

EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP MOTORIK KASAR DAN KENAIKAN BERAT BADAN BAYI USIA 6-12 BULAN DI PMB YANTI KAB. BANYUASIN SUMSEL

Suci Sulistyorini^{1*}, Deby Meitia Sandy²

STIK Bina Husada Palembang^{1,2}

*Corresponding Author : chilodysuci@gmail.com

ABSTRAK

Stimulasi yang diberikan segera setelah lahir mempunyai dampak yang sangat penting terhadap perkembangan motorik dan adaptasi sosial sepanjang perkembangan anak saat dewasa. Stimulasi merupakan kebutuhan dasar dalam tumbuh kembang anak. Stimulasi memegang peranan yang sangat penting dalam mempercepat tumbuh kembang anak sehingga tercapai perkembangan yang optimal. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap motorik kasar dan kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di PMB Yanti Kab Banyuasin Sumsel. Jenis penelitian yang digunakan yaitu survey analitik dengan pendekatan *Quasi Eksperiment, one group pretest-posttest Design*, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi yang berusia 6-12 bulan yang berkunjung ke PMB Yanti yang pada bulan Juni 2023 yang berjumlah 15 responden. Sampel diambil dari keseluruhan populasi (*total population*) yaitu berjumlah 15 responden, Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil uji normalitas terhadap variabel motorik kasar dan berat badan bayi menunjukkan $p < 0,05$. Hasil uji parametrik *paired sample t test* diperoleh $p 0,001$, terdapat efektivitas bayi terhadap motorik kasar dan kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat bayi usia 6-12 bulan. Pijat bayi mempunyai efektivitas terhadap motorik kasar dan kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan, sehingga dapat dilakukan secara rutin untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Kata kunci : berat badan, motorik kasar, pijat

ABSTRACT

Stimulation given immediately after birth has a very important impact on motor development and social adaptation throughout the child's adult development. Stimulation is a basic need for children's growth and development. Stimulation plays a very important role in accelerating children's growth and development so that optimal development is achieved. The aim of the research was to determine the effectiveness of baby massage on gross motor skills and weight gain in babies aged 6-12 months in PMB Yanti, Banyuasin District, South Sumatra. The type of research used was an analytical survey with a Quasi Experimental approach, one group pretest-posttest design, the population in this study were all babies aged 6-12 months who visited PMB Yanti in June 2023, totaling 15 respondents. Samples were taken from the total population, namely 15 respondents. This research used the Wilcoxon Sign Rank Test. The normality test results for the gross motor and baby weight variables showed $p < 0.05$. The results of the parametric paired to t test obtained $p 0.001$, there was the effectiveness of babies on gross motor skills and baby weight gain before and after giving massage therapy to babies aged 6-12 months. Baby massage is effective for gross motor skills and weight gain in babies aged 6-12 months, so it can be done regularly to optimize the baby's growth and development.

Keywords : weight loss, gross motor skills, massage

PENDAHULUAN

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang masing-masing berbeda, sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam

motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan. Stimulus merupakan salah satu cara untuk meningkatkan perkembangan pada bayi, agar bayi dapat berkembang dengan baik (Cahyaningrum, 2014).

Tahapan pertumbuhan setiap anak berbeda-beda. Tinggi badan anak pun sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang diterima di 1.000 hari pertama kehidupannya dan juga kondisi kesehatannya. Laju pertumbuhan anak bisa saja sedikit lebih lambat atau lebih cepat. Bayi baru lahir yang sehat akan memiliki berat badan sekitar 2,6–3,8 kg. Seiring bertambahnya usia, berat badan akan terus bertambah sesuai tahapan pertumbuhan anak. Rata-rata pertambahan berat badan pada anak yaitu pada bayi usia 0–6 bulan: 140–200 gram setiap minggu, bayi usia 6–12 bulan: 85–140 gram setiap minggu, anak usia 1–2 tahun: 2,5 kg setiap tahun, anak usia 2–5 tahun: 2 kg setiap tahun, anak usia 5 tahun hingga masa pubertas: 2–3 kg setiap tahunnya. Selama enam bulan pertama, pertumbuhan terjadi dengan pesat, kemudian mulai menurun di usia bayi 6 bulan keatas hingga 1 tahun, dan dalam tahun kedua tingkat pertumbuhan cepat menurun (Nareza, Meva, n.d.)

Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi jenis kelamin, perbedaan ras, usia, genetik, dan kromosom. Sedangkan faktor eksternal tumbuh kembang anak meliputi keadaan lingkungan sosial, ekonomi, nutrisi, dan stimulasi psikologis (Dewi, 2022). Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk bayi dapat diberikan oleh orangtua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang bayi yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang bayi. Selain dari segi personal bayi dapat diberikan stimulasi, salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi (Cahyaningrum, 2014).

Pemberian stimulus yang diberikan sesaat setelah bayi lahir memberikan efek yang sangat penting pada perkembangan kemampuan motorik dan adaptasi sosial dimasa perkembangan bayi hingga dewasa nanti. Dalam perkembangan seorang bayi stimulasi adalah merupakan kebutuhan dasar. Stimulasi memegang peran yang sangat penting untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk dapat berkembang maksimal (Chamidah, 2018).

Pijat merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat, dan menyehatkan bagi bayi anda, selain memperlancar ikatan antara orangtua dengan anak, pijat bayi pun membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Pijat bayi juga merupakan suatu pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan pada kulit yang dapat memberikan dampak yang luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang (Chamidah, 2018). Pijat bayi juga merupakan salah satu stimulasi yang bisa dilakukan pada bayi untuk merangsang berbagai perkembangan yang harus dilalui oleh bayi diantaranya adalah perkembangan motorik (Depkes, 2013).

Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 900/MENKES/SK/VII/2002 tentang Registrasi dan Praktek Bidan menyebutkan bahwa bidan berwenang memantau tumbuh kembang bayi melalui deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang. Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini dilakukan oleh masyarakat adalah dengan pijat bayi. (Elisabeth Siwi Walyani, 2020).

Sejalan dengan teori yang mengaitkan bahwa salah satu manfaat pijat bayi yaitu dapat menaikkan berat badan bayi dengan pijat dapat menimbulkan efek biokimia dan fisik yang positif. Karena, bayi mendapatkan pijatan pada bagian abdomen, dimana pemijatan ini dapat memperlancar proses pencernaan bayi. Pijat bayi menyebabkan peningkatan aktivitas nervus vagus dan akan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gastrin. Insulin memegang peranan penting pada metabolisme, menyebabkan kenaikan metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, asam amino, sintesa protein. Jadi,

insulin merupakan suatu hormon anabolic penting peningkatan insulin dan gastrin dapat merangsang fungsi pencernaan sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik, penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar (Praningrum et al., 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Trisasmi (2014), menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dimana peningkatan berat badan yang terjadi adalah sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan. Pada proses pertumbuhan dan perkembangan anak, orangtua dan keluarga memiliki peran yang sangat penting bukan hanya untuk memenuhi nutrisi yang cukup, memberikan perhatian dan kasih sayang, melainkan juga memberikan stimulus untuk membantu proses penyempurnaan jaringan saraf anak (Sasmi Irva et al., 2014).

Didukung pula dengan hasil penelitian Wintoro dkk (2022), bahwa adanya penambahan berat badan bayi yang melakukan pijat bayi rutin 4 kali dalam sebulan sebanyak 65,6% dibanding bayi yang tidak rutin melakukan pijat bayi (Wintoro, Piscofia Dyna murti Wahyuningsih, 2022). Begitu pula dengan hasil penelitian Mawaddah (2021), pijat bayi yang dilakukan secara rutin dapat menambah berat badan bayi sebesar 5-25 %. (Mawaddah & Mursyidah, 2021).

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan peneliti dari data kunjungan bulan Januari & Februari 2023 terdapat usia bayi 0-24 bulan sebanyak 45 bayi di PMB Yanti, dimana terdapat 7 bayi yang dilakukan pemijatan dan 38 bayi yang tidak dilakukan pemijatan. Bayi yang dilakukan pemijatan dengan durasi 30 menit selama 3 s.d 4 kali dalam sebulan ternyata dapat membuatnya lebih rileks, tapi juga dapat membantu menstimulasi saraf otaknya. Selain itu, pijatan bayi juga dapat memberikan manfaat yang baik, tidak saja bagi si kecil, tetapi juga bagi sang ibu, terutama pada peningkatan air susu ibu (ASI). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Pijat Bayi terhadap Motorik Kasar dan Kenaikan Berat Badan Bayi usia 6-12 bulan di PMB Yanti Kec. Banyuasin.

