan Berat Badan

Merangsang saraf vagus untuk meningkatkan penyerapan makanan, yang berdampak pada peningkatan berat badan.

3) Meningkatkan Kualitas Tidur

Membantu bayi lebih *rileks*, tidur lebih nyenyak, dan jarang rewel.

4) Meningkatkan Kesehatan Fisik

Melancarkan peredaran darah, merangsang sistem pernapasan, meningkatkan daya tahan tubuh (*imunitas*), serta mengurangi kembung atau kolik.

5) Mendukung Perkembangan Motorik

Memperkuat otot dan persendian serta meningkatkan koordinasi tubuh.

6) Manfaat Psikologis

Memberikan rasa aman, nyaman, dan mengurangi risiko bayi mengalami stres atau masalah emosional.

c. Manfaat Pijat Bayi

Berikut manfaat pijat bayi yang diberikan pada bayi (Yanti dan Indralia, 2021):

1) Kematangan motorik kasar dan halus

Pijat bayi dapat membantu pertumbuhan panjang badan dan berat badan bayi serta memberikan manfaat *stimulasi* untuk membantu kematangan motorik kasar, motorik halus, sosial adaptif dan meningkatkan kuantitas tidur bayi (Azizah dan Purwati, 2025; Olavianty dkk., 2024)

2) Meningkatkan kualitas tidur bayi

Menurut Penelitian Rahmah dkk., (2025) menyatakan bahwa pijat bayi secara efektif dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk memperkuat ikatan batin dan meningkatkan kualitas tidur usia 0-6 bulan.

3) Meningkatkan *bonding* antara bayi dan ibu

Menurut penelitian Indriyani dkk., (2018) Sentuhan termasuk juga dalam hal ini adalah pijat bayi, dapat mempercepat hubungan kasih sayang (*bonding attachment*) antara ibu dan anak.

4) Berat badan meningkat

Menurut Carolin dkk., (2020) menyebutkan bahwa setelah dilakukan pijat bayi pada bayi BBLR selama 5 hari berturut-turut di PMB Wirahayu, Panjang, Bandar Lampung menunjukkan perubahan berat badan yang bermakna ($P=0.000$). Hal ini berarti bahwa terapi pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi.

5) Waktu dan frekuensi pijat bayi

Menuru Setiawandari (2019) waktu yang tepat untuk pijat bayi adalah:

a) Pagi hari

Pemijatan dapat dilakukan pagi hari sebelum mandi, sebab sisa-sisa minyak pijat akan lebih mudah dibersihkan, selain itu pemijatan pada pagi hari memberikan nuansa ceria bagi bayi.

b) Malam hari

Pemijatan malam hari sangatlah baik. Sebab, setelah pemijatan biasanya bayi akan santai dan mengantuk, hal ini berguna untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak.

Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan. Pemijatan dapat dilakukan setiap hari dari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6 - 7 bulan. Pijat sebaiknya dilakukan setidaknya 1-2 jam sebelum atau sesudah makan atau menyusui agar bayi tidak muntah atau merasa tidak nyaman. Frekuensi pijat bayi dapat dilakukan setiap hari atau 2 kali seminggu, dengan durasi sekitar 30 menit, dan sebanyak 6 hitungan pada setiap gerakan.

d. Teknik Dasar Pijat Bayi

Pijat bayi melibatkan sentuhan lembut dan terstruktur di berbagai area tubuh untuk menenangkan dan merangsang perkembangan bayi. Teknik dasarnya mencakup usapan berulang di kaki, perut, dada, tangan, wajah, dan punggung, menggunakan tekanan ringan hingga sedang yang disesuaikan dengan usia bayi.

Berikut teknik dasar pijat bayi (Yanti dan Indralia, 2021):

1) Kaki

a) Gerakan "Memerah Susu": Pegang pergelangan kaki bayi dengan satu tangan, sementara tangan lain mengusap lembut dari paha ke arah pergelangan kaki, seolah memerah susu. Lakukan bergantian dengan kedua tangan.

