

## PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI 0-6 BULAN MELALUI TINDAKAN PEMIJATAN BAYI.

Lili Purnamasari<sup>1\*</sup>, Indah Yun Diniaty Rosidi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>D III Kebidanan, Kebidanan, STIKes Nani Hasanuddin Makassar, Indonesia

<sup>2</sup>D III Kebidanan, Kebidanan, STIKes Nani Hasanuddin Makassar, Indonesia

\* E-mail: [lili.purnamasari1992@yahoo.com](mailto:lili.purnamasari1992@yahoo.com)

*Patria Artha Journal of Nursing Science*

2019, Vol. 3(2), 124-127

Issn: 2549 5674

e-issn: 2549 7545

Reprints and permission:

<http://ejournal.patria-artha.ac.id/index.php/jns>

### Abstrak

Pijat bayi merupakan terapi sentuhan, stimulasi taktil yang memiliki keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi dan merupakan tradisi lama yang mulai diterapkan dalam ilmukesehatan. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pemijatan bayi terhadap peningkatan berat badan bayi 0-6 bulan. **Metode Penelitian:** *experiment* dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* dan sampel sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi. Data dianalisis menggunakan program SPSS dengan uji statistik Uji *Paired Sample Test*. **Hasil:** hasil analisis pengaruh pemijatan bayiterhadap peningkatan berat badan bayi diperoleh nilai  $p = 0,000$  berarti ada pengaruh pemijatan bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0-6 bulan. **Implikasi penelitian:** kenaikan berat badan bayi yang signifikan maka pemijatan pada bayi harus dilakukan secara teratur yaitu minimal 2-3 kali dalam seminggu **Rekomendasi:** Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut dengan variabel penelitian yang lebih baik.

**Kata kunci:** *bayi; berat badan; pijat; stimulasi; taktil*

### PENDAHULUAN

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis pertumbuhan dan perkembangan. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat di ulang kembali (Soetjiningsih, 2012).

Memiliki anak dengan tumbuh kembang yang optimal adalah dambaan bagi setiap orang tua. Proses tumbuh kembang anak dapat berlangsung secara alami. Istilah tumbuh kembang sebenarnya mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda, tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan

perkembangan. Pertumbuhan adalah perubahan yang bersifat kuantitatif yaitu penambahan jumlah, ukuran, dimensi pada tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pound, kilogram), ukuran panjang seperti cm dan meter (Soetjiningsi & Ranuh, 2016).

Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan dan perilaku, serta rangsangan atau stimulasi yang berguna. Perilaku orang tua juga sangat berpengaruh dalam tumbuh kembang anak terutama pada pemberian gizi oleh orang tua. Pemberian gizi tentu saja paling berpengaruh dan bisa terlihat

pada pengukuran berat badan. Status gizi yang optimal pada bayi 2 tahun pertama kehidupan merupakan salah satu penentu kualitas sumberdaya pada masyarakat sehingga penanganan tepat pada awal pertumbuhan akan mencegah gangguan gizi yang dapat muncul saat dewasa (Purwanti, 2004).

Manifestasi pertumbuhan salah satunya adalah berat badan. Pada usia 3 bulan pertama merupakan pertumbuhan yang sangat cepat, sehingga perlu menjaga berat badan bayi sesuai umur. Bila berat badan tidak naik akan berdampak pada tumbuh kembang anak dan menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi. Penyakit infeksi pada masa pertumbuhan bayi akan mengakibatkan penurunan nafsu makan sehingga pemasukan gizi kurang, akibatnya gizi bayi buruk (Supriasa, 2002).

Kenaikan berat badan bayi dan anak dibawah usia 5 tahun (balita) merupakan masalah yang masih dihadapi Provinsi Sulawesi Selatan. Sepanjang tahun 2014 terdapat 26.274 bayi dan balita yang ditimbang di posyandu mengalami masalah dalam penambahan berat badan, yaitu berat badan bayi yang tidak sesuai dengan usia bayi (Dinkes Kota Makassar, 2015)

Berat badan sangat dipengaruhi oleh genetik, lingkungan, tingkat kesehatan, status gizi dan latihan fisik. Salah satu upaya untuk menjaga berat badan normal bayi adalah dengan memberikan stimulus kepada bayi. Stimulus yang diberikan berupa taktil yaitu pijat bayi, karena dengan pijat tersebut dapat merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus sehingga pengosongan lambung meningkat dengan demikian bayi lebih cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu sama ibunya. Selain itu nervus vagus juga memacu produksi enzim pencernaan sehingga penyerapan makanan akan lebih baik, dengan demikian berat badan bayi akan meningkat (Yahya, 2011).

