

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PIJAT BAYI UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 0-12 BULAN DI PMB MARIAM PONTIANAK TAHUN 2024

Litwina Kalista^{1*}, Marice², Lina Astuty³, Youlenta Ernesontha⁴

¹⁻⁴Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo, Jl Merdeka No 55, Pontianak

Corresponding Author:

litwinakalista975@gmail.com

Tanggal Submisi: 2024, Tanggal Publikasi: 30 Agustus 2024

Abstrak

Latarbelakang: Bayi adalah anak manusia yang berusia 0 bulan hingga 1 tahun, dengan pembagian sebagai berikut: Masa neonatal, yaitu usia 0 – 28 hari yang pertama masa neonatal dini, yaitu usia 0 – 7 hari, yang kedua masa neonatal lanjut, yaitu usia 8 – 28 hari. lalu masa pasca neonatal, yaitu usia 29 hari – 1 tahun. Pijat bayi adalah salah satu cara tradisional yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi. Berdasarkan studi pendahuluan, yang peneliti lakukan di PMB Mariam Pontianak ditemukan oleh peneliti bahwa dari 10 ibu bayi usia 0-12 bulan yang berkunjung di PMB Mariam didapatkan 8 dari ibu tersebut kurang mengetahui tentang pijat bayi yang dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi sedangkan 2 ibu diantara nya mengetahui tentang pijat bayi yang dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi.

Tujuan: Tujuan Penelitian ini adalah Untuk Mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang pijat bayi untuk meningkatkan kualitas tidur bayi di PMB Mariam Pontianak Tahun 2024.

Metode: Dalam Penelitian metode yang digunakan adalah Teknik deskriptif dengan pendekatan survey. Teknik pengambilan sampel menggunakan Accidental Sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner.

Hasil: Hasil penelitian didapatkan Pengetahuan ibu tentang pengertian pijat bayi usia 0-12 bulan memiliki pengetahuan yang kurang (23 responden 76,67%), karena faktor pendidikan, pekerjaan dan lingkungan.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan ibu tentang pengertian pijat bayi dikategorikan kurang, yaitu 23 responden (76,67%)

Kata Kunci : Pengetahuan, Pijat Bayi.

Abstract

Background: Babies are human children aged 0 months to 1 year, with the following division: Neonatal period, namely age 0 – 28 days, the first is the early neonatal period, namely age 0 – 7 days, the second is the late neonatal period, namely age 8 – 28 day. then the post-neonatal period, namely 29 days – 1 year. Baby massage is one of the traditional methods used to improve the quality of sleep in babies. Based on preliminary research, which researchers conducted at PMB Mariam Pontianak, it was found by researchers that out of 10 mothers of babies aged 0-12 months who visited PMB Mariam, 8 of them received There is little knowledge about baby assage which can improve the quality of sleep in babies, while 2 of the mothers know about baby massage which can improve the quality of sleep in babies.

Aim: The aim of this research is to determine the level of knowledge of mothers about baby massage to improve the quality of baby sleep at PMB Mariam Pontianak. Year 2024.

Method: In the research, the method used is a descriptive technique with a survey approach. The sampling technique uses Accidental Sampling. The population in this study were all mothers who had babies aged 0- 12 months with a sample size of 30 people. The instrument used was a questionnaire.

Result: The results of the study showed that mothers' knowledge about the meaning of baby massage aged 0-12 months was lacking (23 respondents 76.67%), due to education, work and environmental factors.

Conclusion: Based on the results of the study that has been conducted, it can be concluded that mothers' knowledge about the meaning of baby massage is categorized as lacking, namely 23 respondents (76.67%)

Keywords: Knowledge, Baby Massage

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya. Dengan kualitas tidur yang baik, pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat dicapai secara optimal (Nurhayati, 2020)

Bayi yang dipijat akan tidur dengan lelap, dan bangun dengan daya konsentrasi yang lebih penuh (Roesli, 2018). Fakta menunjukkan masih banyak ibu-ibu yang ragu untuk melakukan pemijatan secara rutin kepada bayinya apalagi diawal kelahirannya. Hal tersebut karena adanya perasaan takut salah memijat bayinya, badan bayi yang masih lemah serta tidak tahu bagaimana teknik memijat yang benar (Rista Dian Anggraini, 2019).

