

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF: EFEKTIVITAS PIJAT BAYI PADA BAYI KEMBUNG

Dwi Puan Maharani^{1*}, Sarah Fitria², Nova Yulita³

¹²³Program Studi Kebidanan, Fakultas MIPA Dan Kesehatan , Universitas Muhammadiyah Riau

E-mail: dwipuanm100gmail@gmail.com

Abstract

Abdominal bloating in infants can accompany other digestive issues such as vomiting, diarrhea, abdominal pain, and constipation. Infants experiencing bloating are often prone to vomiting, while those with diarrhea may develop bloating due to potassium depletion. One of the benefits of infant massage is alleviating issues related to bloating and colic. This article aims to examine the effectiveness of infant massage in addressing bloating through the application of comprehensive midwifery care. The study employed a qualitative descriptive method using a case study approach involving Mrs. D.'s infant. Results indicated that by the third visit, Mrs. D. reported a reduction in the infant's bloating and colic, reflecting a positive change. Consequently, massage may be considered a simple, non-pharmacological supportive measure, though it should not replace medical examinations or therapies. Further research utilizing standardized protocols is still required. Infant massage is a form of tactile-kinesthetic stimulation administered through gentle, rhythmic touch on the infant's body.

Keywords: *bloating, infant massage, midwifery care*

Abstrak

Kembung pada bayi dapat juga menyertai gangguan pencernaan lain, seperti muntah, diare, sakit perut, dan konstipasi. Bayi yang kembung biasanya mudah muntah. Bayi yang diare kadar kaliumnya akan berkurang sehingga kembung. Salah satu manfaat dari pijat bayi adalah mengatasi masalah keluhan perut kembung dan kolik pada bayi. Artikel ini bertujuan mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap keluhan kembung pada bayi melalui penerapan asuhan kebidanan komprehensif. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus bayi Ny. D. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kunjungan ketiga, Ny. D. menyampaikan bahwa bayi mengalami penurunan kembung dan kolik. Hasil ini menggambarkan perubahan positif pada bayi. Dengan demikian, pijat dapat dipertimbangkan sebagai tindakan pendukung yang sederhana dan nonfarmakologis, tetapi tidak boleh diposisikan sebagai pengganti pemeriksaan dan terapi medis. Penelitian khusus dengan protokol yang terstandar masih diperlukan. Pijat bayi merupakan stimulasi taktil-kinestetik yang dilakukan melalui sentuhan lembut dan berirama pada tubuh bayi.

Kata Kunci: *kembung, pijat bayi, asuhan kebidanan*

Article history

Received: September 2026

Reviewed: September 2026

Published: September 2026

Plagirism checker no 234.8576

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Masa bayi usia 0-12 bulan merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung cepat. Pada periode ini, sistem pencernaan masih mengalami pematangan sehingga keluhan gastrointestinal dapat muncul. Penelitian Diah et al., (2026), mendefinisikan kembung sebagai penumpukan gas dalam saluran gastrointestinal yang dapat menyebabkan perut terasa penuh, distensi, atau keras. Bayi dengan keluhan tersebut dapat tampak rewel, menangis, menarik kaki ke arah perut, atau menunjukkan ketidaknyamanan.

Secara fisiologis, sistem pencernaan bayi masih mengalami proses pematangan. Kondisi tersebut membuat bayi dapat lebih mudah mengalami gangguan gastrointestinal ringan, termasuk gas dalam saluran pencernaan. Karena bayi belum mampu menyampaikan keluhan secara verbal, ketidaknyamanan sering terlihat melalui perubahan perilaku, seperti menangis, menjadi rewel, sulit tidur, atau menarik kaki ke arah abdomen.

Kembung tidak selalu hanya disebabkan oleh banyaknya gas. Sumber penelitian yang ditelaah menyebutkan adanya berbagai faktor yang dapat berhubungan dengan keluhan gastrointestinal, antara lain perubahan mikrobiota usus, fermentasi makanan, gangguan motilitas dan pengeluaran gas, hipersensitivitas viseral, pola makan, serta gangguan saluran cerna. Karena itu, asuhan kebidanan perlu diawali dengan pengkajian kondisi bayi dan tidak semata-mata berfokus pada pijat.

Pijat merupakan terapi sentuh tertua dan paling populer yang di kenal manusia. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah di praktikkan sejak berabad-abad silam, bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak dari awal kehidupan manusia di dunia. (Romeril, 2020). Pengalaman pijat pertama yang dialami setiap manusia terjadi saat dalam rahim Ibu, didekap oleh rahim Ibu dan dibelai oleh air ketuban. (McCarty et al., 2023).

