

OPTIMALISASI PERTUMBUHAN BAYI MELALUI PIJAT BAYI

by Alfadefi Khalifatunnisak, Et Al.

Submission date: 27-Dec-2022 09:54AM (UTC+0700)

Submission ID: 1986808612

File name: 167-Article_Text-640-2-10-202211200_-_damiana_laritembun.pdf (1.01M)

Word count: 2575

Character count: 15459

OPTIMALISASI PERTUMBUHAN BAYI MELALUI PIJAT BAYI

Alfadefi Khalifatunnisak¹

*Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Pendidikan Profesi
Kebidanan*

alfadefi.khalifatunnisak@iik.ac.id

Erna Rahmawati²

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, S1 Keperawatan

erna.rahmawati@iik.ac.id

Anggraini Dyah Setiyarini³

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, D3 Kebidanan

anggraini.dyah@iik.ac.id

4

ABSTRAK

Latar Belakang: Peningkatan berat badan merupakan salah satu indikator kesehatan bayi yang dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertumbuhan bayi. Tumbuh kembang bayi dapat terjadi dengan optimal adalah salah satunya dengan rutin dilakukan pemijatan pada bayi. Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Beberapa penelitian mengatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan nafsu makan bayi hal ini terjadi akibat terjadinya pengosongan lambung yang terjadi lebih cepat akibat rangasangan pijat yang mengaktifkan nervus vagus. Hal ini menyebabkan peningkatan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat. **Tujuan Penelitian:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi yang dapat dilihat dari kenaikan berat badan bayi umur 3-8 bulan di desa Wates kecamatan Pagu kabupaten Kediri. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah Pretest-Posttest dengan Quasi eksperimen design. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah bayi usia 3-8 bulan di desa Wates kecamatan Pagu Kabupaten Kediri yang berjumlah 64 bayi. Metode sampling yang digunakan adalah non probability sampling yaitu total sampling. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah Uji Wilcoxon yang bertujuan untuk mengetahui efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan. **Hasil penelitian:** umur responden terbanyak yaitu 4 bulan (28%), jenis kelamin responden terbanyak dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 39 responden (28%), sebagian besar 40% bayi pernah dipijat dengan intensitas dua bulan sekali, sebagian besar 81% bayi yang dilakukan pijat mengalami kenaikan berat badan. Dari hasil Uji Statistik nilai $p=0,000$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat badan) bayi usia 3-8 bulan di desa Wates Kecamatan Pagu Kabupaten

Kediri.

Kata kunci: pijat bayi, pertumbuhan, bayi

ABSTRACT

Background: Weight gain is one indicator of infant health that can be used as a benchmark for infant growth.

3

Baby massage is believed to be able to maintain health and be able to stimulate and optimize baby's growth and development. Massage is one of the oldest methods of treatment in the world. Some studies say baby massage can stimulate the vagus nerve, where this nerve increases intestinal peristalsis so that gastric emptying increases thereby stimulating the baby's appetite. On the other hand, massage also improves blood circulation and increases cell metabolism, from which the baby's weight will increase. Research Objectives: The purpose of this study was to determine the effect of baby massage on infant growth which was assessed from an increase in infant weight in infants aged 3-8 months in Wates village, Pagu district, Kediri district. Methods: This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest design. The population in this study were infants aged 3-8 months in the village of Wates, Pagu sub-district, Kediri Regency, amounting to 64 babies. The sampling technique in this study is non-probability sampling, namely total sampling. Bivariate analysis to prove the effect of baby massage on increasing baby's weight before and after treatment using the Wilcoxon test. The results of the study: the age of the most respondents was 4 months (28%), the gender of the most respondents in this study was female, which amounted to 39 respondents (28%), most of 40% of babies had massaged with intensity every two months, mostly 81% Infants who received massage experienced weight gain. Wilcoxon Test test obtained p value = 0.000. Conclusion: There is an effect of baby massage on the growth (weight) of babies aged 3-8 months in Wates Village, Pagu District, Kediri Regency.

Pendahuluan

Pertumbuhan dan perkembangan saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan anak yang masih menjadi sorotan pemerintah. Menurut WHO selama kurun waktu sepuluh tahun terakhir tercatat lebih dari dua ratus juta anak mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Data nasional Kemenkes RI di tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 11,5 % balita di Indonesia mengalami kelainan pertumbuhan dan perkembangan sedangkan di tahun 2019 dari data dari Riskesdas memperlihatkan hasil total indeks perkembangan anak di Indonesia masih di angka 88,3%. Peningkatan berat badan merupakan salah satu indikator kesehatan bayi yang dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertumbuhan bayi. Tumbuh kembang bayi dapat terjadi dengan optimal adalah salah satunya dengan rutin dilakukan pemijatan pada bayi. Pijat adalah salah satu metode pengobatan tertua di dunia.

