



PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN ANAK USIA 0-12 BULAN DI DESA RIDAN PERMAI TAHUN 2021

Putri Eka Sudiarti¹, Marini Ariesta², Zurrahmi ZR³

^{1,2}Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

³Program Studi D4 Kebidanan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

putriekasugiarti@gmail.com

Abstrak

Masa bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang yaitu pada usia 0-12 bulan. Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan anak usia 0-12 bulan di Desa Ridan Permai tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah analitik dengan rancangan *quasi eksperiment pre and post test with control group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah anak yang berusia 0-12 bulan yang bertempat tinggal di Desa Ridan Permai. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *simple random sampling*. Penelitian menggunakan lembar identitas responden, timbangan dengan gram (gr) yang sudah dikalibrasi. Lembar identitas digunakan untuk mencatat data identitas responden. Meteran centimeter sebagai alat pengukuran panjang badan bayi. Timbangan bayi yang sudah dikalibrasi sebagai alat pengukuran berat badan bayi. Pengolahan data menggunakan Analisis bivariat dilakukan dengan uji-t independen. Hasil penelitian di dapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pijat bayi $p\text{ value} = 0,000$ dan berat badan p bahwa nilai $p\text{ value}$ pada kelompok intervensi dengan *pretest* dan *posttest* yaitu 0.001 dengan selisih 1.088 dan untuk kelompok kontrol dengan *pretest* dan *posttest* nilai $p\text{ value}$ 0.000 dengan nilai selisih 0.101. Dengan nilai tingkat kepercayaan $\alpha = 0.05$ maka didapatkan hasil ada hubungan pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan anak usia 0-12 bulan di Desa Ridan Permai. Peneliti mengharapkan agar dalam pasangan suami istri yang baru saja memiliki bayi usia 0-12 bulan, hendaknya menerapkan treatment pijat bayi paling tidak selama 15 menit setiap minggunya.

Kata Kunci : bayi, pijat bayi dan berat badan

Abstract

*The period of infant weight gain is a golden period as well as a critical period of a person's development, namely at the age of 0-12 months. Stimulation or stimulation that is good for children can be given by parents for the development of their maximum potential. The purpose of this study was to determine the effect of baby massage on weight gain of children aged 0-12 months in Ridan Permai Village in 2021. This type of research was analytic with a quasi-experimental pre and post test design with control group design. The population in this study were all children living in Ridan Permai Village. The sample in this study were children aged 0-12 months who lived in Ridan Permai Village. The sampling technique in this study used a simple random sampling technique. The study used a respondent's identity sheet, a scale with grams (gr) that had been calibrated. Identity sheets are used to record respondent identity data. Centimeter meter as a tool for measuring the length of the baby's body. Baby scales that have been calibrated as a means of measuring baby's weight. Data processing using bivariate analysis was performed by independent t-test. The results of the study found that there was a significant relationship with self-control $p\text{ value} = 0.000$ and family parenting p that the $p\text{ value}$ in the intervention group with *pretest* and *posttest* was 0.001 with a difference of 1.088 and for the control group with *pretest* and *posttest* the $p\text{ value}$ was 0.000 with a difference 0.101. With the value of the confidence level = 0.05, it is found that there is a relationship between the effect of baby massage on increasing the weight of children aged 0-12 months in Dsesa Ridan Permai. Researchers expect that married couples who have just had a baby aged 0-24 months, should be able to apply baby massage treatment for at least 15 minutes every week.*

Keyword: baby, baby massage and body weight

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2022

✉Corresponding author :

Address : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang

Email : putriekasugiarti@gmail.com

Phone : 081370359020

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang yaitu pada usia 0-12 bulan. Masa keemasan berarti menyatakan bahwa masa bayi berlangsung singkat dan tidak dapat diulang kembali. Masa kritis berartikan bahwa masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi dan stimulasi yang baik untuk kenaikan berat badan dan perkembangannya (Depkes, 2018).

Kenaikan berat badan pada bayi berhubungan dengan konsep kenaikan berat badan dan perkembangan. Kenaikan berat badan berartikan perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seseorang individu yang masing-masing berbeda yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan (Ardiana, D, 2013).

Orang tua dapat memberikan stimulasi kenaikan berat badan kepada anaknya dapat dimulai sejak usia bayi. Sehingga dengan stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat maka dapat meningkatkan berat badan secara maksimal (Ardiana, D, 2013). Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini dilakukan untuk meningkatkan berat badan bayi adalah dengan pijat bayi (Gulston Dy, 2015).

Salah satu manfaat pijat bayi yaitu dapat menaikkan berat badan bayi dan menimbulkan efek biokimia dan fisik yang positif. Bayi yang mendapatkan pijatan pada bagian abdomen, dimana pemijatan ini dapat memperlancar proses pencernaan bayi. Pijat bayi dapat meningkatkan aktivitas nervus vagus dan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gastrin (Roesli, 2013).