Menurut Pua (2026), pijat bayi dapat merangsang aktivitas sistem saraf parasimpatis (vagus), meningkatkan motilitas gastrointestinal, memperbaiki penyerapan nutrisi, menurunkan kadar hormon stres (kortisol), serta meningkatkan kualitas tidur bayi. Efek fisiologis ini dapat berkontribusi terhadap peningkatan berat badan. Selain itu, pijat juga memberikan efek psikologis yang positif melalui penguatan bonding antara ibu dan bayi, sehingga dianggap sebagai pendekatan holistik yang melibatkan aspek fisik,, emosional, dan sosial (Erçelik et al., 2022). Seperti penelitian yang dilakukan oleh Zhang (2023), bayi yang menerima pijat secara rutin selama beberapa hari mengalami peningkatan berat badan yang signifikan, serta pola tidur yang membaik.

Studi di Indonesia juga mendukung temuan tersebut. Misalnya, Penelitian Midwifery Journal oleh Safitri, Latifah, dan Iqmy (2021), melaporkan bahwa pemberian pijat bayi berhubungan dengan peningkatan berat badan yang signifikan pada neonatus setelah intervensi pijat dibandingkan sebelum diberikan pijat.

Pijat bayi merupakan tindakan stimulasi sentuhan yang dilakukan dengan gerakan lembut, perlahan, dan terarah. Pijat dapat menjadi salah satu bentuk perawatan yang membantu membangun hubungan antara bayi dan pengasuh. Dalam konteks kebidanan, pijat bayi dapat diberikan sebagai tindakan pendukung dengan memperhatikan kondisi bayi, waktu pelaksanaan, kebersihan tangan, suhu ruangan, serta respons bayi.

Fakta yang ada di masyarakat, meskipun pijat bayi memiliki manfaat yang besar bagi bayi dan ibu jika dilakukan secara mandiri. Namun, ibu saat ini belum memahami dan mau memijat bayinya sendiri dengan alasan takut salah pijat dan merasa tidak puas jika dilakukan sendiri. Penyebab dalam hal ini adalah kurang pengetahuan ibu tentang pentingnya pelaksanaan pijat bayi secara mandiri sehingga menimbulkan perilaku negative terhadap stimulasi pemijatan bayi secara mandiri (Yulianti & Sari, 2023).

Cara mengatasi kolik dan perut kembung pada bayi yang bisa dilakukan asuhan kebidanan terkait manfaat pijat untuk mengurangi kolik dan perut kembung pada bayi yang dapat dilakukan oleh pihak kesehatan

dalam bentuk sosialisasi kepada masyarakat dan kunjungan langsung kepada tenaga kesehatan. Tenaga Kesehatan harus bisa memberikan pemahaman mengenai teknik serta manfaat dari pijatan pada bayi balita untuk mengatasi kolik dan perut kembung kepada seluruh ibu yang memiliki bayi. Pemahaman terkait teknik serta manfaat tersebut dapat dimulai dari hal-hal kecil seperti memberikan edukasi, simulasi, informasi dan meningkatkan penguasaan, sikap dan praktik ibu mengenai teknik pijat untuk mengurangi kolik dan perut kembung pada bayi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan kualitatif merupakan metode untuk menggali, menemukan, dan memberikan makna pada data yang berasal dari individu atau kelompok sosial dengan menggunakan kata-kata sebagai instrumen utama analisisnya. Metode ini bertujuan menggambarkan proses asuhan kebidanan dan perubahan keluhan pada satu subjek tanpa melakukan generalisasi terhadap seluruh populasi bayi. Proses asuhan kebidanan dimulai dari tahapan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Subjek studi kasus adalah bayi Ny. D dengan keluhan kembung dengan waktu kunjungan 31 Mei 2024. Sumber data menggunakan data primer dimana data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari sumbernya di lapangan melalui wawancara, dokumentasi dan observasi. Data yang tersedia meliputi identitas penulis, tujuan, metode deskriptif, keluhan kembung, pemberian pijat bayi holistik, dan hasil evaluasi berupa berkurangnya keluhan. Teknik Pengumpulan Data dilakukan melalui:

1. wawancara dengan ibu atau pengasuh
2. observasi perilaku bayi;
3. pemeriksaan fisik sesuai kebutuhan;
4. dokumentasi tindakan;
5. evaluasi setelah intervensi.

Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan kondisi yang dilaporkan sebelum dan sesudah tindakan. Asuhan harus dilakukan dengan persetujuan orang tua atau wali, menjaga kerahasiaan identitas bayi, memperhatikan keselamatan, dan menghentikan tindakan jika bayi menunjukkan ketidaknyamanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kunjungan ketiga tanggal 31 Mei 2024, ibu menyampaikan bahwa bayi Ny. D mengalami keluhan kembung. Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan penerapan asuhan kebidanan komprehensif melalui pemberian pijat bayi pada bayi dengan keluhan kembung. Keluhan tersebut menjadi dasar pemberian asuhan kebidanan dan pijat bayi secara holistik.

