

## FREKUENSI PIJAT BAYI DENGAN KUALITAS INTERAKSI IBU DAN BAYI DI RUMAH PIJAT MOMMYCARE JEPARA

Anisa Fitriyani<sup>1</sup>, Irawati Indrianingrum<sup>2</sup>, Nasriyah<sup>3</sup>

[62024171100@std.umku.ac.id](mailto:62024171100@std.umku.ac.id)<sup>1</sup>, [irawati@umkudus.ac.id](mailto:irawati@umkudus.ac.id)<sup>2</sup>, [nasriyah@umkudus.ac.id](mailto:nasriyah@umkudus.ac.id)<sup>3</sup>

Universitas Muhammadiyah Kudus

### ABSTRAK

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi dini yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta pembentukan ikatan emosional antara ibu dan bayi. Frekuensi pelaksanaan pijat bayi yang dilakukan secara rutin dan melibatkan ibu secara langsung dapat meningkatkan kualitas interaksi melalui sentuhan, kontak mata, dan komunikasi nonverbal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi pijat bayi dengan kualitas interaksi ibu dan bayi di Rumah Pijat Mommycare Jepara. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu yang melakukan pijat bayi di Rumah Pijat Mommycare Jepara pada bulan November 2025 sebanyak 50 orang, dengan jumlah sampel 45 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner frekuensi pijat bayi dan kuesioner kualitas interaksi ibu dan bayi. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan pijat bayi kurang dari dua kali dalam satu bulan (71,1%) dan mayoritas memiliki kualitas interaksi ibu dan bayi pada kategori sedang (66,7%). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan yang kuat, positif, dan signifikan antara frekuensi pijat bayi dengan kualitas interaksi ibu dan bayi ( $r = 0,716$ ;  $p < 0,001$ ). Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi pijat bayi dengan kualitas interaksi ibu dan bayi. Semakin sering pijat bayi dilakukan, maka semakin baik kualitas interaksi yang terjalin. Oleh karena itu, ibu diharapkan dapat meningkatkan frekuensi pijat bayi sebagai bagian dari pola pengasuhan untuk memperkuat hubungan emosional dengan bayinya.

**Katakunci:** Pijat Bayi, Frekuensi Pijat, Interaksi Ibu Dan Bayi, Bonding, Stimulasi Dini.

### PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa keemasan (golden period) dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Pada periode ini, setiap stimulasi yang diberikan akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional anak di masa depan (Depkes RI, 2019). Salah satu faktor penting yang mempengaruhi perkembangan bayi adalah interaksi antara Ibu dan Bayi. Interaksi yang baik dapat menciptakan rasa aman, nyaman, serta memperkuat ikatan emosional (bonding) yang menjadi dasar pembentukan kepribadian anak. Sejak lahir, bayi sudah mampu berinteraksi melalui tangisan, tatapan mata, gerakan, dan ekspresi wajah. Respons yang tepat dari ibu terhadap sinyal-sinyal tersebut akan memperkuat hubungan emosional di antara keduanya. Sebaliknya, kurangnya interaksi dapat menyebabkan bayi merasa tidak aman, mudah rewel, dan berpotensi mengalami hambatan dalam perkembangan sosial-emosional (Papalia & Feldman, 2018). Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk menjalin interaksi yang berkualitas dengan bayinya sejak dini.

Salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan interaksi antara Ibu dan Bayi adalah melalui pijat bayi (infant massage). Pijat bayi merupakan stimulasi dini berupa sentuhan lembut pada tubuh bayi dengan teknik tertentu yang dilakukan oleh orang tua, terutama ibu. Pijat bayi terbukti memiliki banyak manfaat, baik secara fisik maupun psikologis. Secara