Banyak ahli yang telah membuktikan bahwa pijat bayi yang dilakukan oleh orang tua (terutama ibu) dapat memberikan banyak manfaat seperti berat badan dan nafsu makan bertambah, tidur yang lebih baik, menghilangkan dan mengurangi sakit perut, respons fisiologis dan perilaku yang lebih baik (Neng Ratih Widiyatusti, 2021).

Berdasarkan data WHO (2019) terdapat 335 bayi mengalami masalah tidur. Dari penelitian didapat 33% ibu melaporkan kejadian masalah tidur pada bayi mereka. Di Indonesia sekitar 44, 2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari (Ellyzabeth Sukmawati, 2020).

Menurut Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369 / Departemen Kesehatan / SK / III / 2017 tentang Standar Bidan Profesional. Masalah gangguan tidur pada bayi meningkat menjadi 55,2%

Di Indonesia cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur seperti sering terbangun di malam hari. Namun lebih dari 72% orang tua menganggap gangguan tidur pada bayi bukan suatu masalah atau hanya masalah kecil. (Nurhayati, 2020)

Berdasarkan data pada tahun 2016 di Kalimantan Barat (KAL-BAR) tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur 25-30% dari balita menderita masalah tidur. Data lain 10% dari 359 pasangan ibu dan anak berusia 6, 12, 24, dan 36 bulan melaporkan masalah tidur. Penelitian lain, 55 % dari ibu melaporkan bahwa bayi mereka memiliki masalah tidur, sebagian besar bayi terbangun 5 kali setiap malam untuk rata-rata 45,7 menit per malam.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di PMB Mariam Pontianak sebagai langkah awal melakukan studi pendahuluan pada tanggal 16 Oktober 2023 didapatkan data dari bulan Mei – Oktober 2023 ibu dari bayi usia 0- 12 bulan yang

berkunjung di PMB Mariam sebanyak 200 orang ibu, dan dari hasil wawancara kepada 10 ibu dari bayi usia 0-12 bulan berkaitan dengan pengetahuan pijat bayi yang dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi, terdapat 8 ibu yang mengatakan tidak mengetahui tentang pijat bayi yang dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi sedangkan 2 diantaranya mengetahui tentang pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi usia. Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dirancang peneliti dengan judul Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Usia 0-12 Bulan Di PMB Mariam Pontianak Tahun 2024.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain survey deskriptif yaitu suatu kegiatan penelitian dengan pendekatan non eksperimental, serta dilakukan dengan observasi secara deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan yang berkunjung di PMB Mariam dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Mariam Pontianak didapatkan hasil yaitu sebanyak 23 responden (76,67%) distribusi pengetahuan ibu tentang pijat bayi usia 0-12 bulan di kategorikan kurang, dapat disimpulkan bahwa secara umum responden berpengetahuan kurang karena tingkat usia, pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan sumber informasi. Maka didapatkan hasil berupa angka-angka yang kemudian dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Menurut Usia Responden

No	Usia	Jumlah	
		N	%
1	<20	1	3,33%
2	20-35	27	90%
3	>35	2	6,67%
	Total	30	100%

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukan bahwa hampir seluruh dari responden yaitu sebanyak 27 responden (90%) berusia 20-35 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Menurut Pendidikan Responden

No	Pendidikan	Jumlah	
		N	%
1	SD	7	23,33%
2	SMP	14	46,67%
3	SMA	8	26,67%
4	SI	1	3,33%
	Total	30	100%

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa sebagian dari responden yaitu sebanyak 14 responden (46,67%), berpendidikan Sekolah Menengah Pertama.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Menurut Pekerjaan Responden

No	Pekerjaan	Jumlah	
		N	%
1	TIDAK BEKERJA	25	83,33%
2	BEKERJA	5	16,67%
	Total	30	100%

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa hampir seluruh responden yaitu sebanyak 25 responden (83,33%), ibu tidak bekerja.

Tabel 4. Distribusi Pengetahuan Responden Secara Umum Tentang Pijat Bayi

No	Pengetahuan	Jumlah	
		N	%
1	Baik	1	3,33%
2	Cukup	6	20,00%
3	Kurang	23	76,67%
	Total	30	100%

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden yaitu sebanyak 23 responden (76,67%) memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pijat bayi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Mariam Pontianak didapatkan hasil yaitu sebanyak 23 responden (76,67%) distribusi pengetahuan ibu tentang pijat bayi usia 0-12 bulan di kategorikan kurang, dapat disimpulkan bahwa secara umum responden berpengetahuan kurang karena tingkat pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan sumber informasi.

