

EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN

Teni Nurlatifah HR¹, Mega²

^{1,2}Akademi Kebidanan Respati,

^{1,2}Jl. Raya Bandung-Cirebon Km. 75 Tomo – Sumedang, Kabupaten Sumedang Kode Pos 45382, Indonesia

ABSTRAK

Anak memiliki suatu ciri yang khas yaitu selalu tumbuh dan berkembang. Pijat bayi merupakan suatu usaha untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak sejak bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perubahan berat badan dan efektivitas pijat bayi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi bayi usia 1-3 bulan. Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif. Jenis penelitian berbentuk analitik dengan desain penelitian prospektif. Populasi penelitian ini yaitu seluruh bayi berumur 1-3 bulan yang ada di Desa Jatisari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang sebanyak 42 bayi. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, jumlah sampel sebanyak 32 orang. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat menggunakan uji statistik Mc Nemar. Dari hasil uji statistik diperoleh p value sebesar 0,031 dengan $\alpha = 0,05$ yang berarti p value $< \alpha$, maka pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Desa Jatisari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang Tahun 2015. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan kenaikan berat badan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi terdapat kenaikan berat badan secara signifikan dibanding kelompok kontrol, maka pijat bayi dapat dijadikan intervensi dalam mengoptimalkan pertumbuhan anak.

Kata Kunci : Efektifitas, Pijat Bayi, Peningkatan Berat Badan

THE EFFECTIVENESS OF INFANT MASSAGE ON THE WEIGHT GAIN

ABSTRACT

A child has a unique characteristic that the child always grows and develops. Infant massage is an attempt to optimize the growth and the development of a baby since infancy. This study aims to identify the changes in weight and the effectiveness of infant massage in the control group and the intervention group of 1-3 months old infants. This research is quantitative. The type of the research is analytic form with a prospective study design. The population is all the 1-3 months old infants in the District Jatisari Tanjungsari Sumedang Regency that there are 42 infants. Sampling was done by purposive sampling which the total sample is 32 people. The analysis is univariate and bivariate analysis using Mc Nemar statistical tests. From the test results, it is obtained that the statistical p value is 0,031 with $\alpha = 0.05$ which means the p value $< \alpha$. Thus, the infant massage is effective in improving body weight in the intervention group and the control group in Jatisari District of Sumedang Regency Tanjungsari 2015. Conclusion of this research there is were differences in body weight gain in the intervention group and the control group. In the intervention group there is a significant increase in body weight than the control group. The intervention of infant massage can be applied in optimizing a child growth.

Keywords : *Effectiveness, Infant Massage, Weight gain*

PENDAHULUAN

Masa kritis pada perkembangan manusia yaitu pada masa bayi dimana masa bayi merupakan masa keemasan karena masa ini bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai factor yang saling berkaitan, yaitu factor genetik, lingkungan dan perilaku, serta rangsangan atau stimulasi. Respons bayi terhadap rangsangan yang diberikan mengalami perkembangan. (Sunarsih, 2010).

Bayi terus belajar mengembangkan kemampuan motorik terhadap semua perlakuan yang diberikan seperti halnya kontak mata antara bayi dengan ibu, suara hangat sapaan ibu, dan sentuhan lembutnya sangat penting bagi perasaan positif bayi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hae Kyung Lee (2005) tentang *The effect of infant massage on weight gain, physiological and behavioral responses in premature infants* menyatakan bahwa Pemijatan dilakukan pada kelompok eksperimen sebanyak 2 kali sehari selama 10 hari, didapatkan hasil pada kelompok eksperimenter jadi peningkatan yang signifikan pada vagal tone (tonus vagus), aktifitas motorik dan berat badan. (Hae KyungLee, 2005).

Masalah yang terjadisaatini, sebagian besar ibu yang telah melahirkan tidak melakukan pijat terhadap bayinya. Penyebabnya karena tidak tahu bagaimana cara melakukan pijat bayi, tidaktahu manfaat pijat bayi, dan juga takut terjadi masalah dengan bayinya jika salah memijat. Stimulasi yang kurang dalam masa-masa awal kehidupan anak akan mengerdilkan perkembangan emosional, sosial, fisik dan kognitif. (Andini M, 2014). Sesuai dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan hasil didapat bahwa 2 dari 3 ibu pernah melakukan pijat bayi kepada bayinya yang dilakukan oleh paraji dan bidan. Semua Ibu yang memberikan pijat terhadap

bayinya mengatakan bahwa mereka merasakan pertumbuhan dan perkembangan bayinya lebih cepat yaitu konsistensi tubuhnya lebih kekar. Ditunjang dengan hasil penelitian Prof. T. Field & Scafidi bahwa pada 20 bayi prematur (berat badan 1.280 dan 1.176 g), yang dipijat 3x15 menit selama 10 hari, mengalami kenaikan berat badan 20% - 47% per hari dibanding yang tidak dipijat. Sedang pada bayi cukup bulan berusia 1-3 bulan yang dipijat 15 menit, dua kali seminggu, selama 6 minggu mengalami kenaikan berat badan yang lebih tinggi. (Prof. T. Field & Scafidi dalam Roesli, 2013).

