



## **PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI**

**Edita Revine Siahaan<sup>1</sup>Juniah<sup>2</sup>**

Akademi Keperawatan Bunda Delima Bandar Lampung

Email : editarevina@gmail.com

### **ABSTRAK**

Stimulasi dapat diberikan sejak dini oleh orang tua kepada anaknya untuk pertumbuhan dan perkembangan secara maksimal. Pijat bayi digolongkan sebagai suatu stimulasi yang dapat merangsang fungsi sel - sel otak. Selain itu dapat merangsang hormon pencernaan sehingga pencernaan menjadi lebih baik. Hal ini menyebabkan bayi cepat merasa lapar sehingga lebih sering menyusu dan dapat meningkatkan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi. Jenis penelitian ini yang digunakan yaitu dengan desain studi *literature review* dengan *Quasy eksperimen*. Responden berjumlah 205, yaitu 132 kelompok kasus dan 70 kelompok kontrol. Hasil penelitian ini didapatkan nilai pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dengan perbandingan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai (p value 0,001), dan perubahan berat badan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pijat bayi didapatkan peningkatan sebesar 1100 gram dengan uji Wilcoxon didapatkan hasil 0,001 yang berarti ada peningkatan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi. Terdapat pengaruh antara pijat bayi terhadap perubahan berat badan pada bayi usia 0 – 12 bulan. Diharapkan kepada ibu - ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan agar dapat meneruskan pijat bayi sampai umur anak 2 tahun karena manfaat pijat bayi yang begitu besar bagi anak dan ibu.

Kata kunci: Pijat bayi, berat badan, Bayi usia 0 – 12 bulan

### **ABSTRACT**

Stimulation can be given from an early age by parents to their children for maximum growth and development. Baby massage is classified as a stimulation that can stimulate the function of brain cells. In addition, it can stimulate digestive hormones so that digestion becomes better. This causes the baby to feel hungry quickly so that he feeds more often and can increase weight. This study aims to determine the effect of infant massage on infant weight gain. this type of research used is a literature review study design with a Quasy experiment. There were 205 respondents, namely 132 case groups and 70 control groups. The results of this study obtained the value of the effect of baby massage on increasing baby's weight with a comparison of the experimental group and the control group obtained a value (p value 0.001), and changes in body weight in the experimental group before and after baby massage got an increase of 1100 grams with the test Wilcoxon got the result of 0.001 which means there is a significant increase between body weight before and after baby massage. There is an effect between baby massage on changes in body weight in infants aged 0-12 months. It is hoped that mothers who have babies aged 0-12 months can continue baby massage until the child is 2 years old because the benefits of baby massage are so great for children and mothers.

Keywords: Infant massage, Body weight, Infants aged 0 – 12 months



## **Pendahuluan**

Anak adalah aset bangsa dan generasi penerus cita-cita perjuangan bangsa yang menentukan masa depan bangsa dan Negara kita, oleh karena itu perhatian dan harapan besar perlu diberikan kepada anak (Kementerian Kesehatan RI, 2014), paradigma keperawatan anak merupakan individu yang berada dalam suatu rentang perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja (Hidayat, 2012). Bayi adalah anak yang baru lahir sampai berusia 0-12 bulan yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dengan disertai dengan perubahan dalam kebutuhan zat gizi (Wong, 2013). Dengan pembagian sebagai berikut; masa Neonatal, yaitu usia 0-28 hari dan masa Pascaneotanal, yaitu usia 29 hari sampai 1 tahun.

Angka kejadian penyakit pada bayi didunia; pada tahun 2013, 17% atau 98 juta anak dibawah lima tahun dinegara berkembang mengalami kurang gizi (WHO, 2013). Prevelensi tertinggi berada di wilayah Asia Selatan sebesar 30%, diikuti Afrika Barat 21%, Osceania dan Afrika Timur 19%, Asia Tenggara dan Afrika Tengah 16%, dan Afrika Selatan 12% (WHO, 2014).

Angka kejadian penyakit pada bayi di Indonesia; jumlah bayi di Indonesia 4.372.600 jiwa dari 21.805.008 balita atau 20,05% (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Tingginya angka kelahiran ini menempatkan Indonesia pada urutan keempat setelah Cina, India dan Amerika Serikat dengan populasi mencapai hampir 270 juta jiwa. Berdasarkan data Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB), Angka kematian bayi di Indonesia pada 2019 lalu adalah 21,12. Angka ini menurun dari catatan pada 2018 ketika angka kematian bayi di Indonesia masih mencapai 21,86 % atau pada 2017 yang mencapai 22,62%.