- b) Gerakan Memutar: Buat gerakan melingkar kecil dengan jari di telapak kaki, lalu usap punggung kaki ke arah jari-jari.
- 2) Perut
- a) Gerakan "*I Love U*": Gunakan ujung jari untuk membentuk huruf "I" di sisi kiri perut bayi, lalu huruf "L" terbalik, dan terakhir huruf "U" terbalik, untuk membantu pencernaan.
 - b) Usapan Lembut: Usap lembut perut bayi menggunakan telapak tangan secara bergantian dari atas ke bawah.
- 3) Dada
- a) Gerakan "Kupu-kupu": Letakkan kedua tangan di tengah dada bayi, lalu usap ke arah samping (bahu) seolah membuka lembaran buku.
 - b) Gerakan Menyilang: Pegang kedua pergelangan tangan bayi dan silangkan keduanya di dada secara lembut.
- 4) Tangan
- a) Gerakan "Memerah Susu": Sama seperti pada kaki, usap lembut tangan bayi dari bahu ke pergelangan tangan secara bergantian.
 - b) Pijat Telapak Tangan: Pijat lembut telapak tangan dan jari-jari bayi menggunakan ibu jari Anda.
- 5) Wajah
- a) Gerakan "Menyetrika Dahi": Letakkan jari-jari kedua tangan di tengah dahi, lalu tekan lembut ke arah samping (pelipis) seolah menyetrika.
 - b) Pijat Alis dan Pipi: Usap lembut area alis dan pipi menggunakan ibu jari dengan gerakan melingkar.

6) Punggung

- a) Posisi Tengkurap: Tengkurapkan bayi melintang di depan Anda.
- b) Gerakan Melingkar: Buat gerakan melingkar kecil di kedua sisi tulang punggung
- c) Gerakan Menggaruk Lembut: Gunakan kelima jari untuk membuat gerakan menggaruk ke bawah memanjang dari punggung atas ke pantat.
- e. Hal yang Perlu diperhatikan dalam pijat bayi

Pijat bayi sebaiknya dilakukan saat bayi bangun, sehat, dan tidak baru saja makan (jarak minimal 30-60 menit setelah makan) untuk mencegah muntah. Pastikan tangan bersih (kuku pendek), ruangan hangat, dan gunakan minyak bayi (baby oil/minyak kelapa). Lakukan gerakan lembut, pantau respons bayi, dan hentikan jika ia menangis atau tidak nyaman. Kontraindikasi pijat bayi yaitu:

- 1) Memijat langsung setelah selesai makan dimana setelah makan sebaiknya bayi jangan langsung dipijat karena bisa muntah
- 2) Memijat saat bayi tidur dimana bayi yang dipijat saat tidur akan mengganggu tidurnya karena bayi bisa terbangun dan rewel
- 3) Bayi dalam keadaan sakit dimana bayi dalam keadaan sakit atau demam sebaiknya tidak dilakukan pijat bayi karena akan meningkatkan suhu tubuh bayi
- 4) Memaksa bayi yang tidak mau dipijat bayi yang sedang tidak mau dipijat jika dipaksakan justru akan membuat bayi tidak nyaman dan menangis.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Berdasarkan teori *Health Belief Model* (HBM) yang dikembangkan oleh Hochbaum, Rosenstock, dan Becker, pengetahuan kesehatan seseorang tidak

berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh persepsi kognitif dan faktor modifikasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan kesehatan (dan akhirnya perilaku) menurut HBM meliputi:

1) Persepsi Individu (*Individual Perception*)

a) Persepsi Kerentanan (*Perceived Susceptibility*)

Keyakinan seseorang mengenai seberapa rentan atau berisiko mereka terkena penyakit atau masalah kesehatan tertentu.

b) Persepsi Keparahan (*Perceived Severity*)

Keyakinan seseorang mengenai seberapa serius dampak atau komplikasi dari penyakit tersebut jika tidak ditangani.

c) Gabungan Ancaman

Semakin tinggi persepsi kerentanan dan keparahan, semakin tinggi dorongan seseorang untuk mencari tahu (meningkatkan pengetahuan) tentang tindakan pencegahan.

2) Faktor Pengubah (*Modifying Factors*)

Faktor ini mempengaruhi pengetahuan seseorang melalui pengalaman dan paparan informasi:

a) Faktor Demografis

Usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan sosial ekonomi mempengaruhi kemampuan individu dalam menyerap informasi kesehatan.

b) Pengalaman

Pengalaman masa lalu terkait penyakit (baik diri sendiri maupun orang lain).

c) Sosial Budaya

Lingkungan sosial mempengaruhi informasi yang diterima.