Komponen	Keterangan
Subjek	Bayi Ny. D
Jenis laporan	Studi kasus deskriptif kualitatif
Kunjungan	Kunjungan ketiga
Tanggal	31 Mei 2024
Keluhan utama	Kembung

Intervensi	Pijat bayi holistik
Evaluasi	Keluhan kembung dilaporkan mulai berkurang

Asuhan kebidanan dilakukan dengan pendekatan holistik yang memperhatikan keluhan bayi dan kebutuhan keluarga. Pijat bayi digunakan sebagai perawatan pendukung. Pelaksanaan harus dilakukan pada kondisi bayi yang memungkinkan, dengan gerakan lembut dan pemantauan respons bayi. Setelah dilakukan pijat bayi dan evaluasi kembali, keluhan kembung pada bayi dilaporkan mulai berkurang.

Pembahasan

Hasil studi kasus menunjukkan adanya perubahan keluhan setelah pemberian pijat bayi. Dalam konteks asuhan kebidanan, perubahan tersebut dapat dipandang sebagai hasil yang menggembirakan bagi keluarga karena bayi dilaporkan menjadi lebih nyaman. Namun, perubahan pada satu kasus harus ditafsirkan secara hati-hati. Pijat bayi dapat memberikan pengalaman sentuhan yang menenangkan dan membantu interaksi antara bayi dengan pengasuh. Ketika dilakukan dalam suasana tenang, pijat dapat menjadi bagian dari rutinitas perawatan yang mendukung kenyamanan. Pengasuh juga dapat belajar membaca tanda-tanda bayi, seperti kapan bayi siap menerima sentuhan dan kapan bayi perlu dihentikan.

Pijat bayi diketahui mampu memberikan berbagai manfaat fisiologis yang dapat dijelaskan dan diukur secara ilmiah. Pijat bayi terbukti menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan bagi tubuh bayi, baik dari aspek biokimia maupun klinis. Keluhan kembung pada bayi memiliki banyak kemungkinan penyebab. Udara yang tertelan saat menyusui, pola menyusui, proses pengeluaran gas, dan perkembangan sistem pencernaan dapat berperan. Karena itu, berkurangnya keluhan setelah pijat tidak otomatis membuktikan bahwa pijat merupakan penyebab tunggal. Faktor alami dan perawatan lain juga mungkin berkontribusi.

Dalam praktik kebidanan, pijat bayi sebaiknya diberikan setelah pengkajian. Bidan perlu memastikan bayi tidak menunjukkan tanda bahaya. Apabila ditemukan muntah hijau, perut keras dan sangat membesar, demam, penurunan kesadaran, tidak mau menyusui, atau tanda dehidrasi, prioritas utama adalah pemeriksaan dan penanganan medis.

Edukasi kepada ibu merupakan bagian penting dari asuhan. Ibu perlu memahami bahwa pijat harus dilakukan dengan tekanan ringan, tidak dipaksakan, dan dihentikan apabila bayi menangis atau tampak kesakitan. Ibu juga perlu memahami bahwa pijat bukan pengganti imunisasi, pemantauan tumbuh kembang, pemberian ASI atau nutrisi yang sesuai, dan pemeriksaan ketika bayi sakit.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sumarni et al., (2025) menyatakan bahwa dengan memijjat bayi melalui pendekatan holistik dan memberikan saran, pengetahuan serta latihan pijat dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menangani kembung/kolik. Penelitian Yulianti et al., (2023) mengungkapkan bahwa dengan pijat bayi maka kembung dan kolik bayi dapat diatasi selama dilakukan dengan lembut dan melihat kenyamanan bagi bayi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian penulis menyimpulkan bahwa bayi Ny. D mengalami keluhan kembung pada tanggal 31 Mei 2024 tepatnya pada kunjungan ketiga. Asuhan kebidanan diberikan dengan menerapkan pijat bayi secara holistik. Setelah dilakukan tindakan dan evaluasi ulang, keluhan kembung dilaporkan mulai berkurang. Namun studi kasus yang terjadi pada satu subjek tidak menjadikan bahwa semua bayi aman dan nyaman untuk dipijat. Diperlukan pengetahuan dan ketelitian dan memijat bayi sehingga dapat menghindari resiko kesalahan. Hasil studi kasus ini belum cukup untuk membuktikan efektivitas pijat bayi terhadap seluruh bayi. Dibutuhkan penelitian yang lebih luas terhadap subjek.