Insulin memiliki peran penting dalam metabolisme, yang menyebabkan kenaikan metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, asam amino, sintesa protein. Jadi, hormon 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 (Roesli, 2013).

Observasi awal yang dilakukan oleh penulis pada petugas kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Ridan Permai bahwa disemua desa belum ada yang melakukan teknik pijat bayi secara spesifik yang berguna untuk meningkatkan kesehatan dan perawatan pada bayi. Masalah berat badan bayi yang tidak mengalami peningkatan, kurangnya pengetahuan ibu dan petugas kesehatan dan ibu mengenai pentingnya stimulasi kenaikan berat badan bayi menggunakan pijat bayi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan berat badan Anak Usia 0-12 Bulan di Desa Ridan Permai Tahun 2021”.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat bayi terhadap kenaikan berat badan anak di Desa Ridan Permai tahun 2021.

METODE

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan rancangan *quasi eksperiment pre and post test with control group design* untuk mengetahui bagaimana Pengaruh pemberian Pijat Bayi terhadap kenaikan berat badan anak usia 0-12 bulan di Desa Ridan Permai. Penelitian ini dilakukan di Desa Ridan Permai pada bulan November 2021 - Januari 2022.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak yang tinggal di Desa Ridan Permai. Sampel dalam penelitian ini adalah anak yang berusia 0-12 bulan yang bertempat tinggal di Desa Ridan Permai yang berjumlah 40 anak. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*.

Variabel *dependen* pada penelitian adalah kenaikan berat badan dan variabel *independent* pada penelitian adalah pijat bayi. Penelitian ini menggunakan lembar identitas responden, timbangan dengan gram (gr) yang sudah dikalibrasi. Lembar identitas digunakan untuk mencatat data identitas responden. Meteran centimeter sebagai alat pengukuran panjang badan bayi. Timbangan bayi yang sudah

dikalibrasi sebagai alat pengukuran berat badan bayi .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada anak usia 0-12 Bulan di Desa Ridan Permai Tahun 2022

Variabel	Kategori	Kelompok			
		Intervensi		Kontrol	
		f	%	f	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	7	35	5	25
	Perempuan	13	65	15	75
Total		20		20	

Dari tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa pada kedua kelompok yaitu kelompok kontrol dan intervensi memiliki jumlah anak laki-laki yang lebih sedikit yaitu 35% dan 25 %.

Rata-Rata Berat Badan Anak Sebelum Diberikan Pijat Bayi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

Tabel 2. Rata-Rata Berat Badan Anak Usia 0-12 Bulan Sebelum Diberikan Pijat Bayi Pada Kelompok Intervensi Dan Control Di Desa Ridan Permai Tahun 2022

Kelompok	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean	Standar Deviasi
Intervensi	4533	9805	6872	1177,55
Kontrol	4630	9595	6989	1178,25

Dari tabel 2 di atas memperlihatkan rata-rata berat badan anak sebelum diberikan pijat bayi pada kelompok intervensi memiliki nilai minimum 4533 sedangkan pada kelompok kontrol memiliki nilai minimum 4630. Sedangkan untuk nilai maksimum pada kelompok intervensi 9805 dan untuk kelompok kontrol nilai maksimumnya 9505.

Rata-Rata Berat Badan Anak Sesudah Diberikan Pijat Bayi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol

Tabel 3. Rata-Rata Berat Badan Anak Usia 0-12 Bulan Sesudah Diberikan Pijat Bayi Pada Kelompok Intervensi Dan Control Di Desa Ridan Permai Tahun 2022

Kelompok	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean	Standar Deviasi
Intervensi	5330	11000	7960	1278,25
Kontrol	4950	9980	7090	1179,45

Tabel 3 memperlihatkan rata-rata berat badan anak setelah diberikan pijat bayi pada kelompok intervensi memiliki nilai minimum 5330 sedangkan pada kelompok kontrol memiliki nilai minimum 4950. Sedangkan untuk nilai maksimum pada kelompok intervensi 11000 dan untuk kelompok kontrol nilai maksimumnya 9980.

