

## ***Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Bonding Attachment Dan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3-12 Bulan di Klinik Unicare***

### ***The Effect Of Baby Massage On Bonding Attachment And Sleep Quality In Infants Aged 3-12 Months in Unicare Clinic***

**Damiana Maria Jari Tukan<sup>1\*</sup>, Atik Ba'diah<sup>2</sup>, Siti Maimunah<sup>3</sup>**

*<sup>1,2,3</sup> Program Studi Magister Kebidanan, Stikes Guna Bangsa Yogyakarta*

*\*Corresponding : damianamariatukan@gmail.com*

#### **ABSTRAK**

Di Indonesia, cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2 %. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orangtua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai suatu masalah. Dalam penelitian ini penulis melihat Fenomena pijat bayi oleh dukun tradisional di daerah Tambolaka Sumba Barat Daya, NTT masih marak dan menimbulkan kematian bayi akibat pendarahan pada otak, dan gangguan lainnya. Tujuan penelitian untuk Mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap *bonding attachment* dan kualitas tidur pada bayi usia 3-12 bulan. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi yang berusia 3-12 bulan yang melakukan pijat di Klinik Uni Care.

Teknik pengambilan data *Simple Random Sampling* dengan jumlah sampel 80 bayi kelompok kontrol dan 80 bayi kelompok perlakuan. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Brief Infant Sleep Questionnaire* (BISQ) dan checklist *Maternal Attachment Inventory* (MAI). Analisis yang digunakan yakni analisis univariat, analisis bivariat, analisis multivariate. Hasil penelitian dari analisis jalur menunjukkan bahwa durasi tidur bayi dipengaruhi langsung oleh pijat bayi dan keterikatan yang aman. Berdasarkan hasil uji beda skor *bonding attachment* antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan yang menggunakan uji Mann-Whitney terdapat perbedaan yang signifikan skor *bonding attachment* antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat ( $p = >0.001$  ;  $d = -0.113$ ).

Kata Kunci : Pijat Bayi, Bonding attachment, kualitas tidur

#### **ABSTRACT**

*In Indonesia, quite a lot of babies experience sleep problems, which is around 44.2%. However, almost or even more than 72% of parents do not consider sleep disorders in infants as a problem. In this study, the author saw that the phenomenon of baby massage by traditional shamans in the Tambolaka area of Southwest Sumba, NTT is still rife and causes infant death due to bleeding in the brain, and other disorders. The purpose of the study was to determine the effect of infant massage on bonding attachment and sleep quality in infants aged 3-12 months. The population in this study was infants aged 3-12 months who did massage at Uni Care Clinic.*

*Simple Random Sampling data collection technique with a sample of 80 control group babies and treatment group babies. The instruments used in this study were the Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ) questionnaire and the Maternal Attachment Inventory (MAI) checklist. The analysis used is univariate analysis, bivariate analysis, multivariate analysis. The results of the pathway analysis showed*

*that infant sleep duration was directly influenced by infant massage and secure attachment. Based on the results of the difference in attachment bonding scores between massage and non-massage, before and after treatment using the Mann-Whitney test there was a significant difference in attachment bonding scores between before and after massage treatment ( $p = >0.001$ ;  $d = -0.113$ ).*

*Keywords : Baby Massage, Bonding attachment, sleep quality*

## **PENDAHULUAN**

Berdasarkan data WHO tahun 2012 yang dicantumkan dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 33 % bayi mengalami masalah tidur (Abdurrahman SM, 2015). Di Indonesia, cukup banyak bayi yang mengalami masalah tidur, yaitu sekitar 44,2 %. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orangtua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai suatu masalah. Meskipun dianggap masalah, mereka hanya menanggapnya sebagai masalah kecil. Padahal masalah tidur dapat mengganggu pertumbuhan bayi, menyebabkan fungsi imun rentan, dan mengganggu regulasi sistem endokrin (Permata, 2017). Menurut hasil penelitian yang dilakukan di 5 kota yaitu Jakarta, Bandung, Medan, Palembang dan Batam dengan jumlah responden 385 orang, diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% jam tidur malamnya kurang dari 9 jam, terbangun malam hari lebih dari tiga kali dan lama terbangun pada malam hari lebih dari satu jam (Martini, 2014).

Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot sehingga bayi dapat tenang dan tidur nyenyak. Sentuhan lembut dari bayi adalah cara yang indah untuk menciptakan ikatan antara bayi dan orang tuanya (Roesli U, 2013) Banyak ahli yang membuktikan bahwa pijat bayi oleh orang tua terutama ibu dapat memberikan banyak manfaat (Wahyuni T, n.d.), seperti berat dan tinggi badan, peningkatan kepadatan mineral tulang, tidur yang lebih baik, eliminasi dan pengurangan kolik, respons fisiologis dan perilaku yang lebih baik, pengurangan rawat inap di rumah sakit (Sukmawati & Nur Imanah, 2020), manajemen stres pada bayi prematur, peningkatan ibu ,baby bond, dan peningkatan durasi tidur bayi (Virgia V, 2015). Dalam penelitian ini penulis melihat Fenomena pijat

bayi oleh dukun tradisional di daerah Tambolaka Sumba Barat Daya, NTT masih marak dan menimbulkan kematian bayi akibat pendarahan pada otak, dan gangguan lainnya. Hal ini menjadi perhatian khusus karena banyak faktor yang mempengaruhi mulai dari pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan lainnya yang memiliki dampak besar pada proses tersebut *bonding attachment* sangat penting dilakukan oleh para orang tua di Kota Tambolaka, Sumba Barat Daya NTT. Proses ini dilakukan agar dapat meningkatkan tumbuh kembang bayi dan kualitas tidur yang baik. Hadirnya klinik *Uni Care* sebagai tempat pijat bayi menjadi pilihan tempat yang tepat untuk melakukan kegiatan pijat sebagai upaya mendukung stimulasi otot anak jadi lebih kuat dan rileks.

Klinik Unicare memberikan pelayanan dengan mengedepankan visi *advanced healthcare and emergency center family-bases, developing the holistic world class concept of 'patient center'*.

Sejak melakukan pelayanan pijat bayi sebagai bentuk terapi sentuhan untuk perawatan meningkatkan kedekatan keluarga dan daya tahan tubuh bayi dari 12 oktober 2022 sampai 31 Desember 2022 klinik ini memiliki total pasien bayi dan anak sebanyak 388 orang. Dari total tersebut terdapat 316 total bayi berusia 3-12 bulan dan dalam rentan waktu tersebut terdapat 31 anak yang mendapatkan kelas pijat bayi dengan total presentasi 10% dari total keseluruhan. Hal ini menunjukkan masih rendahnya perhatian orang tua dalam melihat dampak dan mafaat dari pijat bayi ini. Dalam penelitian ini memiliki dua (2) rumusan masalah yakni Adakah pijat bayi berpengaruh terhadap *bonding attachment* antara ibu dan bayi usia 3-12 bulan dan Adakah pijat bayi berpengaruh terhadap kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan, dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap *bonding attachment* dan kualitas tidur pada bayi usia 3-12 bulan. Untuk melihat Kualitas tidur yang merupakan kualitas yang dicapai atau keadaan fisiologis tertentu selama tidur, sehingga memulihkan proses tubuh yang sedang berlangsung saat orang tersebut bangun. Jika kualitas tidur baik, berarti fisiologi dalam hal ini, misalnya, sel-sel otak kembali normal setelah bangun tidur (Sundari, 2015), oleh karena itu Penulis melihat penelitian sebelumnya

banyak yang hanya meneliti tentang kualitas tidur saja tanpa meneliti tentang *bonding attachment*, masih sedikitnya penelitian tentang pijat bayi terhadap *bonding attachment*, berdasarkan latar belakang uraian diatas, peneliti tertarik mengambil judul "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap *Bonding Attachment* dan Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 3-12 Bulan".