3) Persepsi Tindakan (*Perceived Action*)

a) Persepsi Manfaat (*Perceived Benefits*)

Keyakinan individu bahwa perilaku kesehatan yang disarankan benar-benar akan membawa hasil positif atau manfaat. Pengetahuan akan meningkat jika seseorang yakin bahwa informasi kesehatan tersebut bermanfaat.

b) Persepsi Hambatan (*Perceived Barriers*)

Keyakinan individu mengenai hambatan atau aspek negatif dari tindakan kesehatan (seperti rasa takut, biaya, atau ketidaknyamanan). Hambatan yang tinggi dapat membuat seseorang enggan mencari tahu lebih lanjut.

4) Isyarat untuk Bertindak (*Cues to Action*)

Faktor ini memicu peningkatan pengetahuan secara instan, seperti:

- b) Penyuluhan/pendidikan kesehatan.
- c) Kampanye media massa atau media sosial.
- d) Adanya gejala fisik pada diri sendiri.
- e) Nasihat dari tenaga kesehatan, keluarga, atau teman.

5) Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Keyakinan atau rasa percaya diri seseorang bahwa mereka mampu melakukan tindakan untuk mengatasi masalah kesehatan. Tingginya efikasi diri mendorong seseorang untuk lebih proaktif mencari dan memahami informasi kesehatan.

4. Dampak dari pengetahuan

Pengetahuan merupakan salah satu pendorong seseorang untuk merubah perilaku atau mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan tentang pijat bayi merupakan faktor yang menentukan seorang ibu dapat merubah sikap negatif ke perilaku

positif. Semakin tinggi pengetahuan seseorang semakin mudah untuk menerima hal-hal yang baru, sebaliknya apabila pengetahuan kurang akan lebih sulit untuk bersikap dan bertindak serta pengetahuan merupakan hasil tahu yang didapatkan dari lima peninderaan individu seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman perabaan, dan perasa terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2017).

Pengetahuan yang perlu ibu ketahui mencakup pengertian pijat bayi, kapan waktunya memijat bayi, siapa saja yang boleh melakukan pijat bayi, apa yang perlu dipersiapkan ketika akan memijat bayi dan bagaimana langkah- langkah melakukan pijat bayi (Sinulingga & Patriani, 2023). Kategori tingkat pengetahuan responden berdasarkan hasil kuesioner dibagi sesuai presentase jawaban benar, yaitu : persentase 76%-100% pengetahuan dikategorikan baik, 56%-75% pengetahuan dikategorikan cukup, < 56% pengetahuan dikategorikan kurang (Arikunto, 2019).

B. Praktik Pijat Bayi

1. Pengertian

Praktik adalah suatu perbuatan mempraktekan suatu teori, metode, dan hal lain untuk mencapai tujuan tertentu dan untuk suatu kepentingan yang diinginkan oleh suatu kelompok atau golongan yang telah terencana dan tersusun sebelumnya (Prawita, 2018). Praktik pijat bayi merupakan cara mempraktikan pijat bayi dengan melalui teknik *stimulasi* sentuhan lembut yang bermanfaat meningkatkan relaksasi, kualitas tidur, dan ikatan emosional (*bounding*), serta memperlancar pencernaan bayi (Sinulingga dan Patriani, 2023).

2. Komponen praktik pijat bayi

Komponen Utama praktik Pijat Bayi berdasarkan *cek list* yaitu:

- a. Persiapan Alat dan Tempat:

- 1) Minyak Pijat: Menggunakan *baby oil*, *baby lotion*, atau minyak alami seperti *coconut oil* atau minyak wijen untuk melumasi kulit bayi.
 - 2) Alas/Matras: Alas kain yang lembut, bersih, dan nyaman.
 - 3) Perlengkapan Tambahan: Handuk, popok bersih, dan pakaian ganti.
 - 4) Lingkungan: Ruangan hangat, tenang, dan pencahayaan yang nyaman.
- b. Teknik Pijatan sesuai bagian tubuh
- 1) Kaki: Gerakan *milking* (memeras), *rolling* (menggulung), pijat telapak kaki, dan putar pergelangan kaki.
 - 2) Perut: Teknik "*I Love You*" (I-L-U) untuk pencernaan, gerakan mengayuh (*pedal*), dan *walking finger* (gerakan jalan jari).
 - 3) Dada: Gerakan *butterfly* (kupu-kupu) dan membuka buku.
 - 4) Tangan: *Milking* dan *rolling* dari bahu ke pergelangan tangan.
 - 5) Wajah: Pijatan lembut di dahi, alis, dan dagu untuk relaksasi.
 - 6) Punggung: Gerakan menyetrika, memutar, dan mengayun.