METODE

Penelitian ini merupakan survey analitik, dengan desain *quasy eksperimen* pendekatan *one group pretest-posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 15 responden bayi usia 6-12 bulan. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Instrument pengumpulan data yaitu kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji normalitas dan *paired sample T test*. Penelitian dilakukan di PMB Yanti pada bulan Juni 2023.

HASIL

Berdasarkan hasil uji normalitas didapatkan hasil dari masing –masing variabel motorik kasar dan berat badan bayi menunjukkan nilai p value < 0,05, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Uji Normalitas Data

Variabel	P value
Pretest motorik kasar	0,008
Post test motorik kasar	0.001
Pre test berat badan bayi	0.021
Post test berat badan bayi	0.200 ^d

Berdasarkan data pada tabel disimpulkan bahwa semua data normal. Sehingga dilanjutkan dengan uji parametrik *paired sampe t test*.

Tabel 2. Perbedaan Motorik Kasar dan Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Intervensi Pijat Bayi

Variabel		Mean	N	Std. Deviation	Std. Mean	Error P. Value
Motorik Kasar	Sebelum	8.80	15	0.862	0.223	0.001
	Sesudah	9.60	15	0.507	0.131	
Berat badan bayi	Sebelum	7516.67	15	1142.314	294.944	0.001
	Sesudah	8340.00	15	1275.483	329.328	

Hasil uji statistik, terdapat perubahan hasil nilai motorik kasar dan berat badan pada sebelum dan sesudah intervensi pijat bayi, dan didapat p value 0.001 pada pretest dan pos test. Hal ini menunjukkan terdapat efektivitas pijat bayi terhadap motorik kasar dan berat badan bayi usia 6-12 bulan.

PEMBAHASAN

Setelah pemberian pijat bayi sebanyak 3 kali seminggu selama 30 hari didapatkan perbedaan hasil jumlah motorik kasar dan berat badan antara pre dan post intervensi pijat bayi yang signifikan hal ini menunjukkan bahwa terdapat efektivitas pijat bayi terhadap motorik kasar dan berat badan bayi usia 6-12 bulan hasil p value $0.001 < 0.05$.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Trisismi (2014) dengan judul pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi usia 1-3 bulan di Pekan Baru dengan *p value* 0.000 menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dimana peningkatan berat badan yang terjadi adalah sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan (Sasmi Irvana et al., 2014). Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan Suharto dkk (2018) dengan judul pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan motorik kasar dan motorik halus bayi usia 3-24 bulan di klinik fisioterapi sudiang Makassar dengan *p value* 0.000 (Suharto, Suriani, 2017).

Didukung pula dengan penelitian yang dilakukan Wintoro dkk (2022), bahwa adanya penambahan berat badan bayi yang melakukan pijat bayi rutin 4 kali dalam sebulan sebanyak 65,6% dibanding bayi yang tidak rutin melakukan pijat bayi (Wintoro, Piscolia Dyna murti Wahyuningsih, 2022). Begitu pula dengan hasil penelitian Mawaddah (2021), pijat bayi yang dilakukan secara rutin dapat menambah berat badan bayi sebesar 5-25 %. (Mawaddah & Mursyidah, 2021), serta hasil penelitian Natalia (2022), pijat bayi berpengaruh terhadap durasi menyusu di Klinik Wanasari Medika Karawang (Natalia, 2022). Hasil penelitian Sudiarti (2022), dengan hasil ada hubungan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-12 bulan di desa Ridan Permai (Eka Sudiarti & Ariesta, 2022). Penelitian Khalifatunnisak (2022), terdapat pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi usia 3-8 bulan didesa Wates Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri Tahun 2022.(Khalifatunnisak, 2022).

Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi jenis kelamin, perbedaan ras, usia, genetik, dan kromosom. Sedangkan faktor eksternal tumbuh kembang anak meliputi keadaan lingkungan sosial, ekonomi, nutrisi, dan stimulasi psikologis.