Berkaitan dengan hal tersebut bahwa dengan memberikan stimulus taktil berupa pijat bayi pada beberapa titik akan membantu kenaikan berat badan bayi, sehingga meningkat status gizi bayi.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan di PMB Suriyanti.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan di PMB Suriyanti pada bulan Maret - Juni 2019. Jenis penelitian ini adalah *experiment* dengan desain *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi yang datang ke PMB Suriyanti pada bulan Maret-Juni 2019 sebanyak 62 orang dengan sampel sebanyak 30 orang. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria: Bayi usia 0-6 bulan, bersedia menjadi responden, datang melakukan pemijatan di PBM Suriyanti.

Analisis bivariat yang dilakukan adalah tabulasi silang antara dua variabel yaitu variabel independen dan dependen. Analisis bivariat yang digunakan untuk mengetahui hubungan terhadap objek penelitian adalah menggunakan uji *Paired Sample Test* atau Uji T berpasangan.

## HASIL

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan jenis kelamin di PMB Suriyanti

| Jenis Kelamin | N  | %   |
|---------------|----|-----|
| Laki - Laki   | 15 | 50  |
| Perempuan     | 15 | 50  |
| Total         | 30 | 100 |

Sumber : DataPrimer, 2019

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh data responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan memiliki jumlah yang samayaitu masing-masing 15 responden (50%).

#### b. Umur

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di PMB Suriyanti

| Umur    | N  | %    |
|---------|----|------|
| 0 bulan | 4  | 13,3 |
| 1 bulan | 10 | 33,3 |
| 2 bulan | 9  | 30   |
| 3 bulan | 3  | 10   |
| 4 bulan | 2  | 6,7  |
| 5 bulan | 1  | 3,3  |
| 6 bulan | 1  | 3,3  |
| Total   | 30 | 100  |

Sumber : DataPrimer, 2019

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data responden berdasarkan umur dimana umur terbanyak yaitu umur 1 bulan sebanyak 10 responden (33,1%) dan terendah yaitu umur 5 bulan dan 6 bulan masing-masing sebanyak 1 responden (3,3%).

## 2. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah dan Rata-Rata Kenaikan Berat Badan Bayi**

| Pijat Bayi | Rata-rata berat badan (kg) | Rata-Rata Kenaikan Berat Badan Bayi (kg) |
|------------|----------------------------|--|
| Sebelum    | 4,3                        | 0,82                                     |
| Sesudah    | 5,12                       |  |

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa rata-rata berat badan bayi meningkat setelah dilakukan pemijatannya yaitu 5,12 kg dengan rata-rata kenaikan berat badan setelah dilakukan pemijatan bayi sebesar 0,82 kg.

**Tabel 4 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan**

|                   | Paired Differences |          |                 |   | p      |       |
|-------------------|--------------------|----------|-----------------|---|--------|-------|
|                   | Mean               | Std. Dev | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |        |       |
|                   |                    |          |                 | Lower                                     |        | Upper |
| sebelum - sesudah | .82                | .3316    | .0605           | -.9438                                    | -.6962 | .000  |

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil uji Paired-Sample T Test (Uji T berpasangan) dengan menggunakan SPSS yaitu nilai p value (0,000) < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan.

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kalsum (2014) bahwa terdapat hubungan antara

pemijatan dengan peningkatan berat badan bayi.

Pijat bayi merupakan terapi sentuhan, stimulasi taktil yang memiliki keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi. Pijat melibatkan kerja dan gerak pada tubuh dengan tekanan yang terstruktur, tidak terstruktur, stasioner atau gerakan dengan tekanan, gerakan dengan getaran, bisa dilakukan secara manual atau dengan bantuan alat. Pijat dapat dilakukan dengan tangan, jari, siku, lutut, lengan, kaki atau perangkat pemijatan lainnya. Pemijatan dapat memberikan relaksasi, perasaan enak dan nyaman (Prasetyono, 2009).