3. Tahapan pijat bayi

Menurut (Roesli, 2016) berikut ini adalah beberapa gerakan dalam pijat bayi

1) Kaki

a) Langkah 1. Pijat Memerah

Stimulasi pijatan memerah (seperti memerah susu sapi). Langkah pertama yang harus dilakukan adalah dengan melakukan stimulasi pijatan memerah yaitu seperti memerah susu sapi dengan cara memegang tungkai atas dengan tangan kanan, dan tangan kiri menggenggam tungkai bawah. Kemudian gerakkan tangan kanan dan kiri ke bawah dari pangkal paha ke tumit secara bergantian, L a k u k a n

gerakan ini secara berulang-ulang.



Gambar 1. Pijatan Memerah

Langkah 2. Stimulasi pijatan memeras

Melakukan stimulasi pijatan memeras dengan memutar dan memeras secara lembut dari pangkal paha ke pergelangan kaki dengan kedua tangan.



Gambar 2. Pijatan Memeras

Langkah 3. Stimulasi pijatan telapak dan punggung kaki

Melakukan stimulasi pijatan telapak dan punggung kaki dengan memijat seluruh permukaan telapak kaki mulai dari tumit ke arah jari-jari menggunakan kedua ibu jari. Lanjutkan memijat seluruh permukaan punggung kaki mulai dari tumit ke arah jari-jari menggunakan kedua ibu jari.



Gambar 3. Pijat Telapak dan Punggung kaki

Langkah 4. Stimulasi pijatan kaki

Melakukan stimulasi pijatan pada jari kaki dengan memijat lembut setiap jari kaki satu persatu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar dan mengakhirinya dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari kaki.



Gambar 4. Stimulasi Pijatan kaki

Langkah 5. Gerakan rileksasi

Langkah yang ke-5 yaitu dengan melakukan gerakan rileksasi pada kaki. Caranya dengan memegang kedua pergelangan kaki dan menyilangkan ke atas sehingga mata kaki kanan bagian luar bertemu dengan mata kaki kiri bagian dalam kemudian dorong kaki ke arah paha dan posisikan kembali pada posisi semula. Lanjutkan gerakan berkebalikan dengan gerakan tersebut. Lakukan langkah ini secara berulang-ulang.



Gambar 5. Rileksasi

2) Perut

a) Stimulasi pijatan mengayuh

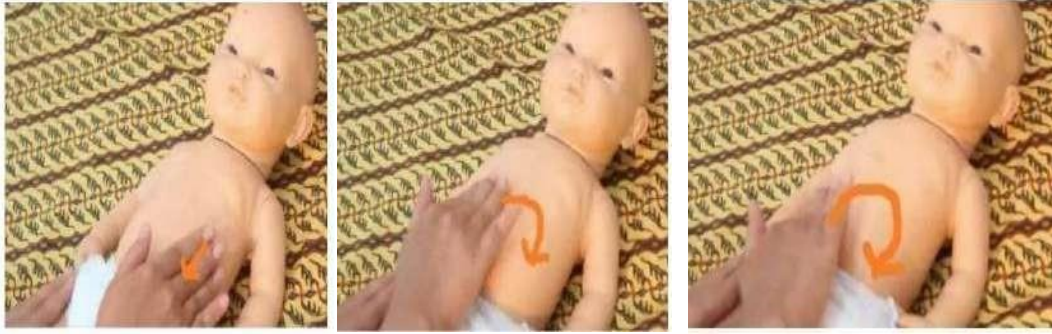
Letakkan telapak tangan di perut bagian atas (bawah tulang iga dan hati), kemudian gerakkan telapak tangan secara bergantian seperti mengayuh.



Gambar 6. Pijatan mengayuh

b) Stimulasi pijatan “*I LOVE U*”

Melakukan stimulasi pijatan “*I LOVE U*” dengan cara memijat dari perut kiri atas ke bawah perut menggunakan tiga ujung jari seperti membentuk huruf “I”, kemudian pijat dengan menggunakan tiga ujung jari tangan dari kanan atas ke kiri atas perut serta ke bawah membentuk huruf “L”, lanjutkan pijat mulai dari perut kanan bawah ke atas, dilanjutkan ke perut kiri atas menuju ke kiri bawah perut seolah-olah membentuk huruf “U” yang terbalik.