Pemberian stimulus yang diberikan sesaat setelah bayi lahir memberikan efek yang sangat penting pada perkembangan kemampuan motorik dan adaptasi sosial dimasa perkembangan bayi hingga dewasa nanti. Dalam perkembangan seorang bayi stimulasi adalah merupakan kebutuhan dasar. Stimulasi memegang peran yang sangat penting untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk dapat berkembang maksimal. Pijat merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat, dan menyehatkan bagi bayi, selain mempererat ikatan antara orangtua dengan anak, pijat bayi pun membantu tumbuh kembang

anak menjadi lebih baik (Chamidah, 2018). Dengan adanya rangsangan pemijatan pada bayi usia 3-6 bulan akan memberi rasa nyaman bagi bayi. Sentuhan yang diberikan pada bayi juga merupakan ungkapan rasa kasih sayang yang manusiawi. Setiap bayi pasti akan menikmati sebuah pijatan lembut. Secara teoritis, bayi memang memiliki berat badan yang bervariasi berdasarkan usianya. Peningkatan berat badan bayi pun sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Karena itu, setiap bayi akan memiliki berat badan bervariasi tergantung dari faktor-faktor tersebut. Dalam periode tertentu terdapat adanya masa percepatan atau masa perlambatan, serta laju tumbuh kembang yang berlainan diantara organ-organ. Rata-rata peningkatan berat badan pada penelitian ini adalah 400-500 gram untuk semua responden, dan perkembangan motorik kasar juga mengalami perubahan yang optimal, karena pemberian stimulus pijat bayi merangsang hormon-hormon yang berpengaruh terhadap syaraf pertumbuhan dan perkembangan anak bekerja secara optimal sehingga pertumbuhan dan perkembangan anakpun menjadi optimal.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat efektivitas bayi terhadap motorik kasar dan kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat bayi. Saran : ibu dapat mengaplikasikan pijat bayi di rumah secara mandiri agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Ketua STIK Bina Husada Palembang yang telah memberikan suport secara finansial dalam melakukan penelitian ini, pimpinan PMB Yanti Kab Banyuwangi yang telah memberikan izin sebagai tempat penelitian sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningrum. (2014). Hubungan pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi umur 0- 3 bulan di RB Suko Asih Sukoharjo tahun 2013. *Implementation Science*, 39(1), 1–15. <http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025><http://dx.doi.org/10.1038/nature10402><http://dx.doi.org/10.1038/nature21059><http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127><http://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577>
- Chamidah, A. N. (2018). Pentingnya Stimulasi Dini Bagi Tumbuh Kembang Otak Anak. *Tumbuh Kembang Dan Kesehatan Anak*, 1–7.
- Depkes. (2013). *Manajemen Laktasi Buku Paduan Bagi Petugas Kesehatan di*. 2013.
- Dewi, C. (2022). *Tahap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini*.
- Eka Sudiarti, P., & Ariesta, M. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Anak Usia 0-12 Bulan Di Desa Ridan Permai Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(23), 61–66. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Elisabeth Siwi Walyani, T. endang purwoastuti. (2020). Etikolegal dalam Praktek Kebidanan. *Elisabeth Siwi Walyani*, 25, 34.
- Khalifatunnisak, K. R. S. A. D. (2022). Optimalisasi Pertumbuhan Bayi Melalui Pijat Bayi. *Journal of Nursing and Health (JNH)*, 7 Nomor 2, 182–187.
- Mawaddah, S., & Mursyidah, M. (2021). Pijat Bayi sebagai Cara Menaikkan Berat Badan Bayi Usia 3 – 6 Bulan. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 2(1), 09. <https://doi.org/10.33490/b.v2i1.367>

- Nareza, Meva, 2020. (n.d.). *Pentingnya Mengenal Tahapan Pertumbuhan Anak*.
- Natalia, R. K. (2022). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu pada Bayi Usia 0–6 Bulan di Klinik Wanasari Medika Karawang*. 2(February), 187–192. <https://doi.org/10.30604/well.261422022>
- Praningrum, R., Kusudaryati, D., & Untari, I. (2017). *Panduan Pijat Bayi*.
- Sasmi Irva, T., Hasanah, O., & Woferst, R. (2014). Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jom Psik*, 1(OKTOBER), 1.
- Suharto, Suriani, A. (2017). Suharto , Suriani , Arpandjam ' an Jurusan Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar. *Jurusan Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar*, 34–38.
- Wintoro, Piscofia Dyna murti Wahyuningsih, A. (2022). *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Penambahan Berat Badan Bayi*. 12(1), 23–28.