Sesuai dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada 3 orang ibu yang mempunyai bayi berusia 3 bulan di kecamatan Tanjungsari. Hasilnya didapat bahwa 2 dari 3 ibu pernah melakukan pijat bayi kepada bayinya yang dilakukan oleh paraji dan bidan. Semua Ibu yang memberikan pijat terhadap bayinya mengatakan bahwa mereka merasakan pertumbuhan dan perkembangan bayinya lebih cepat yaitu konsistensi tubuhnya lebih kekar. Peneliti melakukan studi pendahuluan di kecamatan tanjungsari dikarenakan sesuai data dari dinas kesehatan kabupaten Sumedang pada periode Januari – September 2014 jumlah angka kelahiran tertinggi adalah di kecamatan Tanjungsari dengan jumlah kelahiran hidup yang cukup tinggi yaitu 521 jiwa, di antara desa dikecamatan Tanjungsari, Desa Jatisari adalah desa yang paling tinggi untuk angka kelahiran pada bulan Januari - September 2014 yaitu 162 jiwa. Hal ini perlu diwaspadai ke daerah yang angka kelahirannya cukup tinggi untuk menghindari angka kematian pada bayi, banyak faktor yang mengakibatkan bayi mengalami kematian salah satunya adalah perawatan yang tidak optimal dan kurangnya asupan nutrisi yang dibutuhkan bayi. Untuk mengatasi hal tersebut salah satu peran pemerintah terutama pihak kesehatan harus berupaya mencegah terjadinya kematian pada bayi dengan bentuk perawatan optimalisasi

pertumbuhan bayi dengan melakukan pijat bayi untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi salah satunya meningkatkan berat badan pada bayi.

Sesuai dengan keputusan menteri kesehatan nomor 900/MENKES/SK/VI/2002 tentang registrasi dan praktik bidan menyebutkan bahwa bidan berwenang memantau tumbuh kembang bayi melalui deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang optimal salah satu bentuk stimulasi yang dapat di implementasikan oleh bidan kepada masyarakat adalah pijat bayi, sehingga masyarakat dapat melakukan pijat bayi sesuai dengan arahan bidan.

Menurut Rini Sekartin, dokter spesialis anak dari fakultas kedokteran Universitas Indonesia menyatakan bahwa pijatan pada bayi mampu meningkatkan zat-zat makanan disaluran pencernaan dan mengembangkan mental anak, membantu menstabilkan suhu tubuh serta meningkatkan hormon gastrin dan insulin yang berperan dalam penyerapan makanan sehingga berat badan bayi naik lebih cepat.

Berdasarkan uraian di atas tentang mengoptimalkan peran bidan dalam menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi menggunakan pijat bayi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di desa Jatisari kecamatan Tanjungsari Kab. Sumedang Tahun 2015".

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini adalah jenis penelitian Kuantitatif dengan metode penelitian Analitik dan desain penelitian prospektif. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh bayi usia 1-3 bulan yang didapatkan dari data di desa Jatisari kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang pada tahun 2015 yaitu sebanyak 42 orang dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu jenis teknik *purposive sampling*. Yang memenuhi kriteria inklusi yaitu bayi sehat,

lahir cukup bulan 37-42 minggu dan bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif. Pengumpulan data menggunakan data primer yaitu pijat bayi, peningkatan berat badan dan biodata responden dengan instrumen daftar tilik pijat bayi, lembar observasi dan lembar biodata responden. Analisa data melakukan analisis univariat dan bivariat, untuk analisis bivariat menggunakan uji *Mc. Nemar*.