fisik, pijat bayi membantu melancarkan peredaran darah, meningkatkan berat badan, menstimulasi saraf motorik dan sensorik, serta memperbaiki kualitas tidur bayi (Roesli, 2019). Sedangkan secara psikologis, pijat bayi memperkuat ikatan emosional Ibu dan Bayi, menumbuhkan rasa percaya diri pada ibu, dan meningkatkan komunikasi nonverbal di antara keduanya. Menurut Field (2017), pijat bayi dapat merangsang pelepasan hormon oksitosin pada Ibu dan Bayi, yaitu hormon yang menimbulkan perasaan bahagia, rileks, dan meningkatkan kasih sayang. Hormon ini juga membantu menurunkan kadar stres, memperlancar produksi ASI, dan meningkatkan kualitas hubungan Ibu dan Bayi. Sentuhan lembut saat pijat bayi menjadi bentuk komunikasi kasih sayang yang tidak hanya menenangkan bayi tetapi juga memperlancar hubungan emosional antara ibu dan anak. Namun, efektivitas pijat bayi tidak hanya bergantung pada tekniknya, melainkan juga pada frekuensi pelaksanaannya serta keterlibatan langsung ibu. Ibu yang rutin melakukan pijat bayi memiliki kesempatan lebih besar untuk berinteraksi, membangun kedekatan emosional, serta memahami kebutuhan bayinya. Sebaliknya, ibu yang jarang atau tidak terlibat langsung dalam pijat bayi akan kehilangan momen penting untuk memperkuat hubungan emosional tersebut.

Kementerian Kesehatan RI (2020) merekomendasikan pijat bayi sebagai salah satu bentuk stimulasi dini tumbuh kembang anak (SDIDTK) yang dapat dilakukan secara rutin sejak bayi berusia dua minggu, dengan frekuensi 1–2 kali per hari atau beberapa kali dalam seminggu. Namun dalam praktiknya, masih banyak ibu yang belum memahami pentingnya pijat bayi sebagai sarana interaksi. Tidak jarang pijat bayi sepenuhnya diserahkan kepada terapis atau tenaga profesional, tanpa keterlibatan langsung dari ibu.

Fenomena tersebut juga terjadi di Rumah Pijat Mommycare Jepara, salah satu tempat pijat bayi yang cukup dikenal di Kabupaten Jepara. Berdasarkan observasi awal, diketahui bahwa tidak semua ibu terlibat langsung dalam proses pijat. Sebagian ibu hanya membawa bayinya untuk dipijat oleh terapis tanpa ikut mempraktikkannya di rumah. Variasi tingkat keterlibatan dan frekuensi pijat ini menarik untuk diteliti, karena dapat memengaruhi kualitas interaksi Ibu dan Bayi. Oleh sebab itu, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara frekuensi pijat bayi dan kualitas interaksi Ibu dan Bayi di Rumah Pijat Mommycare Jepara.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Desain ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi pijat bayi (variabel independen) dan kualitas interaksi Ibu dan Bayi (variabel dependen) yang diukur pada waktu yang bersamaan tanpa intervensi peneliti. Pendekatan cross sectional dipilih karena mampu menggambarkan hubungan kedua variabel secara cepat, efisien, dan sesuai dengan tujuan penelitian. Fokus penelitian ini adalah mengetahui sejauh mana frekuensi pijat bayi berhubungan dengan kualitas interaksi Ibu dan Bayi di Rumah Pijat Mommycare Jepara

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **A. Gambaran Umum Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Pijat Mommycare Jepara yang berlokasi di Kabupaten Jepara, Provinsi Jawa Tengah. Kabupaten Jepara merupakan salah satu wilayah yang menunjukkan peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan ibu dan anak. Hal ini ditandai dengan berkembangnya berbagai layanan kesehatan yang berorientasi pada upaya promotif dan preventif, salah satunya melalui layanan pijat bayi sebagai bentuk stimulasi dini tumbuh kembang.

Rumah Pijat Mommycare Jepara merupakan salah satu fasilitas layanan kesehatan Ibu dan Bayi yang berfokus pada perawatan serta stimulasi perkembangan bayi melalui metode pijat bayi. Layanan ini ditujukan bagi bayi usia 0 sampai 12 bulan dengan pendekatan yang mengutamakan keamanan, kenyamanan, serta kesejahteraan bayi. Pelaksanaan pijat bayi dilakukan oleh tenaga terlatih yang memiliki pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan standar pelayanan, sehingga dapat memberikan pelayanan yang aman dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan bayi.