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 (Roesli, 2006). Dengan adanya penyerapan makan yang lebih baik, maka nutrisi yang diserap dalam tubuh akan ikut melalui peredaran darah yang juga akan meningkat akibat aksi saraf simpatis. Peningkatan distribusi nutrisi mikro dan makro akan membantu metabolisme dalam tubuh, sehingga ada penyimpanan bawah kulit dan pementukan sel baru. Keadaan ini dapat meningkatkan berat badan bayi. Kenaikan berat badan bayi menunjukkan adanya hubungan antara asupan nutrisi bayi dengan pengeluaran energi karena berat badan dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti asupan makanan (Heath Alam and Bainbridge Nicki, 2007).

Hal ini dibuktikan dengan adanya hasil penelitian Uswatun, dkk (2007) menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan pijat secara teratur selama 6 minggu mengalami peningkatan berat badan rata-rata lebih dari sama dengan 1000 gram.

## SIMPULAN

Bayi yang mendapatkan pemijatan bayi sebanyak 2 kali dalam sebulan mengalami

peningkatan berat badan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan di PMB Suriyanti dan untuk kenaikan berat badan yang signifikan maka pemijatan pada bayi harus dilakukan secara teratur yaitu minimal 2-3 kali dalam seminggu.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ketua Yayasan STIKes Nani Hasanuddin Makassar dan Ketua STIKes Nani Hasanuddin Makassar serta Ketua P3M STIKes Nani Hasanuddin Makassar yang telah memfasilitasi dan memberikan dana hibah untuk tercapainya penelitian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Kota Makassar. (2015). Profil Kesehatan Kota Makassar Tahun 2014. August 19, 2019. Diperoleh dari : <http://dinkeskotamakassar.com/index.php/2017-02-09-09-30-56?download=16:profil-kesehatan-kota-makassar-tahun-2014>
- Heath Alam and Bainbridge Nicki. (2007). *Baby massage: Kekuatan menenangkan dari sentuhan*. Jakarta : Dian Rakyat.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2002). *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja Edisi 1 tahun 2002 Buku Ajar 1*. Jakarta : Sagung Seto
- Kalsum, U. (2014). *Peningkatan Berat Badan Bayi Melalui Pemijatan*. Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 17 No.1, Maret 2014, hal 25-29. <http://dx.doi.org/10.7454/jki.v17i1.371>
- Nursalam dan Susilaningrum, Rekawati dan Utami, Sri. (2005). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak untuk Perawat dan Bidan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nurul, Indah Sari. (2008). *Efektivitas Pijat Bayi terhadap peningkatan berat badan bayi prematur di RSUD Kota Semarang*. STIKES Karya Husada Semarang. August 20, 2019. Diperoleh dari: <http://download.portalgaruda.org>
- Prasetyo. (2009). *Teknik-teknik Tepat memijat Bayi Sendiri Panduan Lengkap dan Uraian Kemanfaatannya*. Yogyakarta : Diva Press
- Prasetyono. (2013). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta : Buku Biru
- Prawirohardjo, Sarwono. (2007). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Purwanti S, Hubertin. (2004). *Konsep penerapan ASI eksklusif*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Putri, Alissa. (2009). *Pijat dan Senam Untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Brilliant Offset.
- Roesli, U. (2001). *Pedoman pijat bayi prematur & bayi usia 0-3 bulan*. Bandung : Niaga Swadaya.
- Roesli, U. (2006). *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta : Trubus Agriwidya
- Soetjningsih, IG. N. Gde Ranuh. (2016). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Soetjningsih. (2012). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Subakti, Yazid. Deri, Rizky Anggraeni. 2008. *Keajaiban pijat bayi dan balita*. Jakarta : PT. Wahyu media.
- Supriasa, et al. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Uswatun, A.Q, dkk. (2007). *Hubungan Antara Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-3 Bulan di Pondok Bersalin Desa Balak Siaga Cawas Klaten Tahun 2007*. Klaten. August 20, 2019. Diperoleh dari: <http://download.portalgaruda.org>
- Yahya, Nadjibah. (2011). *Spa bayi dan anak*. Solo : Metagraf