Dari hasil penelitian didapatkan hasil sebanyak 27 responden (90%) yang berusia 20-35 tahun. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikir seseorang, sehingga pengetahuan lebih banyak. Menurut WHO (dikutip dalam Hurlock, 2019). mengatakan bahwa usia dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Usia seseorang yang lebih dewasa mempengaruhi tingkat kemampuan dan kematangan dalam berfikir dan menerima informasi yang semakin lebih baik jika di bandingkan dengan usia yang lebih muda. Usia mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Semakin dewasa umur maka tingkat kematangan dan kemampuan menerima informasi lebih baik jika di bandingkan dengan umur yang lebih muda atau belum dewasa.

Bila dilihat dari sisi karakteristik Pendidikan bahwa sebagian dari responden yaitu sebanyak 14 responden (46,67%) menamatkan Pendidikan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama. Menurut Harun Ahmad (2017) Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah untuk mendapatkan

dan menerima informasi. Sehingga pengetahuan yang dimiliki akan lebih tinggi. Sebaliknya semakin kurang pendidikan seseorang maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan dan tidak banyak mendapatkan informasi atau pengetahuan.

Minimnya pengetahuan ibu di PMB Mariam Pontianak juga dapat dilihat dari pekerjaan diketahui bahwa ibu yang tidak mengetahui tentang pijat bayi yang hanya sebagai IRT sebanyak 25 responden (83,33%) dan ibu yang bekerja sebagai swasta sebanyak 5 responden (16,67%). Menurut Wiltshire (2019). Dari bekerja seseorang akan menjalin hubungan dan membangun komunikasi antar pekerja lainnya, sehingga menambah wawasan seseorang untuk memperoleh informasi dari lingkungan pekerjaannya. Dengan banyaknya ibu yang tidak bekerja secara tidak langsung ibu akan mendapatkan informasi lebih sedikit mengenai manfaat pijat bayi dan kurangnya minat ibu untuk mengembangkan pengetahuan mengenai pijat bayi melalui media massa, mengakses informasi dari internet dan membaca artikel-artikel yang membahas mengenai pijat bayi. Menurut Hasis Purwanto (2018) pekerjaan adalah aktivitas yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan pribadi dan keluarga. Dengan bekerja secara tidak langsung seseorang atau individu melakukan sosialisasi dengan orang banyak dan tentunya hal ini membuat pengetahuan serta pengalaman seseorang bertambah.

Hal lain yang dapat menghambat pengetahuan ibu salah satunya adalah faktor lingkungan, Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu. Hal ini karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak, yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu (Julina 2019). lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok (Nasution 2019)

Sumber Informasi atau tempat untuk mendapatkan Informasi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, informasi yang diperoleh dari tempat sumber informasi akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Sumber informasi adalah proses pemberitahuan yang dapat membuat seseorang mengetahui informasi dengan mendengar atau melihat sesuatu secara langsung ataupun tidak langsung dan semakin banyak informasi yang didapat, akan semakin luas pengetahuan seseorang (Fahmi, 2019). Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Mubarak, 2018). Klinik yang memiliki praktik pijat bayi dan Posyandu adalah tempat yang tepat untuk ibu mendapatkan sumber informasi tentang pijat bayi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan ibu tentang pengertian pijat bayi dikategorikan kurang, yaitu 23 responden (76,67%), dikategorikan kurang karena faktor pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan sumber informasi. Sebaiknya PMB Mariam Pontianak Agar dapat meningkatkan pemberian penyuluhan pada ibu khususnya yang berkaitan dengan cara memberikan informasi kepada ibu ketika ibu datang untuk melakukan kunjungan ke klinik. Sehingga diharapkan ibu bisa memiliki pengetahuan yang baik mengenai pijat bayi yang dapat meningkatkan kualitas tidur terhadap bayi usia 0-12 bulan.