Manfaat pijat sendiri sudah dirasakan sejak dahulu untuk melemaskan sendi dengan metode gosok yang kuat pada tubuh. Di era modern saat ini pijat merupakan

terobosan terapi komplementer yang banyak diminati masyarakat mulai dari salon spa, pusat perawatan kesehatan bahkan sampai di rumah sakit yang sudah banyak menyediakan layanan terapi pijat. Salah satunya yang saat ini sedang marak adalah terapi pijat pada bayi untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Safitri, 2021).

Manfaat positif bagi bayi yang rutin dilakukan pemijatan adalah bayi merasa nyaman, rileks, dan tenang. Melalui sentuhan dan usapan-usapan lembut pemijatan akan membuat aliran darah lebih lancar, otot menjadi lebih lentur dan sehat sehingga kerja organ-organ tubuh akan lebih optimal (Simanihuruk, 2017).

Pijat bayi merupakan bentuk dari stimulasi yang berupa sentuhan. Sentuhan disini dapat diartikan sebagai sentuhan secara fisik maupun sentuhan kasih sayang atau stimulasi suara, perhatian, aroma tertentu, pandangan mata, gerakan fisik, dan ekspresi. Banyaknya stimulasi yang diterima bayi saat dilakukan pemijatan akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel-sel otak (Dewi et al, 2017).

Beberapa penelitian mengatakan bahwa pijat

bayi dapat meningkatkan nafsu makan bayi hal ini terjadi akibat terjadinya pengosongan lambung yang terjadi lebih cepat akibat rangasangan pijat yang mengaktifkan *nervus vagus*. Hal ini menyebabkan peningkatan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat. Pijat bayi juga dapat meningkatkan metabolisme sel dan melancarkan aliran darah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Field dan Scafidi terjadi kenaikan berat badan sebanyak 20%-47% per hari pada bayi premature yang rutin dipijat selama 10 hari dengan intensitas pemijatan 15 menit/hari. Sedangkan untuk bayi cukup bulan usia 1-6 bulan dapat terjadi kenaikan berat badan lebih baik dibandingkan bayi cukup bulan yang tidak dilakukan pemijatan secara teratur. Mengutip pula hasil penelitian yang dilakukan Safitri 2021 bayi pada kelompok eksperimen (dilakukan pemijatan rutin) mengalami peningkatan berat badan sebesar 17,32% dan kelompok kontrol meningkat sebesar 13,48%. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi yang dinilai dari adanya peningkatan berat badan bayi pada bayi umur 3-8 bulan di desa Wates kecamatan Pagu kabupaten Kediri.

Metode Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *Quasi eksperiment design* dengan menggunakan *Pretest dan Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 3-8 bulan di desa Wates kecamatan Pagu Kabupaten Kediri yang berjumlah 64 bayi. Metode sampling yang digunakan adalah *non probability sampling* yaitu *total sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pijat bayi, dan variabel terikatnya adalah berat badan bayi. Analisa data yang

digunakan adalah analisa univariat Analisa Bivariat yakni mengetahui efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan dengan menggunakan Uji Wilcoxon.

Hasil

Karakteristik Responden (Analisis Bivariat): Karakteristik responden berdasarkan umur, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase
3 bulan	6	9 %
4 bulan	18	28 %
5 bulan	12	19 %
6 bulan	15	23 %
7 bulan	5	8 %
8 bulan	8	13 %
	64	100 %

Berdasarkan Umur

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui umur responden terbanyak yaitu 4 bulan (28%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel distribusi berikut:

Karakteristik	Banyaknya	Persentase
Laki-laki	25	40 %
perempuan	39	60 %
	64	100 %

Berdasarkan tabel 4.2 responden terbanyak dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 39 responden (28%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Melakukan Pijat Bayi

Karakteristik	Banyaknya	Persentase
Tidak pernah	15	23 %
Pernah sekali	17	26 %
Pernah, 2 bulan sekali	26	40 %
Pernah, rutin tiap bulan	6	11 %
	64	100 %

Tabel 4.3. Karakteristik Responden

Berdasarkan Intensitas Melakukan Pijat Bayi Berdasarkan gambar 4.3. diketahui bahwa sebagian besar 40 % bayi pernah dipijat dengan intensitas dua bulan sekali.