Analisa Bivariat

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Anak Usia 0-12 Bulan

Tabel 4: Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenikan Berat Badan Anak Usia 0-12 Bulan Di Desa Ridan Permai Tahun 2022

Kelompok		Mean	Selisih	SD	n	P value
Intervensi	Pre Test	6872	1,088	1177,55	20	0.001
	Post Test	7960		1178,25		
Kontrol	Pre Test	6989	0.101	1278,25	20	0,000
	Post Test	7090		1179,45		

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada tabel 4, dapat diketahui bahwa nilai *p value* pada kelompok intervensi dengan *pretest* dan *posttest* yaitu 0.001 dengan selisih 1.088 dan untuk kelompok kontrol dengan *pretest* dan *posttest* nilai *p value* 0.000 dengan nilai selisih 0.101. Dengan nilai tingkat kepercayaan $\alpha = 0.05$ maka didapatkan hasil bahwa ada hubungan pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan anak usia 0-12 bulan di Dsesa Ridan Permai.

Penelitian ini berangkat dari asumsi dasar bahwa pijat bayi yang dilakukan secara teratur dan continue dapat menaikkan berat badan bayi. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan penulis pada penelitian di Desa Ridan Permai pada 40 bayi. 20 bayi diberikan perlakuan pijat bayi dan 20 diberikan perlakuan pemijatan bayi. Yang menjadi populasi pada penelitian ini adalah bayi yang berusia 0 bulan hingga 12 bulan 15 hari saat awal penelitian, dan setelah dilakukan teknik pengambilan pengambilan sampel dengan kriteria inklusi didapatkan 40 sampel.

Selanjutnya dijadikan sebagai responden penelitian dan sebanyak 20 bayi diberikan intervensi pijat bayi dan 20 bayi dilakukan kontrol pijat bayi..

Responden yang diberikan kepada kelompok intervensi rutin dilakukan pemijatan bayi 2 kali sehari selama 30 hari sedangkan untuk kelompok kontrol hanya dilakukan 1 kali perlakuan pijat bayi. Penimbangan awal berat badan bayi pada kelompok intervensi dilakukan saat sebelum bayi mendapatkan treatment pijat bayi dan penimbangan selanjutnya dilakukan setelah pemberian terakhir pijat bayi di hari 30. Sedangkan untuk kelompok kontrol penimbangan berat bayi sebelum dilakukan pemijatan bayi dan ditimbang setelah 30 hari kemudian.

Hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa, rata-rata berat badan bayi yang diberikan pemijatan bayi pada kelompok intervensi memiliki selisih 1.088 kali dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan sekali pijatan pada 30 hari terakhir mendapatkan nilai selisihnya 0.101. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian treatment pijat bayi adalah suatu bentuk treatment alternatif terbaik dan murah dalam upaya menaikkan berat badan bayi secara lebih optimal, dengan catatan intervensi pijat bayi tersebut harus dilakukan sebanyak 2x dalam sehari selama satu bulan dan harus dilakukan secara continue.

Temuan hasil penelitian di atas telah dipertegas pula oleh para pakar yang telah membuktikan bahwa terapi sentuh dan pijat pada bayi memberikan banyak manfaat. Terapi sentuh, terutama pijat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, antara lain pengukuran kadar ludah, kadar hormon/eatecholamine air seni, dan pemeriksaan EEG (ElectroEncephalogram/gambaran gelombang otak). Pijat bayi secara rutin memang berguna untuk mempertahankan kesehatan bayi. Apalagi karena pijat bayi murah, mudah dan sudah biasa dilakukan di Indonesia sehingga bukan merupakan hal yang baru bagi kultur kita. Bainbridge & Heath (2007) mengemukakan bahwa pijat bayi mempunyai efek biokimia dan efek fisik atau klinis bagi tubuh bayi.

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10), ini membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin naik sehingga penyerapan makanan lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu akibatnya produksi ASI akan lebih banyak dan berat badan bayi cepat naik. Bayi yang dipijat juga mengalami penurunan kadar hormone stress karena pijatan pada bayi dapat membuat bayi lebih tenang, tidak mudah rewel karena capek sehingga bayi dapat tidur lebih nyenyak. Pijatan juga dapat membuat bayi mengalami peningkatan daya tahan tubuh sehingga bayi tidak gampang sakit maka pertumbuhan bayi tidak akan terganggu dan berat badannya akan meningkat (Roesli, 2001).

KESIMPULAN

1. Proporsi pertumbuhan kenaikan berat badan bayi pada kelompok intervensi sebelum diberikan pijat bayi mendapatkan nilai minimum 4533 dan nilai maksimum 9805. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai minimum 4630 dan nilai maksimum 9595.
2. Proporsi pertumbuhan kenaikan berat badan bayi pada kelompok intervensi setelah diberikan pijat bayi mendapatkan nilai minimum 5330 dan nilai maksimum 11000. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai minimum 4950 dan nilai maksimum 9980.
3. Didapatkan bahwa nilai *p value* pada kelompok intervensi dengan *pretest* dan *posttest* yaitu 0.001 dengan selisih 1.088 dan untuk kelompok kontrol dengan *pretest* dan *posttest* nilai *p value* 0.000 dengan nilai selisih 0.101. Dengan nilai tingkat kepercayaan $\alpha = 0.05$ maka didapatkan hasil bahwa ada hubungan pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan anak usia 0-12 bulan di Dsesa Ridan Permai