Selain memberikan layanan pijat bayi, Rumah Pijat Mommycare Jepara juga berperan sebagai sarana edukasi bagi para ibu mengenai pentingnya stimulasi dini, sentuhan kasih sayang, serta interaksi positif dalam pengasuhan bayi. Ibu didorong untuk terlibat secara aktif selama proses pemijatan berlangsung, baik melalui pendampingan, kontak mata, komunikasi verbal, maupun sentuhan langsung. Keterlibatan ini bertujuan untuk memperkuat ikatan emosional serta meningkatkan kualitas hubungan antara Ibu dan Bayi.

Lingkungan pelayanan di Rumah Pijat Mommycare Jepara dirancang agar mendukung kenyamanan Ibu dan Bayi. Suasana ruangan yang bersih, tenang, dan ramah anak menciptakan kondisi yang kondusif bagi terjalinnya interaksi positif selama proses pelayanan. Lingkungan yang nyaman ini membantu ibu merasa lebih rileks dan fokus dalam mendampingi bayinya, sehingga proses komunikasi nonverbal dan respons emosional dapat berlangsung secara optimal.

Pemilihan Rumah Pijat Mommycare Jepara sebagai lokasi penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan, antara lain jumlah kunjungan Ibu dan Bayi yang relatif stabil setiap bulan, pelaksanaan layanan pijat bayi yang rutin dan terjadwal, serta karakteristik responden yang beragam dari segi usia ibu, tingkat pendidikan, dan usia bayi. Kondisi tersebut memungkinkan peneliti memperoleh data yang representatif sesuai dengan tujuan penelitian.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2025 dengan jumlah sampel sebanyak 45 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu seluruh ibu yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sebagai responden penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner frekuensi pijat bayi dan kuesioner kualitas interaksi Ibu dan Bayi dengan pendampingan peneliti. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan program statistik komputer untuk mendapatkan hasil penelitian yang objektif dan sistematis.

**B. Karakteristik Responden**

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia ibu dan tingkat pendidikan ibu. Penyajian karakteristik responden bertujuan untuk memberikan gambaran latar belakang responden yang dapat memengaruhi praktik pijat bayi dan kualitas interaksi Ibu dan Bayi.

1. Usia Ibu

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Ibu Responden di Rumah Pijat Mommycare Jepara

Usia	Frekuensi	Presentase
< 20 tahun	3	6.6 %
21 – 35 tahun	41	91,1 %
> 35 tahun	1	2.2 %
Total	45	100 %

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas usia ibu responden berada pada rentang 21-35 tahun dan minoritas berada pada rentang umur di bawah 20 tahun maupun di atas 35 tahun.

2. Pendidikan Ibu

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ibu Responden di Rumah Pijat Mommycare Jepara

Pendidikan	Frekuensi	Presentase
SMP	1	2.2 %

SMA	24	53.3 %
D3	5	11.1 %
S1	15	33.3 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas memiliki tingkat pendidikan SMA, yaitu sebanyak 24 responden. Responden dengan pendidikan S1 berjumlah 15 responden, sedangkan pendidikan D3 dan SMP masing-masing berjumlah 5 responden dan 1 responden.

**C. Analisis Univariat**

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran masing-masing variabel penelitian secara deskriptif, meliputi frekuensi pijat bayi dan interaksi Ibu dan Bayi.

1. Frekuensi Pijat Bayi

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kunjungan Pijat Bayi

Kunjungan	Frekuensi	Presentase
< 2	32	71.1 %
≥ 2	13	28.8 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan hasil analisis, variabel X (Frekuensi pijat bayi) menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan kategori kurang dari 2 kali per bulan sejumlah 32 atau sebanyak 71.1 %. Sedangkan responden dengan kunjungan 2 kali per bulan sejumlah 13 atau sebanyak 28.9%.