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimental dengan desain *Randomized Clinical Trial (RTC)*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi usia 3-12 bulan yang melakukan pijat bayi di klinik unicare. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Brief Infant Sleep Questionnaire (BISQ)* dan checklist *Maternal Attachment Inventory (MAI)* dengan teknik sampel *Simple Random Sampling*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

1. Hasil Uji *MannWhitney* tentang beda skor *bonding attachment* antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan

**Tabel 1 Uji *Mann-Whitney* tentang beda skor *bonding attachment* antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan.**

<b>Sebelum Perlakuan.</b>				
<b><i>Bonding attachment</i></b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
Tidak Pijat	45	2.98	0.149	0.378
Pijat	35	3.00	0.000	
<b>Sesudah Perlakuan.</b>				
<b><i>Bonding attachment</i></b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
Tidak Pijat	1	2.00	0	0.910
Pijat	79	2.44	0.500	

**Effcet size = -0.113**

Dari Tabel 1 diatas merupakan hasil uji beda skor *bonding attachment* antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan uji Mann-Whitney terdapat perbedaan yang signifikan skor *bonding attachment* antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat ( $p = >0.001$  ;  $d = -0.113$ ).

2. Hasil Uji Mann-Whitney tentang beda durasi tidur malam bayi antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan.

**Tabel 2 Uji Mann-Whitney tentang beda durasi tidur malam bayi antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan.**

<b>Sebelum Perlakuan</b>				
<b>Durasi Tidur</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
<b>Tidak Pijat</b>	68	2.84	0.371	0.674
<b>Pijat</b>	12	3.00	0	

  

<b>Sesudah Perlakuan</b>				
<b>Durasi Tidur</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
<b>Tidak Pijat</b>	11	2.00	0.000	0.690
<b>Pijat</b>	69	2.17	0.382	

**Effect size = 0.399**

Dari Tabel 2 diatas merupakan hasil uji beda durasi tidur malam bayi antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan uji *Mann-Whitney* terdapat perbedaan yang signifikan durasi tidur malam bayi antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat ( $p = >0.001$  ;  $d = -0.399$ ).

3. Uji *Mann-Whitney* tentang beda jumlah terbangun antara kelompok pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan.

**Tabel 3 Uji *Mann-Whitney* tentang beda jumlah terbangun antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan.**

<b>Sebelum Perlakuan.</b>				
<b>Jumlah Tebangun</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
<b>Tidak Pijat</b>	32	2.81	0.379	
<b>Pijat</b>	48	3.00	0.000	0.221
<b>Sesudah Perlakuan.</b>				
<b>Jumlah Tebangun</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
<b>Tidak Pijat</b>	6	2.00	0.000	
<b>Pijat</b>	74	2.65	0.481	0.776

**Effcet size = 0.285**

Tabel 3 di atas membandingkan perbedaan frekuensi terbangun antara sebelum dan sesudah perawatan dengan dan tanpa pijat. Menurut uji *Mann-Whitney*, terdapat perbedaan yang signifikan pada frekuensi terbangun antara sebelum dan sesudah perawatan dengan pijat bayi ( $p = > 0,001$ ;  $d = -0,285$ ).

4. Uji *Mann-Whitney* tentang beda durasi terbangun antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan

**Tabel 4 Uji *Mann-Whitney* tentang beda durasi terbangun antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan.**

<b>Sebelum Perlakuan</b>				
<b>Durasi Terbangun</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
Tidak Pijat	74	2.79	0.407	
Pijat	6	3.00	0.000	0.631

## Sesudah Perlakuan

Durasi Terbangun	N	Mean	SD	P
Tidak Pijat	15	2.00	0.000	0.757
Pijat	65	2.12	0.375	

**Effcet size = -0.310**

Tabel 4 di atas menunjukkan hasil uji perbedaan antara waktu bangun tidur sebelum dan sesudah perawatan dengan dan tanpa pijat. Menurut uji *Mann-Whitney*, terdapat perbedaan yang signifikan pada waktu bangun tidur sebelum dan sesudah perawatan pijat bayi ( $p= 0.001$ ;  $d= -0.310$ ).