Selanjutnya menjelaskan tentang efektif atau tidaknya pemberian pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dengan klasifikasi sebagai berikut :*Efektif*: apabila pijat bayi berjalan baik, dilakukan secara konsisten dan mengalami peningkatan berat badan. Tinggi, apabila peningkatan berat badan >200gr/minggu, normal, apabila peningkatan berat badan antara 170-200gr/minggu dan rendah, apabila peningkatan berat badan <170gr/minggu. Sedangkan *Tidak Efektif*: apabila pijat bayi tidak berjalan baik, tidak dilakukan secara konsisten dan tidak mengalami peningkatan berat badan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 32 bayi di bagi 2 kelompok yaitu 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol menggunakan analisis univariat yaitu setelah dilakukan observasi dengan dilakukan pemijatan secara rutin yakni 2 kali dalam 1 hari setiap pagi dan sore hari selama 2 minggu diperoleh perubahan berat badan sebanyak 16 bayi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol tidak dilakukan tindakan apapun didapatkan hasil 6 bayi tidak terdapat perubahan dan 10 bayi terdapat perubahan berat badan. Berikut tabel analisis univariat pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Perubahan Berat Badan pada Kelompok Intervensi di Desa Jatisari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang Tahun 2015

Perubahan BB	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak berubah	0	0
Berubah	16	100
Jumlah	16	100.0

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa dari 16 responden pada kelompok intervensi secara keseluruhan 16 bayi (100%) mengalami perubahan berat badan.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perubahan Berat Badan pada Kelompok Kontrol di Desa Jatisari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang Tahun 2015

Perubahan BB	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak berubah	6	37.5
Berubah	10	62.5
Jumlah	16	100.0

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa dari 16 responden pada kelompok kontrol didapatkan 6 bayi (37,5%) tidak mengalami perubahan berat badan dan 10 bayi (62,5%) mengalami perubahan berat badan.

Untuk mengetahui efektivitas pijat bayi dalam meningkatkan berat badan bayi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Mc Nemar* dengan hasil:

Tabel 3 Efektivitas Pijat Bayi dalam Meningkatkan Berat Badan pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi di Desa Jatisari kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang Tahun 2015

Pijat Bayi	Berat Badan				Total		Mean	Std. Deviation
	Naik		Tidak Naik		Jumlah			
	f	%	f	%	f	%		
Intervensi	16	100	0	0	16	100	393.1	45.4
Kontrol	6	37,5	10	62,5	16	100	80.0	74.2
Jumlah	22		10		32			

Keterangan : uji *Mc Nemar* dengan $\alpha = 0,05$

Sumber : hasil penelitian

Hasil penghitungan statistik dengan uji *Mc Nemar* dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh p value sebesar 0,031 yang berarti p value < α , dengan demikian makapijat bayi dalam meningkatkan berat badan bayi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi efektif di Desa Jatisari kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang dan untuk mengetahui apakah perubahan berat badan pada kelompok intervensi mempunyai nilai mean yang berbeda, maka hasil uji t sebagai berikut:

Tabel 4 Efektivitas Pijat Bayi dalam Meningkatkan Berat Badan Kelompok Intervensi di Desa Jatisari kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang Tahun 2015

	N	T	Mean	P value
BB dengan pijatan	16	34.6	393.1	0,000
BB tanpa pijatan	16	4.3	80.0	

Keterangan : uji *t* dengan $\alpha = 0,05$

Sumber : hasil penelitian

Hasil uji *t* diperoleh nilai $p = 0,000$ atau α yang berarti bahwa perubahan berat badan pada kelompok intervensi menunjukkan perbedaan yang bermakna serta *t* hitung pada kelompok intervensi adalah 34.6 sedangkan *t* hitung pada kelompok kontrol adalah 4,3.

Untuk melihat efektivitas dari pijat bayi terhadap peningkatan berat badan maka dilakukan dengan uji statistik yaitu *Uji Mc Nemar*. Hasil penghitungan statistik dengan uji *Mc Nemar* dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh p value sebesar 0,031 yang berarti p value $< \alpha$, yang artinya H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan dalam penelitian ini pijat bayi efektif terhadap peningkatan berat badan padakelompok kontrol dankelompok intervensi di Desa Jatisari kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang tahun 2015.

Untuk mengetahui perubahan berat badan pada kelompok intervensi mempunyai nilai mean yang berbeda maka dilakukan analisa statistik *Uji t* dengan diperoleh nilai $p = 0,000$ atau α yang berarti bahwa perubahan berat badan pada kelompok intervensi menunjukkan perbedaan yang bermakna. Selain itu didapat *t* hitung pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan *t* hitung pada kelompok kontrol yang berarti efektivitas pijat bayi tinggi terhadap peningkatan berat badan.