2. Interaksi Ibu dan Bayi

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori Interaksi Ibu dan Bayi

Kategori Interaksi	Frekuensi	Presentase
Rendah	1	2.2 %
Sedang	30	66.7 %
Tinggi	14	31.1 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100 %</b>

Hasil analisis pada variabel Y (Interaksi Ibu dan Bayi) menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas interaksi pada kategori sedang, yaitu sebanyak 30 responden (66,7%). Selanjutnya, sebanyak 14 responden (31,1%) memiliki kualitas interaksi tinggi, sedangkan hanya 1 responden (2,2%) yang berada pada kategori interaksi rendah.

**D. Analisis Bivariat**

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi pijat bayi dengan interaksi Ibu dan Bayi menggunakan uji **Spearman's rho**.

Tabel 5 Frekuensi Pijat Bayi Berdasarkan Kategori Interaksi Ibu dan Bayi

	Rendah	Sedang	Tinggi	Total	Presentase
Frekuensi < 2	1	29	2	32	71.1 %
Pijat Bayi > 2	0	1	12	13	28.8 %
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>30</b>	<b>14</b>	<b>45</b>	<b>100 %</b>

Tabel 6 Uji Spearman's rho

		Frekuensi Pijat Bayi	Interaksi Ibu dan Bayi
Spearman's rho	Frekuensi Pijat Bayi	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.716***
		N	45
	Interaksi Ibu dan Bayi	Correlation Coefficient	.716***
Sig. (2-tailed)		<,001	.

Hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman's rho menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara Variabel X (Frekuensi pijat bayi) dan Variabel Y (Interaksi Ibu dan Bayi). Nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar  $r = 0,716$  dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$ .

Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara pijat bayi dan interaksi Ibu dan Bayi bersifat kuat dan positif.

## Pembahasan

### A. Analisis Univariat

#### 1. Frekuensi Pijat Bayi

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan pijat bayi sebanyak 1 kali per bulan, yaitu sebanyak 32 responden (71,1%), sedangkan responden yang melakukan pijat bayi sebanyak 2 kali per bulan berjumlah 13 responden (28,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa pijat bayi belum dilakukan secara rutin dan berkelanjutan oleh sebagian besar ibu. Frekuensi pijat bayi yang masih rendah ini mengindikasikan bahwa pijat bayi belum sepenuhnya menjadi bagian dari pola pengasuhan sehari-hari.

Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain keterbatasan waktu ibu, kelelahan fisik setelah menjalani peran sebagai pengasuh utama bayi, serta kurangnya pengetahuan mengenai manfaat pijat bayi. Selain itu, masih terdapat anggapan di masyarakat bahwa pijat bayi hanya dapat dilakukan oleh tenaga profesional atau terapis khusus. Persepsi ini menyebabkan ibu kurang percaya diri untuk melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Roesli (2019) yang menyatakan bahwa banyak ibu belum menjadikan pijat bayi sebagai rutinitas karena kurangnya edukasi dan pendampingan dari tenaga kesehatan. Penelitian lain oleh Field (2017) juga menunjukkan bahwa praktik pijat bayi di rumah cenderung rendah apabila ibu tidak mendapatkan informasi dan pelatihan yang memadai. Kedua penelitian tersebut menegaskan bahwa pengetahuan dan dukungan lingkungan memiliki peran penting dalam menentukan frekuensi pijat bayi.

Penelitian yang dilakukan oleh Irawati Indrianingrum dan Indah Puspitasari (2021) menunjukkan bahwa pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan bayi, yang mencerminkan adanya manfaat stimulasi sentuhan dalam mendukung tumbuh kembang bayi. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa stimulasi taktil melalui pijat bayi mampu meningkatkan respons fisiologis dan kenyamanan bayi, sehingga berdampak positif pada kondisi kesehatannya. Selain manfaat fisik, aktivitas pijat bayi yang dilakukan secara rutin juga melibatkan interaksi langsung antara Ibu dan Bayi melalui sentuhan, komunikasi, serta kontak mata. Hal ini sejalan dengan penelitian ini yang menekankan pentingnya frekuensi pijat bayi dalam membangun kualitas interaksi Ibu dan Bayi. Semakin sering ibu melakukan pijat bayi, semakin besar pula kesempatan terjadinya komunikasi emosional yang positif, yang tidak hanya mendukung pertumbuhan fisik, tetapi juga memperkuat ikatan psikologis antara Ibu dan Bayi.