## PEMBAHASAN

### 1. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap *Bonding attachment*

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan skor *bonding attachment* antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat bayi menunjukkan bahwa pijat bayi efektif meningkatkan *bonding attachment* antar ibu dan bayi ( $d= -0.113$ ;  $p= >0.001$ ). *Bonding attachment* adalah peningkatan hubungan kasih sayang antara orang tua dan bayi yang melibatkan keterikatan emosional. Ini adalah proses kasih sayang timbal balik yang memberikan pemenuhan emosional dan kebutuhan bersama sebagai hasil dari interaksi yang berkelanjutan antara bayi dan orang tua (Sujiyatini dkk, 2011). Menurut Bowlby (dalam Santrock 2002), kelekatan adalah suatu hubungan atau asosiasi yang terjalin antara seseorang secara sosial dengan suatu fenomena tertentu, dan dianggap merefleksikan karakteristik hubungan yang melekat. Kelekatan berlangsung cukup lama

dalam rentang kehidupan manusia yang dimulai dari kelekatan anak dengan ibunya atau figur pengganti ibu lainnya. Kelekatan adalah ikatan emosional yang langgeng dan timbal balik antara anak dan pengasuh, yang keduanya berkontribusi pada kualitas hubungan antara pengasuh dan anak (Papalia, dkk, 2010).

Interaksi ibu-bayi adalah interaksi interpersonal pertama bagi bayi dan berperan penting dalam membangun kepercayaan. Interaksi ini memengaruhi perkembangan bahasa, regulasi emosi, dan perkembangan kognitif bayi. Di sisi lain, anak-anak yang ibunya terlibat dalam interaksi yang teratur dan berkualitas tinggi cenderung menunjukkan indeks perkembangan mental yang lebih tinggi pada usia 2 tahun (Chung et al 2018). Menurut Mutmainah dkk (2017), manfaat *bonding attachment* adalah bayi merasa dicintai, diperhatikan, dipercaya, mengembangkan sikap sosial, bayi merasa aman dan berani bereksplorasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian AinunrizmaTri Hartanti pada tahun 2019, yang menunjukkan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan *bonding attachment* (*effect size* = 6.19;  $p < 0.001$ ). Pijat bayi dapat meningkatkan kelekatan dengan cara menyentuh bayi. Sikap ibu terhadap bayinya, kepekaan ibu, dan respon bayi terhadap ibunya menunjukkan peningkatan skor setelah intervensi pijat bayi. Penelitian lain oleh Gürol dan Polat (2012) yang dilakukan di Turki menyatakan bahwa pijat bayi meningkatkan keterikatan antara ibu dan bayi. Pijat dapat meningkatkan ketertarikan ibu terhadap bayinya, yang pada gilirannya dapat meningkatkan interaksi positif antara ibu dan bayi.

## 2. Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur

Pada penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan durasi tidur bayi antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat ( $d = -0.339$ ;  $p = > 0.001$ ). Pijat bayi juga



meningkatkan pengaturan ritme sirkadian tidur di malam hari pada bayi usia prasekolah (Field, 2017), Field juga mencatat bahwa bayi pada kelompok pijat memiliki siklus tidur yang lebih teratur dibandingkan bayi pada kelompok yang tidak dipijat.

Penelitian ini sejalan dengan Kusumastuti dkk, (2016), yang menemukan bahwa berdasarkan uji beda Mann-Whitney test untuk kualitas tidur didapatkan nilai  $p < 0,001$ , yang berarti bayi yang mendapat pijat memiliki kualitas tidur yang lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapat pijat. Menunjukkan bahwa bayi lebih aktif di siang hari sehingga tidur lebih awal. Pijat bayi telah terbukti dapat memfasilitasi waktu tidur dan mengurangi terbangun di malam hari pada bayi (Mindell et al.2018).

## KESIMPULAN

Pijat bayi efektif dalam meningkatkan keterikatan dan jumlah tidur bayi. Pijat bayi secara efektif dapat mengurangi jumlah dan durasi terbangunnya bayi. Analisis jalur menunjukkan bahwa durasi tidur bayi dipengaruhi langsung oleh pijat bayi dan keterikatan yang aman. Durasi tidur bayi secara tidak langsung dipengaruhi oleh pemijatan bayi melalui *bonding attachment*.