Angka kejadian penyakit pada bayi di Lampung; Berdasarkan laporan bulanan unit program KIA Puskesmas Sukadana Ilir didapat data tahun 2011 sebesar 34 bayi (12,5%) dengan berat

badan tidak meningkat selama 3 bulan berturut-turut dan meningkat ditahun 2011 menjadi (22,4%) bayi tidak mengalami peningkatan berat badan selama 3 bulan berturut-turut. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-4 bulan di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Kedaton Kota Bandar Lampung tahun 2012. Populasi seluruh bayi usia 3-4 bulan di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Kedaton sebesar 348 orang, besar sample 78 orang, teknik pengambilan sampel stratified random sampling. Analisa data menggunakan uji test sample independent. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata berat badan bayi laki-laki dan wanita 3-4 bulan pada kelompok intervensi sebesar 6,54. Hasil uji test sample independent didapat ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi laki-laki dan wanita usia 3-4 bulan ( $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$ ) (Nia Triswanti, 2012).

Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu tehnik pengobatan penting (Kalbe health foods, 2015; 12). Pijat adalah terapi sentuh. Manfaat pijat adalah untuk meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lebih lelap meningkatkan daya tahan tubuh, ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (Hormon Stres) penurunan pada hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, Terutama IgM dan IgG (Utami, 2015).

Berat badan adalah Gambaran massa tubuh yang terdiri sel-sel, air, lemak, protein dan mineral dalam tulang. Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi. Peran perawat adalah untuk mengetahui pengaruh teknik pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi. Peneliti tertarik mengambil judul pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

## **Kajian Literature**

Pijat bayi merupakan tradisi lama yang digali kembali dengan sentuhan ilmu kesehatan dan tinjauan ilmiah yang bersumber dari penelitian-penelitian para ahli neonatologi, saraf, dan psikologi anak (Yazid S & Deri, 2016). Pijat bayi adalah seni perawatan kesehatan pada bayi dengan terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu sehingga manfaat pengobatan dan kesehatan tercapai (Luize A, 2011).

Bayi merupakan anak dengan rentang usia 0-12 bulan (Hanifah, 2012). Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Gangguan gizi pada masa ini bersifat permanen, tidak dapat dipulihkan walaupun kebutuhan gizi pada masa berikutnya terpenuhi.

Manfaat Pijat Bayi adalah diantaranya meningkatkan berat badan, meningkatkan nafsu makan, melipatgandakan keuntungan ASI eksklusif, meningkatkan daya tahan tubuh, membuat bayi tidur lebih nyenyak dan membina keterikatan antara orang tua dan anak (Soedjamiko, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh T.Field dan scafidi (2011 dan 2016), pada bayi cukup bulan yang berusia 1-3 bulan, yang dipijat 12 menit, 2 kali seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dari bayi kontrol. Antara lain; Meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lebih lelap, meningkatkan daya tahan tubuh, ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (Hormon Stres), penurunan hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG. Pijatan dapat mengubah gelombang otak, pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kewaspadaan (Alertness) atau konsentrasi.

Jenis pijat bayi antara lain pijat kaki, pijat perut, pijat tangan, pijat leher dan pijat meringankan kolik (Adeline Wahyu, 2013).

Masa keemasan adalah masa dimana otak anak mengalami perkembangan paling cepat sepanjang sejarah kehidupannya. Periode emas berlangsung pada saat anak dalam kandungan hingga usia dini, yaitu 0-6 tahun. Namun, masa bayi dalam kandungan hingga lahir, sampai usia 4 (empat) tahun, adalah masa-masa yang paling menentukan. Periode ini disebut-sebut sebagai periode emas, atau yang lebih dikenal sebagai the golden ages (Suyadi, 2013).

Fase kritis adalah masa pertumbuhan anak dari usia 0-3 tahun. Disebut kritis karena hampir semua komponen kognitif dibangun pada masa ini untuk membentuk pondasi kecerdasan anak di kemudian hari (boldsky, 2011).