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi sentuhan yang memiliki banyak manfaat, baik secara fisik maupun psikologis. Sentuhan yang diberikan saat pijat bayi dapat merangsang sistem saraf pusat, meningkatkan sirkulasi darah, serta membantu bayi menjadi lebih rileks dan nyaman. Selain itu, pijat bayi juga dapat meningkatkan kualitas tidur bayi, membantu fungsi pencernaan, dan meningkatkan daya tahan tubuh.

Dari sisi hubungan emosional, pijat bayi memberikan kesempatan bagi ibu untuk berinteraksi secara langsung dan penuh perhatian dengan bayinya. Aktivitas ini melibatkan sentuhan, kontak mata, serta komunikasi verbal yang dapat memperkuat ikatan emosional antara Ibu dan Bayi. Oleh karena itu, rendahnya frekuensi pijat bayi sebagaimana ditemukan

dalam penelitian ini menunjukkan perlunya peningkatan peran tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada ibu

## 2. Interaksi Ibu dan Bayi

Hasil analisis univariat terhadap variabel interaksi Ibu dan Bayi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 30 responden (66,7%). Responden dengan kategori interaksi tinggi berjumlah 14 responden (31,1%), sedangkan kategori rendah hanya 1 responden (2,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah memiliki interaksi yang cukup baik dengan bayinya, namun masih belum optimal.

Interaksi Ibu dan Bayi dalam kategori sedang menunjukkan bahwa ibu telah melakukan bentuk interaksi dasar seperti menyentuh, menggendong, berbicara, dan merespons tangisan bayi. Namun, interaksi tersebut belum dilakukan secara konsisten dan terstruktur sebagai stimulasi perkembangan bayi. Dalam beberapa kondisi, interaksi hanya terjadi saat ibu merespons kebutuhan dasar bayi, bukan sebagai aktivitas stimulasi yang disengaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurhayati et al. (2022) yang menyatakan bahwa sebagian besar ibu berada pada tingkat interaksi sedang karena dipengaruhi oleh faktor kelelahan, peran ganda ibu, serta kurangnya pemahaman mengenai pentingnya stimulasi dini. Penelitian oleh Field (2017) juga menyebutkan bahwa kualitas interaksi Ibu dan Bayi sangat dipengaruhi oleh frekuensi sentuhan, komunikasi, dan kedekatan emosional yang terbangun sejak dini.

Interaksi Ibu dan Bayi memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan ikatan emosional atau *attachment*. Interaksi yang positif dan responsif dapat meningkatkan rasa aman pada bayi, membantu regulasi emosi, serta mendukung perkembangan sosial dan kognitif. Sebaliknya, interaksi yang kurang optimal dapat berdampak pada keterlambatan perkembangan emosional dan sosial bayi di kemudian hari.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar ibu telah memiliki interaksi yang cukup baik dengan bayinya, masih terdapat peluang besar untuk meningkatkan kualitas interaksi tersebut. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan pijat bayi yang dilakukan secara rutin dan penuh perhatian.

## B. Analisis Bivariat/ Hubungan Frekuensi Pijat Bayi dengan Interaksi Ibu dan Bayi

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,716$  dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara frekuensi pijat bayi dengan kualitas interaksi Ibu dan Bayi. Hubungan tersebut bersifat positif, yang berarti semakin sering pijat bayi dilakukan, maka semakin baik kualitas interaksi ibu dengan bayinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Field (2017) yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan sensitivitas ibu terhadap respons bayi serta memperkuat hubungan emosional antara Ibu dan Bayi. Penelitian oleh Roesli (2019) juga menunjukkan bahwa pijat bayi yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan kelekatan emosional dan kualitas interaksi Ibu dan Bayi. Kesamaan hasil ini memperkuat bukti bahwa pijat bayi memiliki peran penting dalam membangun hubungan Ibu dan Bayi.