Pada masa usia masih bayi yang merupakan masa keemasan dimana pada masa ini merupakan masa yang penting dalam pertumbuhan dan perkembangannya sehingga memerlukan makanan yang tepat, bergizi dan bernutrisi. Pada usia 0 – 6 bulan, bayi hanya cukup mendapatkan ASI saja karena ASI merupakan makanan yang tidak dapat ditandangi oleh makanan lainnya yang sangat

baik untuk masa pertumbuhannya, dan setelah 6 bulan bayi perlu diperkenalkan makanan pendamping ASI sesuai usianya. Perubahan berat badan bayi pada masa pertumbuhan adalah sesuatu yang wajar namun, dengan perlakuan pijat bayi diharapkan pertumbuhan akan semakin terlihat dan pada penelitian tampak perbedaannya. (Utami Dewi, Dkk, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian ini, untuk mengoptimalkan pertumbuhan anak pada masa bayi selain pemberian nutrisi yang baik perlunya rangsangan atau stimulasi sehingga dapat mengalami perubahan dalam kebiasaan makan menjadi lebih sering dan menyebabkan perubahan berat badan akan semakin cepat. Intervensi berupa pijatan pada tubuh bayi merupakan sarana pemenuhan kebutuhan stimulasi ketika bayi dalam merangsang semua kerja sistem sensorik dan motoriknya.

Efek peningkatan berat badan juga didapat pada bayi yang lahir cukup bulan. Sebuah studi di (Chile oleh Serrano, 2010) mempelajari bahwa ada efek pijat bayi selama 10-15 menit sehari sejak bayi berusia 15 hari. Pada usia 2 bulan, bayi yang rutin dipijat menunjukkan peningkatan berat badan signifikan dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat.

Menurut hasil penelitian (Dewi NN, 2011) juga menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan kenaikan berat badan yang signifikan antara bayi lahir cukup bulan yang diberikan stimulasi pijatan, dibandingkan dengan bayi yang tidak menerima pijatan. Pijatan tersebut dilakukan pada bayi baru lahir selama 15 menit sehari di rumah dalam kurun waktu 4 minggu. Perbedaan kenaikan berat badan terlihat pada usia 4 minggu.

KESIMPULAN

Pada penelitian ini simpulannya adalah Pada kelompok intervensi didapatkan hasil berat badan seluruh responden meningkat secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak dilakukan pemijatan. Hal tersebut diakibatkan dari kerja otot-otot serta sistem penyerapan nutrisi yang sangat baik sehingga mengalami peningkatan berat badan yang cukup tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

KEPMENKES RI No. 900/MENKES/SK/VII/2002 tentang registrasi dan praktik bidan.

Hae Kyung Lee, (2005), The effect of infant massage on weight gain, physiological and behavioral responses in premature infant. J of Korean Academy of Nursing. Vol. 35, No. 8: 1551-1460

Serrano MS, Doren FM, & Wilson L, (2010). Teaching chilean mothers to massage at age 2 and 4 month's. Dari <http://journals.lww.com/jpnnjournal/Abstract/2010/04000>

Dewi, NN, Soetjningsih, Prawirohartono, E.P. (2011), Effect of massage stimulation on weight gain in full term infant. Paediatrica Indonesiana, 51, 202-206.

Sunarsih, T, (2010), Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-3 Bulan Di Bps Saraswati Sleman Yogyakarta. Diperoleh tanggal 2 Oktober 2014 dari <http://e-journal.respati.ac.id>.

Utami Dewi, Fidyah Aminin, Harvensica Gunnara, (2014), Pengaruh Pemijatan terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tanjungungat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjungpinang. Jurnal Ners dan Keb, Vol 1, No. 3

Andini M, et al. (2014), Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Neonatus. JOM PSIK. 1/2/18.

Putri, H, (2010), Perawatan Si Kecil dan Bunda Pasca Melahirkan. Leaf Production. Depok.

Irva, ST, (2014), Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. JOM PSIK. 1/2/1-8.

Widyastuti, D dan Widyani, R. (2008), Panduan Perkembangan Anak 0-1 Tahun. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.

Roesli, U. (2013). Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara

Maryunani Anik, (2010) Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan. CV. Trans Info Media. Jakarta.

Hidayat, AAA, (2011), Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Salemba Medika. Jakarta.

Subakti, Y dan Anggraini, D.R. (2008), Keajaiban Pijat Bayi dan Balita. Jakarta Selatan : PT Wahyu Medika.

Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang, (2014), Profil Kesehatan Kabupaten Sumedang Periode Januari – September. Sumedang : Dinas Kesehatan Pemerintah Kabupaten Sumedang.

Puskesmas Tanjungsari, (2014), Cakupan Persalinan September. Sumedang: Puskesmas Tanjungsari. 2014.

Hidayat, A.A, (2008), Pengantar Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan Kebidanan. Salemba Medika. Jakarta.

Rizena Putra Sitiava, (2014), Asuhan Neonatus Bayi dan Balita untuk Keperawatan dan Kebidanan. D-Medika. Jogjakarta.