REFERENSI

- Ainurrizma Tri Hartani, R. (2020). Cara Pijat Bayi di Ruang Nifas. *Journal ofconves*. 1(2): 1-19.
- Anggraini, (2019). Hubungan Sikap Ibu Tentang Pijat Bayi dengan Perilaku Ibu dalam Memijat Bayi di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(6), 270 -273.
- Arikunto, S. (2018), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Budiman & Riyanto, (2018). *Menu lis Artikel untuk Jurnal Ilmiah (Edisi ke-3, cetakan 1) malang; UM press*.
- Dalili et al., (2018). Perilaku Pijat Bayi Berhubungan dengan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga, *Jurnal Kesehatan*, vol.03, No. XIX.
- Elizabeth Sukmawati, Norif Didik Nur Imanah. (2020). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11-17.
- Fadhli Rizal Makarim. (2020). Manfaat pijat pada bayi Berhubungan dengan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga, *Jurnal Kesehatan*, vol.03, No. XIX.
- Fahmi, I. (2016). *Manajemen Sumber Daya Manusia Teori dan Aplikasi*. Bandung: Alfabeta.
- Fitriani. (2022) pengertian masa bayi; pemberian pijat pada bayi
- Gazalba. (2016). *Buku pengetahuan ilmu kebidanan:sumber pengetahuan*, journal Haryani. (2020). *Etika penelitian pada Ilmu Kebidanan*. Jakarta Vol. 01, No. XVIII
- Hasan. (2016). *Analisis Data journal kesehatan ilmu kebidanan* vol.02, No. XIX.
- Haspara, Sunartini. (2021). *Dampak Bahaya pada Pijat Bayi*.
- Hidayat, A. A. (2016). *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Irva, S. & Hasanah, O. & Woferst, R. (2017). pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan kualitas tidur bayi. Penelitian ini menggunakan metode Quasy Ekspeiment dengan pre test dan post test control group design. *Jom Psik*.
- Julina. (2016). *Analisis Pengetahuan Lingkungan Dan Tingkat Pendidikan Di Kota Pekanbaru*. Marwah: *Jurnal lingkungan*, 15(2), 232.
- KemenKes RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.Kementeriaan Kesehatan R. *Survei Demografi Dan Kesehatan [Internet]*. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2017. p. 1-606. Available from: <http://www.dhsprogram.com>.
- Kevin, Adriani. (2020). *Manfaat Pijat Bayi*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Lee, Mardiana, L., Martini Diah, E. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Manungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. 02, No. XVIII, hal.109
- Mansur. (2019). *Tumbuh Dan Kembang Anak*. Padang: University Press.
- Mardiana, L., Martini Diah, E. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Manungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. 02, No. XVIII, hal.109.
- Mona Elgohail, Ph.D., Pamela A. Geller. *The Power of Touch: Benefits of Infant Massage for Infants and Their Parents* (2021). National Perinatal Association:[https://neonatologytoday.org/Archive/PDF_paper/NeonatologyTo day](https://neonatologytoday.org/Archive/PDF_paper/NeonatologyTo%20day).
- Mubarak, W. I & Chayatin N. 2019. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Teori dan*

- 
- Aplikasi. Jakarta: Salemba Medika.
- Nasution. (2019). Metode Research (Penelitian Ilmiah). Jakarta: Bumi Aksara Notoatmodjo
- Soekidjo. (2018). pengertian bayi dan Ilmu Perilaku. Jakarta: journal Ilmu kebidanan.
- Nursalam. (2019). Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak. Jakarta: Salemba Medika. Perry & Potter. (2018). Buku Ajar Fundamental Kesehatan: pijat bayi, kualitas tidur, Praktik Volume 2, Edisi 4. Jakarta: Buku Kedokteran EGC. Prasetyo DS. Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta Buku biru. 2018
- Purwanto, Hasis (2018). pekerjaan dan pengetahuan. Jurnal Kawistara: Jurnal Ilmiah Sosial dan Humaniora, 6(3), 309–317.
- Rifdi & Putri. (2020). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6–12 Bulan di Wilayah Kerja BPM “Y” Tapan Pesisir Selatan. Maternal Child Health Care, 2(2), 266–272. <https://doi.org/10.32883/MCHC.V2I2.1040>
- Rini, D. P. (2017). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ibu Melakukan Pijat Bayi
- Roesli, (2018). Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Susanti & Hety (2020). Kualitas Tidur pada Bayi Usia 6–9 Bulan di Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto. Journal for Quality in Women’s Health, 3(2), 153–158. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i2.66>
- Tiffany Field. Pediatric Massage Therapy Research: A Narrative Review (2019). University of Miami/Miller School of Medicine, Fielding Graduate University. <https://www.mdpi.com/2227-9067/6/6/78/htm>
- Wawan & Dewi M. (2018). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia. Cetakan II. Yogyakarta: Nuha Media.
- WHO. (2017). Trends in Maternal Mortality: 2010 to 2017, Estimates by WHO. UNICEF.