### Sebelum Perlakuan.

<b><i>Bonding attachment</i></b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
<b>Tidak Pijat</b>	45	2.98	0.149	0.378
<b>Pijat</b>	35	3.00	0.000	

## Sesudah Perlakuan.

<i>Bonding attachment</i>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
<b>Tidak Pijat</b>	1	2.00	0	0.910
<b>Pijat</b>	79	2.44	0.500	
<b>Effcet size = -0.113</b>				

Berdasarkan hasil uji beda skor *bonding attachment* antara pijat dan tidak pijat, sebelum dan sesudah perlakuan. Menggunakan uji Mann-Whitney terdapat perbedaan yang signifikan skor *bonding attachment* antara sebelum dan sesudah perlakuan pijat ( $p > 0.001$  ;  $d = -0.113$ ).

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman SM. (2015). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi di Desa Tabumela Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Keperawatan Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo*.
- Armini NW, Sriasih NGK, M. G. (2017). *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak Prasekolah Yogyakarta: ANDI*.
- Anjali Kulkarni et.al Indian pediater (2010). Massage and touch therapy in neonates the current evidence. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29101776>.
- Çinar İÖ, Ö. A. (2013). *The effect of planned baby care education given to primiparous mothers on maternal attachment and self-confidence levels*.
- Ethicasari. (2012). Perbandingan efektifitas antara metode bonding (dekapan) dan stimulus kutaneus dalam mengurangi rasa nyeri suntikan intramuskuler pada bayi. *Jurnal Stikes William*.
- Field T (2017). New born massage therapy. International journal of pediatrics and neonatal health. 1(2): 54-64. <https://doi:10.25141/2572-4355-2017-2.0054>
- Lestari I. (2013). *Pengaruh penyuluhan dengan menggunakan metode demonstrasi dan bedside teaching terhadap keterampilan ibu melakukan pijat bayi di tinjau dari paritas*. <https://digilib.uns.ac.id>
- Mahnaz Shoghi, Soroor Sohrabi, Mahboobe Rasouli (2018). The Effects of Massage by Mothers on Mother-Infant Attachment. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2104825>

- Maryunani A. (2010). Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan. *Jakarta: Trans Info Media*.
- Maryanti D, Sujiyanti T, Budiarti, 2011, Buku Ajar Neonatus, Bayi & Balita, Jakarta, TIM.
- Mutmainnah AU, J. H. & L. S. (2017). *Asuhan Persalinan Normal dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta: Andi.
- Prasetyono DS. (2013). *Buku Pintar Pijat Bayi*.
- Roesli U. (2013). *Mengenal ASI Eksklusif*.
- Roesli U. (2016). *Pedoman Pijat Bayi Edisi Revisi*.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Sukma, F., Hidayati, E., & J. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*.
- Sukmawati, E., & Nur Imanah, N. D. (2020). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17. <https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.49>
- Sundari. (2015). Hubungan Antara Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 6- 12 Bulan Di BPM Atika, A.Md.Keb. *Kabupaten Madiun Tahun 2015*. Universitas Muhammadiyah Madiun.
- Virgia V. (2015). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Neonatus*. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan – Stikes Dian Husada Mojokerto*.
- Wahyuni T, A. R. (. (n.d.). *Hubungan usia dan pendidikan ibu post partum dengan bonding attachment di ruang mawar rumah sakit umum daerah abdul wahab sjahrane samarinda*. <https://studylibid.com/doc/948989/hubungan-usia-dan-pendidikan-ibu-post-partum-dengan-bounding>

Warsini, W., & Nugraini, D. (2016). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 83–89. <https://doi.org/10.37831/jik.v4i1.88>

Zhang X, W. J. (2019). Massage intervention for preterm infants by their mothers: A randomized controlled trial. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*. 24(2). <https://doi.org/10.1111/jspn.12238>