Gambar 7. Gerakan *I LOVE U*

3) Dada

a) Stimulasi pijatan kupu-kupu

Meletakkan kedua telapak tangan di tengah dada, kemudian gerakan ke dua tangan ke atas sampai di bawah leher kemudian ke samping, ke bawah dan kembali ke tengah tanpa mengangkat tangan menyerupai sayap kupu-kupu.



Gambar 8. Stimulasi pijatan kupu-kupu

4) Tangan

a) Stimulasi pijatan memerah (seperti memerah susu sapi)

Melakukan stimulasi pijatan memerah (seperti memerah susu sapi) dengan cara memegang lengan atas anak dengan menggunakan tangan kanan dan tangan kiri menggenggam lengan bawah. Secara bergantian dan berulang, gerakkan tangan kanan dan kiri ke bawah. Kemudian lakukan gerakan berkebalikan dari gerakan sebelumnya, mulai dari pergelangan tangan ke pangkal lengan.



Gambar 9. Stimulasi pijatan memerah

b) Stimulasi pijatan menggulung

Melakukan stimulasi pijatan menggulung dengan cara membuat gerakan seperti menggulung dengan kedua telapak tangan mulai dari pangkal lengan menuju pergelangan tangan.



Gambar 10. Stimulasi pijat menggulung

5) Wajah

a) Usapan muka - Mengusap wajah dimulai dari garis tengah wajah ke arah telinga dengan penuh kasih sayang.



Gambar 11. Usap muka

b) Stimulasi pijat alis

Memijat daerah di atas alis dari samping menggunakan kedua ibu jari



Gambar 12. Stimulasi pijat alis

c) Stimulasi pijat sudut mata

Memijat dari kedua sudut mata bagian dalam melewati pangkal hidung sampai tulang pipi dengan menggunakan ibu jari.



Gambar 13. Stimulasi pijat bayi

d) Stimulasi pijatan rahang

Mengakhiri stimulasi pijatan wajah dengan membuat lingkaran-lingkaran kecil dari bawah telinga, rahang, dan dagu menggunakan tiga jari.



Gambar 14. Stimulasi Pijat rahang

6) Punggung

a) Pijatan maju mundur

Melakukan pijatan maju mundur dengan cara menengkurapkan anak melintang di depan pemijat dengan kepala di sebelah kiri dan kaki di kanan pemijat. Letakkan telapak tangan tegak lurus terhadap tulang punggung anak kemudian lakukan gerakan maju mundur di sepanjang punggung dari leher sampai ke bokong.



Gambar 15. Pijatan maju mundur

b) Pijatan meluncur

Melakukan stimulasi pijatan meluncur dengan memposisikan telapak tangan tegak lurus terhadap tulang punggung anak, gerakkan telapak tangan lurus dari atas ke bawah dari leher sampai bokong.



Gambar : 16 Pijatan meluncur

c) Pijatan mengayuh

Melakukan stimulasi pijatan mengayuh dengan meletakkan telapak tangan tegak lurus terhadap tulang belakang kemudian gerakkan ke kanan ke bawah dengan tekanan lembut sampai bokong.



Gambar 17. Pijat Mengayuh

d) Pijatan melingkar

Melakukan stimulasi pijatan melingkar dengan membuat gerakan melingkar kecil di sepanjang otot punggung mulai dari bahu sampai bokong sebelah kiri dan kanan tulang belakang dengan menggunakan ibu jari atau tiga jari (jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis).



Gambar 18. Pijat melingkar

e) Pijatan menggaruk

Melakukan stimulasi pijatan menggaruk dengan membuat belaian memanjang dari leher menuju bokong dengan menggunakan kelima ujung jari tangan kanan atau kiri. Lakukan gerakan ini beberapa kali.



Gambar 19. Pijat menggaruk

4. Faktor Yang Mempengaruhi Praktik Pijat Bayi Pada Ibu

Faktor utama yang memengaruhi praktik pijat bayi oleh ibu meliputi pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, dukungan keluarga, keyakinan, budaya (tradisi pijat), akses informasi, dan motivasi ibu sendiri, serta pengalaman personal, usia, dan faktor psikologis lainnya yang menentukan sikap positif atau negatif terhadap pijat bayi (Ayun, 2020; Loi dkk., 2024; Sari dkk., 2023).

a. Pengetahuan dan Pendidikan

Pemahaman yang baik tentang manfaat pijat bayi meningkatkan praktik, sementara pendidikan tinggi seringkali berkorelasi dengan pengetahuan lebih baik dan sikap positif.