Analisis Multivariat

Distribusi frekuensi responden berdasarkan peningkatan berat badan:

Karakteristik	Banyaknya	Persentase
Naik	52	81 %
Tetap	8	13 %
Turun	4	16%
	64	100 %

Tabel 4.4. Distribusi frekuensi responden berdasar peningkatan berat badan

Berdasarkan Tabel di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar 81% bayi yang dilakukan pijat mengalami kenaikan berat badan.

Tabulasi silang pengaruh pemijatan bayi dan kenaikan berat badan

	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower				Upper
BB sebelum pijat - BB sesudah pijat	-354.412	258.013	44.249	-444.437	-264.387	-8.010	.000	

Tabel 4.5 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pemijatan.

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa terdapat perbedaan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan. Hasil uji Wilcoxon test diperoleh nilai p value=0,000, secara statistik nilai $p=0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

Pembahasan

Berdasarkan data pada Tabel 4.4, dari 64 responden yang mendapatkan pijat bayi, 52 (31%) mengalami kenaikan berat badan. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan hasil adanya perbedaan peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan. Sesuai dengan teori yang ada melalui pemijatan bayi maka proses penyerapan nutrisi akan berlangsung lebih baik sehingga penyerapan nutrisi lebih optimal, hal ini yang menyebabkan berat badan bayi mengalami peningkatan yang cukup signifikan.

Hasil spesifik untuk penambahan berat badan bayi ditunjukkan pada Tabel 4.4. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji t berpasangan diperoleh nilai $p=0,000$. $p=0,000 < 0,05$ sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

Proses pemijatan yang kontinyu dan teratur menjadi kunci utama terjadinya peningkatan berat badan bayi. Pijat bayi juga dapat dihubungkan dengan proses peningkatan produksi ASI pada ibu. Bayi yang menerima pijat bayi secara teratur memiliki proses pencernaan yang lebih lancar, proses metabolismenya akan berjalan lebih baik, nutrisi yang terkandung pada ASI akan terserap dengan optimal. Respon selanjutnya adalah bayi menjadi lebih mudah lapar karena pijat bayi dapat mengaktifkan hormone insulin dalam tubuh. Ketika bayi mudah lapar tentunya bayi akan minum ASI lagi sehingga semakin sering ASI diberikan produksi ASI akan semakin banyak (Cahyaningrum, 2014). Pijat bayi juga dapat meningkatkan nafsu makan bayi hal ini terjadi akibat terjadinya pengosongan lambung yang terjadi lebih cepat akibat rangasangan pijat yang mengaktifkan *nervus vagus* dan dapat

langsung menambah berat badan bayi (Elvira, 2017).

Dari hasil Data Tabel 4.1 dari 34 bayi yang mendapatkan pijat bayi, 30 responden mengalami kenaikan berat badan dan 4 bayi tidak mengalami kenaikan berat badan. Melakukan pemijatan pada bayi merupakan cara stimulasi tumbuh kembang yang sangat baik. Salah satu stimulasi yang dapat dirasakan bayi adalah terjadinya rasa nyaman dan relaks serta mengurangi kecemasan pada bayi.

Pijat bayi mampu meningkatkan hormon gastrin dan insulin yang memiliki kemampuan melakukan penyerapan nutrisi di usus bayi sehingga nutrisi dapat terserap dengan baik dan berat badan bayi dapat meningkat. Pemijatan pada bayi juga dapat merangsang kemampuan motorik pada bayi, rangsangan motorik ini memberikan relaksasi pada otot sehingga daya tahan tubuh bayi juga dapat meingkat (Harahap et al, 2019).

Dalam penelitian ini juga terdapat perancu, salah satunya adalah nutrisi atau asupan makanan bayi. Nutrisi memiliki pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan berat badan bayi, bayi yang mendapatkan ASI dan MPASI yang kandungan kalornya tinggi tentu akan mempercepat peningkatan berat badan bayi. Selain nutrisi, terdapat pula faktor perancu lainnya yang diperoleh dari penelitian ini yaitu: status kesehatan bayi, pengetahuan ibu mengenai gizi pada bayi, dan kondisi psikologis bayi, keadaan ekonomi, status social, dan budaya setempat.