Secara fisiologis, pijat bayi merangsang pelepasan hormon oksitosin dan endorfin. Hormon oksitosin berperan dalam meningkatkan rasa nyaman, kelekatan, dan empati, baik pada ibu maupun bayi. Sementara itu, hormon endorfin membantu menciptakan perasaan tenang dan rileks, sehingga bayi menjadi lebih responsif dan ibu menjadi lebih peka terhadap kebutuhan bayinya.

Selain itu, pijat bayi memberikan kesempatan bagi ibu untuk lebih fokus pada bayinya tanpa gangguan aktivitas lain. Ibu dapat mengenali pola respons bayi terhadap sentuhan, suara, dan ekspresi wajah. Hal ini membantu ibu membangun komunikasi nonverbal yang

lebih efektif dengan bayinya, sehingga kualitas interaksi yang terjalin menjadi lebih bermakna.

Temuan ini juga mendukung teori kelekatan (*attachment theory*) yang menyatakan bahwa sentuhan yang konsisten dan responsif dari ibu merupakan fondasi utama dalam pembentukan ikatan emosional yang aman (*secure attachment*). Dengan demikian, pijat bayi dapat dipandang sebagai salah satu bentuk stimulasi yang tidak hanya bermanfaat secara fisik, tetapi juga secara emosional dan psikologis

### **C. Implikasi Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting dalam praktik kebidanan, khususnya pada aspek promotif dan preventif. Pijat bayi dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang mudah, aman, dan murah untuk meningkatkan kualitas interaksi Ibu dan Bayi. Intervensi ini dapat diajarkan kepada ibu sejak masa nifas atau pada kegiatan posyandu.

Tenaga kesehatan, khususnya bidan, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi dan demonstrasi teknik pijat bayi yang benar. Dengan adanya edukasi yang berkelanjutan, ibu diharapkan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah. Hal ini dapat meningkatkan frekuensi pijat bayi sekaligus memperkuat hubungan emosional Ibu dan Bayi.

### **D. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Penelitian hanya menilai frekuensi pijat bayi tanpa memperhatikan durasi, teknik, dan kualitas pelaksanaan pijat. Selain itu, faktor lain yang dapat memengaruhi interaksi Ibu dan Bayi seperti kondisi psikologis ibu, tingkat stres, dan dukungan keluarga belum dianalisis secara mendalam.

Keterbatasan ini dapat memengaruhi hasil penelitian secara keseluruhan. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan memasukkan variabel tambahan dan menggunakan desain penelitian yang lebih komprehensif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan frekuensi pijat bayi dengan kualitas interaksi Ibu dan Bayi di Rumah Pijat Mommycare Jepara pada 45 responden, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

### 1. Frekuensi Pijat Bayi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu melakukan pijat bayi kurang dari dua kali dalam satu bulan, yaitu sebanyak 32 responden (71,1%), sedangkan ibu yang melakukan pijat bayi dua kali atau lebih dalam satu bulan sebanyak 13 responden (28,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu belum menjadikan pijat bayi sebagai kegiatan rutin dalam pola pengasuhan sehari-hari.

### 2. Kualitas Interaksi Ibu dan Bayi

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki kualitas interaksi dengan bayinya pada kategori sedang, yaitu sebanyak 30 responden (66,7%). Responden dengan kualitas interaksi tinggi berjumlah 14 responden (31,1%), sedangkan kualitas interaksi rendah hanya terdapat pada 1 responden (2,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu telah memiliki interaksi yang cukup baik dengan bayinya, namun masih belum optimal.

### 3. Hubungan Frekuensi Pijat Bayi dengan Kualitas Interaksi Ibu dan Bayi

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,716$  dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$ . Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat, positif, dan signifikan antara frekuensi pijat bayi dengan kualitas interaksi Ibu dan Bayi.