Saran

Berdasarkan Studi kasus pada penelitian ini penulis menyimpulkan memberikan saran untuk penelitian selanjutnya untuk menyertakan data yang akurat mengenai usia bayi, berat badan, keadaan umum, tanda vital, karakteristik keluhan, durasi dan frekuensi pijat, serta hasil evaluasi sebelum dan sesudah tindakan sehingga diperoleh informasi yang detail. Penelitian juga menyarankan agar penelitian berikutnya dapat menggunakan desain quasi-experimental atau randomized controlled trial, jumlah subjek yang lebih besar, kelompok pembandingan, dan instrumen penilaian keluhan yang jelas. Dengan demikian, pengaruh pijat bayi terhadap kenyamanan dan keluhan pencernaan dapat dinilai secara lebih objektif.

Hasil dan pembahasan dapat disusun dalam satu bagian atau dipisahkan ke dalam subbagian sesuai dengan kebutuhan naskah, namun tetap harus memiliki alur yang logis dan terpadu. Penulis diharapkan tidak hanya mendeskripsikan data, tetapi juga memberikan analisis yang mendalam dan argumentasi ilmiah yang didukung oleh referensi yang relevan. Keterbatasan penelitian yang memengaruhi interpretasi hasil dapat disampaikan secara singkat apabila diperlukan, tanpa mengurangi fokus utama pembahasan terhadap kontribusi penelitian.

Bagi tenaga kesehatan, disarankan melakukan pengkajian menyeluruh, memberikan edukasi teknik pijat yang aman, dan memantau tanda bahaya. Bagi orang tua, disarankan melakukan pijat hanya ketika bayi sehat dan nyaman serta segera mencari pertolongan apabila terdapat tanda bahaya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada beberapa pihak yang telah berperan dalam membantu terlaksananya penelitian ini kepada Ny. D serta keluarga yang membantu dan bersedia bekerjasama.

DAFTAR PUSTAKA

- Erçelik, Z.E., Doğan, P., Yılmaz, H.B. (2022). The Effect of Massage on Growth n Premature Babies: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Educ Res Nurs*, 19(2):191-197. Doi: <https://doi.org/10.5152/jern.2022.13285>.
- McCarty, D. B., Willett, S., Kimmel, M., & Dusing, S. C. (2023). Benefits of maternally administered infant massage for mothers of hospitalized preterm infants: A scoping review. *Maternal Health, Neonatology and Perinatology*, 9. <https://doi.org/10.1186/s40748-023-00151-7>
- Oktaviana, D., Andriani, D., & Indrianingrum, I. (2026). Efektivitas sentuhan pijat bayi sebagai pendekatan holistik terhadap peningkatan berat badan bayi prematur. *Avicenna: Journal of Health Research*, 9(1).
- Pratiwi, T.A., Yusnanda, F., Susanti, N., Ilawati, S. (2024). The Effectiveness of Infant Massage on Weight Gain of Preterm Infants. *International Journal of Public Health Excellence*, 4(1), 112-118. Doi: <https://doi.org/10.55299/ijphe.v4i1.978>.
- Pua, M. M., & Keswara, N. W. (2026). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur dan Berat Badan Bayi Usia 3-12 Bulan di PKM Kota Ternate. *Inovasi Kesehatan Global*, 3(2), 326-335.
- Romeril, P. (2020). The history of massage | We offer a brief description. https://melbournnaturaltherapies.com.au/massage-thehistory/?utm_source=chatgpt.com
- Safitri, M., Latifah, N.S., Iqmy, L.O. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus. *Midwifery Journal*, 1(2), 94-100.
- Sumarni, S., Kusumastuti, K., Mutoharoh, S., Budiarti, D. S., Hidayah, F., Adela, J. S., ... & Khotimah, K. (2025). Implementasi Pijat Perut sebagai Terapi Komplementer: Pelatihan bagi Ibu Balita dalam Menangani Gas dan Kolik. *Karya Nyata: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(4), 64-72.
- Yulianti, S., & Sari, L. (2023). Hubungan pengetahuan dengan sikap ibu tentang pijat bayi di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. *Journal of Midwifery*, 11, 162-167. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4540>
- Zhang, Y., Duan, C., Cheng, L., Li, H. (2023). Effects of massage therapy on preterm infants and their mothers: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frotiers in Pediatric*, 11:1198730. Doi: 10.3389/fped.2023.1198730.

MEDIC NUTRICIA

Jurnal Ilmu Kesehatan

ISSN : 3025-8855

Vol. 24 No 1 Tahun 2026

Cahaya Ilmu Bangsa