Meskipun demikian, dari hasil penelitian ini tetap bisa kita ambil kesimpulan bahwa pijat bayi efektif dalam membantu optimalisasi pertumbuhan bayi dalam hal ini terjadi peningkatan berat

badan yang lebih baik.

Berbagai sumber penelitian juga menyatakan bahwa terapi pijat bayi meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu kemampuan sel reseptor untuk membantu meningkatkan glukokortikoid (adrenalin, hormon stres). Dimana Proses ini dapat menekan atau mengurangi produksi adrenalin (hormon stres). Penurunan kadar hormon stres ini meningkatkan imunoglobulin M dan imunoglobulin G yang akan meningkatkan daya tahan tubuh. Pemijatan pada bayi dapat membantu bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan konsentrasi atau kesiagaan (alertness). Hal ini dapat terjadi karena sentuhan yang baik dapat mengubah gelombang otak. Perubahan ini menyebabkan penurunan gelombang alfa dan peningkatan gelombang beta dan tetha. Proses ini dapat dideteksi menggunakan EEG (electroencephalogram). (Elvira, 2017)

Berdasarkan penelitian “pengaruh pijat bayi terhadap pertambahan berat badan bayi” yang telah dilakukan ditemukan bahwa pijat bayi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pertumbuhan bayi terutama terhadap pertambahan berat badan bayi. Hasil temuan lainnya, pijat bayi juga telah dibuktikan dari berbagai penelitian memiliki efektifitas yang tinggi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi oleh dan beberapa penelitian juga memberikan hasil bahwa bayi yang rutin diberikan pijat bayi akan memiliki sistem imunitas yang lebih tinggi dan memiliki perkembangan motoric yang lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak diberikan pijat bayi karena bayi terstimulasi dengan baik. Oleh karena itu, pijat bayi ini sebaiknya diterapkan pada bayi dan balita agar tumbuh kembangnya lebih optimal, sehingga dapat

meningkatkan kualitas sumber daya manusia dan menuju Indonesia yang lebih baik lagi.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian didapatkan data: umur responden terbanyak yaitu 4 bulan (28%), jenis kelamin responden terbanyak dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 39 responden (28%), sebagian besar 40% bayi pernah dipijat dengan intensitas dua bulan sekali, Sebagian besar orang berusia 81 tahun yang menerima pijatan mengalami kenaikan berat badan. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, p-value=0,000. Kesimpulan: terdapat pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat badan) bayi usia 3-8 bulan Di Desa Wates Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri.

Daftar Pustaka:

- Cahyaningrum, Sulistyorini. E. 2014. Hubungan Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-3 Bulan Di RB Suko Asih Sukoharjo. *Jurnal Kebidanan Indonesi*, 5(2).
- Carolin, Bunga Tiara. Suprihatin. Agustin, Clara. 2020. Pijat Bayi dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia (Indonesian Midwifery Scientific Journal) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju* 11 (04)
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak ditingkat pelayanan kesehatan dasar. Jakarta: Departemen Kesehatan RI
- Dewi, N.N., Soetjiningsih & Prawirohartono, E.P. 2017. Effect of massage stimulation on weight gain in full term infants. *Paediatrica Indonesian*.
- Elvira. M., Azizah. S. 2017. Pengaruh Pemberian Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-6 Bulan di BPS Bunda Bukit Tinggi, *Jurnal Pembangunan Nagari* 2(1). *Jurnal Kebidanan* 4(4).
- Harahap, Novy Ramini. 2019. Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima* 13 (2)
- Hidayanti, Desi. 2018. Pengaruh Pijat bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi Baru Lahir Di Puskesmas Kota Bandung.
- Rahmi. Y. Wahyu. W. E. 2012. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Prematur di RSUP Dr M Djamil Padang. *Ers Jurnal Keperawatan* 8(2)
- Safitri, Maya. Lathifah, Neneng Siti. Iqmy Ledi Oktavia. 2021. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Neonatus. *MJ (Midwifery Journal)* 1(2)
- Simanihuruk, Ramatian. 2017. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 6 -12 Bulan di Desa Nifuboke Kecamatan Noemuti Tahun 2017. *Indonesian of Health Information Management Journal* 5 (2)

OPTIMALISASI PERTUMBUHAN BAYI MELALUI PIJAT BAYI

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

11%

PUBLICATIONS

5%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	ecampus.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	6%
2	jurnal.stikesmus.ac.id Internet Source	4%
3	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	3%
4	jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id Internet Source	2%
5	repo.stikesicme-jbg.ac.id Internet Source	2%

Exclude quotes On

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On