Berdasarkan hasil tabulasi silang, mayoritas ibu yang melakukan pijat bayi dua kali atau lebih dalam satu bulan memiliki kualitas interaksi tinggi, yaitu sebanyak 12 responden (26,7%), sedangkan mayoritas ibu yang melakukan pijat bayi kurang dari dua kali dalam satu bulan berada pada kategori interaksi sedang, yaitu sebanyak 29 responden (64,4%). Hal ini menunjukkan bahwa semakin sering pijat bayi dilakukan, maka semakin baik kualitas interaksi Ibu dan Bayi.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut.

### 1. Bagi Ibu

Ibu diharapkan dapat meningkatkan frekuensi pijat bayi sebagai bagian dari kegiatan pengasuhan sehari-hari. Pijat bayi dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan teknik yang sederhana, aman, dan sesuai dengan usia bayi. Dengan melakukan pijat bayi secara rutin, ibu tidak hanya memberikan stimulasi fisik kepada bayi, tetapi juga dapat memperkuat interaksi dan kedekatan emosional melalui sentuhan, kontak mata, serta komunikasi yang hangat. Diharapkan ibu dapat memanfaatkan pijat bayi sebagai momen khusus untuk membangun hubungan yang lebih dekat dan responsif dengan bayinya.

### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya bidan, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi, bimbingan, dan pendampingan kepada ibu mengenai pentingnya pijat bayi. Edukasi dapat dilakukan melalui kegiatan posyandu, kelas Ibu dan Bayi, maupun kunjungan rumah. Dengan adanya edukasi yang berkelanjutan, ibu diharapkan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai serta rasa percaya diri untuk melakukan pijat bayi secara rutin di rumah. Tenaga kesehatan juga dapat menjadikan pijat bayi sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas interaksi Ibu dan Bayi.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dan pembelajaran, khususnya dalam bidang kebidanan dan keperawatan maternitas.

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan materi pembelajaran mengenai stimulasi tumbuh kembang dan interaksi Ibu dan Bayi.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi kualitas interaksi Ibu dan Bayi, seperti durasi pijat bayi, teknik pijat, kondisi psikologis ibu, dukungan keluarga, serta faktor sosial budaya. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda atau jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ainsworth, M. D. S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Davis, L., & Kim, S. (2024). Infant massage frequency and its impact on early bonding and emotional regulation: A comparative study. *Journal of Pediatric Development and Behavior*, 12(1), 33–41.
- Ferber, S. G., & Makhoul, I. R. (2020). The effect of mother–infant skin-to-skin contact on newborn behavior and maternal-infant interaction. *Infant Behavior and Development*, 59, 101441.
- Groh, A. M., Fearon, R. P., van IJzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Roisman, G. I. (2023). Attachment in the early years: Development, assessment, and research implications. *Developmental Psychology*, 59(4), 512–526.
- IAIM (International Association of Infant Massage). (2020). *Infant massage training manual*. IAIM Publishing.
- Irawati Indrianingrum, & Puspitasari, I. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 85–92.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Panduan pijat bayi untuk tenaga kesehatan*. Kemenkes RI.
- Liu, Y., Li, H., & Wang, X. (2021). Parent–infant interaction and early child development: A longitudinal study. *Early Human Development*, 162, 105466. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2021.105466>
- Notoatmodjo, S. (2019). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurhayati, E., Putri, D., & Sari, N. (2023). Pengaruh pijat bayi terhadap sensitivitas maternal dan bonding Ibu dan Bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 98–105.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill.
- Rahman, A., & Young, J. (2022). Touch-based communication and neural development in early infancy: A systematic review. *Journal of Infant Mental Health*, 43(2), 225–240.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (16th ed.). McGraw-Hill Education.
- Shonkoff, J. P. (2020). Early childhood development and the science of adversity: A framework for informing policies. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(4), 315–328. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30037-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30037-1)
- Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.