

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN
BAYI USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
WANAREJA 1 TAHUN 2026**

Laelatul Istikomah
Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Galuh Ciamis

Istikomahlaela574@gmail.com

ABSTRAK

Berat badan merupakan salah satu indikator utama pertumbuhan bayi usia 0–6 bulan. Kenaikan berat badan yang tidak optimal dapat dipengaruhi oleh kurangnya stimulasi. Pijat bayi merupakan terapi komplementer berupa stimulasi taktil yang dapat meningkatkan fungsi pencernaan, kualitas tidur, frekuensi menyusu, dan penyerapan nutrisi sehingga berpotensi mendukung kenaikan berat badan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Wanareja 1 Tahun 2026. Penelitian menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan pre-test post-test control group design. Sampel terdiri dari 30 bayi yang dipilih secara purposive sampling dan dibagi menjadi kelompok intervensi (15 bayi) dan kontrol (15 bayi). Kelompok intervensi diberikan pijat bayi selama 10 hari berturut-turut, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi. Analisis data menggunakan uji Shapiro–Wilk, Levene's Test, Paired Sample t-test, dan Independent Sample t-test dengan $\alpha = 0,05$. Hasil menunjukkan rata-rata berat badan kelompok intervensi meningkat dari 6.506,67 gram menjadi 6.886,67 gram dengan kenaikan 380 gram ($p < 0,05$), sedangkan kelompok kontrol meningkat dari 5.086,67 gram menjadi 5.180,00 gram dengan kenaikan 93,33 gram ($p < 0,05$). Hasil Independent Sample t-test menunjukkan terdapat perbedaan kenaikan berat badan yang bermakna antara kedua kelompok ($p < 0,05$), dengan kenaikan pada kelompok intervensi sekitar 4,07 kali lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dapat disimpulkan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0–6 bulan dan dapat dipertimbangkan sebagai intervensi komplementer untuk mendukung pertumbuhan bayi.

Kata Kunci: pijat bayi, kenaikan berat badan, bayi usia 0–6 bulan, pertumbuhan bayi

ABSTRACT

Body weight is one of the main indicators of growth in infants aged 0–6 months. Suboptimal weight gain may be influenced by inadequate stimulation. Baby massage is a complementary therapy involving tactile stimulation that may improve digestive function, sleep quality, breastfeeding frequency, and nutrient absorption, thereby potentially supporting weight gain. This study aimed to determine the effect of baby massage on weight gain among infants aged 0–6 months in the working area of Wanareja 1 Public Health Center in 2026. This study employed a quasi-experimental design with a pre-test post-test control group design. The sample consisted of 30 infants selected using purposive sampling and divided into an intervention group (15 infants) and a control group (15 infants). The intervention group received baby massage for 10 consecutive days, while the control group received no intervention. Data were analyzed using the Shapiro–Wilk test, Levene's Test, Paired Sample t-test, and Independent Sample t-test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that the mean body weight in the intervention group increased from 6,506.67 grams to 6,886.67 grams, with a mean increase of 380 grams ($p < 0.05$), while the control group increased from 5,086.67 grams to 5,180.00 grams, with a mean increase of 93.33 grams ($p < 0.05$). The Independent Sample t-test showed a significant difference in weight gain between the two groups ($p < 0.05$), with the increase in the intervention group being approximately 4.07 times higher than that in the control group. It can be concluded that baby massage has an effect on weight gain among infants aged 0–6 months and may be considered a complementary intervention to support infant growth.

Keywords: baby massage, weight gain, infants aged 0–6 months, infant growth