b. Dukungan Keluarga

Dukungan kuat dari keluarga dapat mendorong ibu untuk melakukan pijat bayi meskipun pengetahuannya kurang, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian.

c. Pekerjaan

Ibu yang bekerja di sektor kesehatan atau terkait anak cenderung memiliki pengetahuan lebih karena akses informasi yang lebih baik, namun pekerjaan juga bisa membatasi waktu.

d. Budaya dan Tradisi

Kebiasaan turun-temurun atau kepercayaan budaya, termasuk penggunaan dukun bayi, dapat mempengaruhi pilihan ibu.

e. Akses Informasi dan Penyuluhan

Ketersediaan informasi yang mudah diakses dan penyuluhan dari tenaga kesehatan saat kelas senam ibu hamil sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan praktik untuk melakukan pijat bayi.

f. Motivasi Ibu dan Sikap

Motivasi pribadi dan sikap positif (dipengaruhi pengetahuan, keyakinan, dukungan) sangat menentukan kemauan ibu untuk mempraktikkan pijat bayi.

g. Usia Ibu

Usia dapat mempengaruhi daya tangkap informasi, tetapi pada usia tertentu juga bisa menurun.

h. Pengalaman

Pengalaman pribadi atau pengalaman orang lain di sekitar ibu juga berperan dalam membentuk perilaku.

i. Kondisi Bayi

Praktik dipengaruhi oleh kondisi bayi; pijat sebaiknya dihindari jika bayi sakit, demam, atau baru imunisasi.

5. Pengukuran Praktik Ibu melakukan Pijat Bayi

Pengukuran praktik ibu dalam melakukan pijat bayi yang mengaju pada pelaksanaan pijat bayi dengan dua katagori menurut Sari dkk., (2023) yaitu praktik baik jika skor $\geq 80\%$ dan tidak baik jika skor $< 80\%$.

C. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi Dengan Praktik Pijat Bayi

Pengetahuan merupakan salah satu pendorong seseorang untuk merubah perilaku atau mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan tentang pijat bayi merupakan faktor yang menentukan seorang ibu dapat merubah sikap negatif ke perilaku positif. Semakin tinggi pengetahuan seseorang semakin mudah untuk menerima hal-hal yang baru, sebaliknya apabila pengetahuan kurang akan lebih sulit untuk bersikap dan bertindak serta pengetahuan merupakan hasil tahu yang didapatkan dari lima peninderaan individu seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman perabaan, dan perasa terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2017).

Pengetahuan pijat bayi adalah hasil tahu dan kesan dalam perawatan kesehatan dan pengobatan dengan menggunakan permainan gerakan pada bayi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal. Pengetahuan yang perlu ibu ketahui mencakup pengertian pijat bayi, kapan waktunya memijat bayi, siapa saja yang boleh melakukan pijat bayi, apa yang perlu dipersiapkan ketika akan memijat bayi dan bagaimana langkah-langkah melakukan pijat bayi (Fauziyah dkk., 2022). Hasil penelitian Maimunah (2025), menunjukkan ibu dengan pengetahuan kurang tidak ada yang memiliki minat tinggi terhadap pijat bayi. Pijat bayi bisa dilakukan oleh ibu secara mandiri dengan memerlukan pemahaman dan pengetahuan ibu tentang pijat bayi agar

pemijatan dapat dilakukan secara benar (Fatimah dkk., 2025). Maimunah (2025) menyebutkan bahwa minat seseorang terhadap suatu tindakan kesehatan akan meningkat apabila memiliki pengetahuan meliputi manfaatnya secara rasional dan emosional. Pengetahuan mempengaruhi persepsi manfaat, risiko, dan efektivitas dari suatu tindakan kesehatan. Ibu yang mengetahui manfaat pijat bayi akan cenderung merasa bahwa tindakan tersebut bernilai dan aman dilakukan (AIPKIND, 2024).

Salah satunya penelitian yang dilakukan oleh (Triana dkk., 2024) menunjukkan terdapat hubungan pengetahuan dengan minat ibu tentang pijat bayi di Praktik Mandiri Bidan Hj. Darmiana Kota Pekanbaru. Penelitian juga dilakukan oleh Sinulingga dan Patriani (2023), menunjukkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik, lebih banyak yang melaksanakan pijat bayi dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang cenderung lebih banyak tidak melaksanakan pijat bayi. Penelitian Marsaoly, (2020), menunjukkan hasil ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pijat bayi.