SARAN

1. Saran bagi profesi bidan dan perawat. Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan yang cukup bagi tenaga bidan dan tenaga perawat akan besarnya

manfaat terapi pijat bayi dalam menaikkan berat badan bayi sehingga mampu menyeimbangkan tumbuh kembang bayi di kemudian hari. Bidan dan tenaga perawat diharapkan mengerti dan mampu bagaimana melakukan tugas penatalaksanaan pijat bayi yang baik dan benar sehingga dapat meminimalisir faktor resiko yang kemungkinan dapat muncul.

2. Saran bagi petugas kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Desa Ridan Permai hendaknya dapat lebih mensosialisasikan program treatment pijat bayi bagi orang tua yang memiliki bayi usia 0-24 bulan. Program sosialisasi hendaknya dapat didukung pula dengan pengadaan fasilitas yang memadai sehingga masyarakat dapat lebih dimudahkan dalam mengakses program sistem pelayanan kesehatan tersebut.
3. Saran bagi masyarakat Anggota keluarga, terutama pasangan suami istri yang baru saja memiliki bayi usia 0-12 bulan, hendaknya dapat menerapkan treatment pijat bayi paling tidak selama 15 menit setiap minggunya untuk rentang waktu minimal satu bulan, karena hal ini dapat menaikkan berat badan bayi secara signifikan bila dapat dilakukan secara kontinyu.
4. Saran bagi peneliti selanjutnya Peneliti lain diharapkan dapat lebih mengembangkan variabel-variabel maupun faktor-faktor lain selain dari topik/tema yang telah penulis teliti. Di samping itu, pengambilan sampel penelitian hendaknya dapat lebih diperbanyak lagi dari apa yang telah ada, sehingga hasil penelitian yang dilakukan akan lebih mampu menangkap fenomena dan dapat menghasilkan capture analisa secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana D. 2013. Kenaikan berat badan Dan Terapi Bermain Pada Anak, Edisi Revisi. Salemba Med Jakarta.; 4.
- Jayatmi I, Herliana I. 2018. Hubungan Peran Orang Tua dan Pola Asuh Makan terhadap Perkembangan Balita. *J Ilm Kebidanan Indones*.;8(01):1-7.
- Ariani. (2013). *Usia Anak dan Pendidikan Ibu sebagai Faktor Risiko Gangguan Perkembangan Anak*. Malang: Rumah Sakit Umum Dr. Saiful Anwar.
- Cahyaningrum C, Sulistyorini E. (2014) Hubungan pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi umur 0- 3 bulan di rb suko asih sukoharjo tahun 2013. *J Kebidanan Indones J Indones Midwifery*.;5(2).
- Chamida, Atien N. (2018). *Pentingnya Stimulasi Dini Bagi Kenaikan berat badan Otak Anak*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Luar Biasa UNY.
- Cheng, Carolyn D., Volk, Anthony A. & Marini, Zopito A. (2011). *Supporting Fathering Through Infant Massage*. *The Journal of Perinatal Education* Vol. 20, No. 4.
- Field, T., Diego, M., Medina, L., Delgado, J. & Hernandez, A. (2011). *Yoga and Massage Therapy Reduce Prenatal Depression and Prematurity*. University of Miami School of Medicine: NIH Public Access.
- Depkes RI. (2013). *Manajemen Laktasi Buku Paduan Bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat;
- Gultom DY. 2015. Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Prematur di Ruang Perinatologi Rumah Sakit Imelda Medan. *J Ilm Kebidanan Imelda*.;1(1):28-34.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2010). *Instrumen Stimulasi, Deteksi Dan Intervensi Dini Kenaikan berat badan Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Pratiwi, Anindita R. (2013). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Bayi Di Desa Pamdak Kecamatan Baturaden Kabupaten Banyumas*. Purwokerto: Jurusan Keperawatan UNSOED.
- Public Health Agency of Canada. (2012). *Infancy: Birth - Two Years of Age*. Canada: canada.gc.ca. http://www.phac-aspc.gc.ca/hp-ps/dca-dea/stages-etapes/childhood-enfance_0-2/index-eng.php diakses pada 28 Maret 2014.
- Roesli, Utami. (2013). *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Pustaka Pembanguna Swadaya Nusantara.

- Syaukani A. 2015. *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi*. Yogyakarta: Araska.;
- RISKESDAS Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Badan Penelit dan Pengemb Kesehatan*.
- Wong, *et al.* (2018). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Vol. 1*. Jakarta: EGC.