Kriteria	Inklusi	Eklusi
<i>Population</i>	Bayi yang diberikan intervensi pijat	Bayi yang tidak diberikan intervensi pijat
<i>Intervention</i>	Dilakukan pemijatan terhadap bayi	Tidak dilakukan pemijatan terhadap bayi
<i>Comparators</i>	Kelompok kontrol	Bukan kelompok kontrol
<i>Outcome</i>	Terdapat peningkatan berat badan terhadap bayi	Tidak terdapat peningkatan berat badan terhadap bayi
<i>Study Design</i>	<i>Quasy eksperimen</i>	-

## Metode Penelitian

Design penelitian dalam *literature review* ini menggunakan desain *quasy eksperimen*. Jenis metode penelitian ini



merupakan metode *literature review*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 205 orang dengan sampel 132 responden. Intervensi yang akan dilakukan berupa pemberian kuesioner pengetahuan tentang pijat bayi dan melakukan pengukuran indeks BB/U, TB/U, BB/TB terhadap balita. *Literature review* ini disusun melalui penelusuran jurnal secara *online* melalui *Google Scholar*.

### **Pembahasan**

Dari pernyataan diatas dapat diketahui bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Claudia Banowati Subarto, 2017), terhadap populasi yaitu bayi usia 6-12 bulan yang mengalami perubahan berat badan, namun sample yang digunakan sebanyak 30 responden, kelompok kasus 15 dan kelompok kontrol 15. Dari hasil penelitian tersebut rata-rata berat badan bayi 8126 gram dan setelah dilakukan pijat bayi, rata-rata berat badan bayi 8430 gram. Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan pada bayi pada bayi usia 6-12 bulan. Serupa dilakukan oleh (Ida Susila, 2017), Hasil penelitian yang dilakukan terhadap populasi yaitu bayi usia 0-7 bulan yang mengalami perubahan berat badan, namun sample yang digunakan sebanyak 34 responden, kelompok kasus 31 dan tidak ada kelompok kontrol. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi dengan signifikan sebesar 0,000, Dengan hasil t tabel sebesar 0,0 dan P sebesar 0,000 hal ini menunjukkan nilai  $P < 0,05$  dan nilai z sebesar -3,793 maka  $H_1$  diterima. Penelitian yang dilakukan oleh (Tri Sasmi Irvia, Oswati Hasanah, Rismandefi Woferst, 2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik umur responden mayoritas berada pada usia 1 bulan dengan Jumlah 16 bayi(47, 1% ) dan

mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 bayi (55,9%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik umur responden mayoritas berada pada usia 1 bulan dengan jumlah 16 bayi (47,1%) dan mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 bayi (55,9%). *Median* berat badan bayi pada kelompok eksperimen setelah diberikan terapi pijat sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol sebesar 4500 berdasarkan uji dari uji *Mann-Whitney* didapatkan p *value* sebesar 0,01 ( $p < 0,05$ ) sehingga pemberian terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi. Berdasarkan uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat didapatkan p *value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang bermakna adanya peningkatan berat badan, peningkatan berat badan yang terjadi yaitu sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan. Penelitian yang dilakukan oleh (Ismar Agustin, Khenia Arini Sekar Arum, Pitri Noviadi, 2018). Hasil penelitian ini didapatkan nilai pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dengan perbandingan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai P *value* 0,001 dan perubahan berat badan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pijat bayi didapatkan peningkatan sebesar 1100 gram dengan uji *wilcoxon* didapatkan nasib 0,001 yang berarti ada peningkatan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi. Dapat dilihat median peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan stimulus pijat bayi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, dengan p *value* = 0,01  $< \alpha = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, Berdasarkan hasil penelitian, Peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi lebih tinggi daripada peningkatan berat badan bayi yang tidak diberikan intervensi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yuyuk Eva Fitriyanti Gusman Arsyad, Sumiaty, 2019), terhadap populasi yaitu bayi usia 1-3 bulan yang mengalami perubahan

berat badan, namun sample yang digunakan sebanyak 30 responden, kelompok kasus 15 dan kelompok kontrol 15. Hasil penelitian ini adalah hasil analisis data dengan menggunakan uji statistik chi-square diperoleh nilai value adalah 0,03 pada penelitian ini sehingga dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan di wilayah kerja puskesmas sangurara kota Palu. Adapun distribusi peningkatan berat badan bayi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol tergambar bahwa jumlah bayi yang dipijat lebih banyak meningkat yaitu 10 responden atau 66,7%, sedangkan bayi yang tidak dilakukan pijat sebanyak 2 responden atau 13,3% yang mengalami peningkatan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Suntin, Nur Halimah, Fauziah Noyuyihe, 2020), terhadap populasi yaitu bayi usia 0-6 bulan yang mengalami perubahan berat badan, namun sample yang digunakan sebanyak 17 responden, kelompok kasus 9 dan kelompok kontrol 8. Hasil penelitian ini dilakukan pada kelompok eksperimen setelah Ibu responden melakukan terapi pijat kepada bayinya selama 2 kali 15 menit (pagi dan sore) dalam dua minggu sedangkan pada kelompok kontrol setelah dua minggu penelitian peneliti mengukur berat badan bayi dan memberikan edukasi Dalam pengajaran tentang terapi pijat bayi dengan menggunakan lembar balik dan leaflet. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan Uji Wilcoxon. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Marni, 2015), terhadap populasi yaitu bayi usia 2-12 bulan yang mengalami perubahan berat badan, namun sample yang digunakan sebanyak 30 responden, kelompok kasus 30 dan tidak ada kelompok kontrol. Pada penelitian ini, didapatkan hasil 53,3 % berada pada usia 3-6 bulan, berat badan sebelum dilakukan pemijatan adalah 6728,33 sedangkan mean berat badan setelah dilakukan pemijatan adalah 7605.s Hasil ini menunjukkan terjadinya peningkatan mean berat badan pada responden, Penelitian ini

menggunakan intervensi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

## Kesimpulan

Hasil *Literature Review* ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

## Daftar Referensi

- Agustin, i., arum, k. A. S., & noviadi, p. (2020). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 1-3 bulan. *Jurnal'aisyiyah medika*, 5(2).
- Fauziah, a., & wijayanti, h. N. (2018). Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan dan kualitas tidur bayi di puskesmas jetis yogyakarta. *Placentum: jurnal ilmiah kesehatan dan aplikasinya*, 6(2), 14-19.
- Fitriyanti, y. E., arsyard, g., & sumiaty, s. (2019). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan. *Jurnal bidan cerdas*, 1(3), 144-150.
- Hanifah, (2012). Pengaruh terapi massage terhadap peningkatan berat badan bayi prematur di ruang perinatologi rumah sakit umum daerah tasikmalaya. *Jurnal kesehatan bakti tunas husada: jurnal ilmu-ilmu keperawatan, analisis kesehatan dan farmasi*, 17(1), 41-58.
- Hidayat. (2012). Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi umur 5-6 panjang (doctoral dissertation, poltekkes kemenkes riau).
- <https://www.orami.co.id/magazine/5-jenis-pijat-bayi-beserta-manfaatnya/>
- Irva, t. S. (2014). Pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi (doctoral dissertation, riau university).



Luize a, (2011). *Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi umur 5-6 bulan di desa rimbo panjang* (doctoral dissertation, poltekkes kemenkes riau).

Nia, (2012). Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi.

Soedjamiko. (2013). Pengaruh frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 1-6 bulan di bidan praktik mandiri lismarini Palembang tahun 2017. *Jkab: jurnal kesehatan abdurrahman*, 8(2), 48-52.

Soetjiningsih. *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: buku kedokteran egc; 1995.

Subarto, c. B., isnaeni, y., & utami, f. S. (2017). Pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan pada bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja puskesmas gondomanan yogyakarta.

Suntin, s. (2020). Pengaruh pemijatan pada bayi terhadap kenaikan berat badan bayi. *Media keperawatan: politeknik kesehatan makassar*, 11(2), 54-58.

Marni, M. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 12-18.

Susila, i. (2018). Pengaruh teknik pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-7 bulan di bps ny. Aida hartatik desa dlanggu kecamatan deket kabupaten lamongan. *Jurnal midpro*, 9(2), 10.

Who (world health organization), 2014. Angka kejadian penyakit bayi.

Wong, (2013). Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi usia 2 sampai 6 bulan.

Yazid, deri (2016). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3-6

bulan di wilayah kerja puskesmas II denpasar timur.