

Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan pada Bayi Usia 6-12 Bulan

Yusfani Oktafiana¹, Widayati²

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, yusfanioktafiana99@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, widayati.alif@gmail.com

Korespondensi Email: widayati.alif@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-06-17

Accepted, 2022-06-23

Published, 2022-07-21

Keywords: Pijat Bayi, Berat Badan, Usia 6-12 Bulan

Abstract

Infancy is a golden period in the development of a person who is very sensitive to his environment and the process of growth and development. One of the causes of the baby's weight problem is decreased appetite, this can be overcome by providing massage touch stimulation which can increase vagus nerve tone activity, levels of gastrin and insulin absorption enzymes so that food absorption is better and gastric emptying is faster so that it stimulates appetite baby. The purpose of this study was to determine the effect of infant massage therapy on weight gain in infants aged 6-12 months in the working area of the Margorejo Pati Health Center. Using quantitative research pre-experimental one group-test pre-post test design. The population of all infants aged 6-12 months who came for weighing in December in the working area of the Margorejo Health Center was 194 babies. Samples were taken 15 infants were selected according to the inclusion criteria, using a purposive sampling technique. The independent variable is baby massage and the dependent variable is the increase in the baby's weight. Using SOP instruments and scales. The analysis used univariate and bivariate analysis with paired t-test statistic. The average pretest is 7.34 kg, the lowest weight is 6 kg and the highest weight is 9.40 kg. The average posttest is 7.72 kg, the lowest weight is 6.10 kg and the highest weight is 9.60 kg. The results of the paired T-test statistic with an error rate of : 0.05 showed a significant value of p (value) $0.01 < (0.05)$, so H1 was accepted. There is an Influence of Infant Massage Therapy on the Weight Gain of Infants Age 6 – 12 Months in the Working Area of the Margorejo Pati Health Center.

Abstrak

Masa bayi merupakan *golden period* dalam perkembangan seseorang yang sangat peka terhadap lingkungannya dan proses tumbuh kembang. Salah satu penyebab permasalahan berat badan bayi adalah nafsu makan menurun, hal tersebut dapat diatasi dengan memberikan stimulasi sentuhan pijatan yang dapat meningkatkan aktivitas tonus nervus vagus, kadar enzim

penyerapan gastrin dan insuli sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik dan pengosongan lambung lebih cepat sehingga merangsang nafsu makan bayi. Tujuan penelitian ini mengetahui Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Margorejo Pati. Menggunakan penelitian kuantitatif *pra-ekperimental one group-test pra-post test design*. Populasi seluruh bayi usia 6-12 bulan yang datang penimbangan bulan desember di wilayah kerja puskesmas margorejo sebanyak 194 bayi. Sampel diambil 15 bayi dipilih sesuai kriteria inklusi, menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel independen pijat bayi dan variabel dependen kenaikan BB bayi. Menggunakan instrumen SOP dan timbangan. Analisis yang digunakan analisis univariat dan bivariat dengan statistik uji *paried t-test*. Rata-rata *pretest* 7.34 kg, BB terendah 6 kg dan BB tertinggi 9.40 kg. Rata-rata *posttest* 7.72 kg, BB terendah 6.10 kg dan BB tertinggi 9.60 kg. Hasil uji statistik *paried T-test* tingkat kesalahan : 0,05 menunjukkan nilai signifikan p (value) $0.01 < (0.05)$, sehingga H1 diterima Terdapat Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan BB Bayi Usia 6 – 12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Margorejo Pati.

Pendahuluan

Bayi merupakan masa emas dan masa penting bagi perkembangan manusia. Bayi normal (BBL) lahir usia kehamilan 37 dan 42 minggu dengan berat 2500 dan 4000 gram saat lahir (Kristiyanasari, 2009). Salah satu cara untuk mengetahui kesehatan bayi adalah dengan mengetahui berat badan bayi. Berat badan seorang anak sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. seperti Keturunan, nutrisi, lingkungan, jenis kelamin dan status sosial (Chomaria, N, 2015). Berat badan merupakan salah satu Tindakan untuk menilai pertumbuhan anak. Kenaikan BB normal pada bayi sehat usia 6 bulan pertama sekitar 500 – 1000 gram, sedangkan pada usia 6 - 12 bulan sekitar 250-450 gr per bulan. Penggunaan KMS (Kartu Menuju Sehat). Sedangkan kenaikan BB bayi per 10 hari pada bayi usia 6-12 bulan yaitu 100-120 gram (Evita Aurilia Nardina, 2021). Salah satu masalah tumbuh kembang anak yang diidentifikasi oleh KMS adalah berat badan anak di bawah garis merah (BGM). Jika anak dengan BGM maka perlu mengambil tindakan pencegahan untuk menghindari keterlambatan perkembangan atau infeksi pada bayi atau anak.

Malnutrisi anak diklasifikasikan dalam indeks berat badan menurut umur (BB/U) sebagai sangat rendah dan berat badan kurang. Menurut Survei Kesehatan Dasar (Risikesdas) 2018 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan, proporsi anak kurus di Indonesia usia 0-23 bulan (Baduta) adalah 3,8% dan proporsi anak kurus 11,4%. Pada anak usia 0-59 bulan, berat badan 3,9% dan penurunan berat badan 13,8%. Terdapat 4.740.342 kelahiran hidup di Indonesia tahun 2020 diantaranya pada usia 0-23 bulan BB sangat kurang 1,3 %, BB kurang 5,4 %, gizi buruk 1,2 % dan gizi kurang 4,1 %. Sedangkan pada usia 0-59 bulan BB sangat kurang 1,4 %, BB kurang 6,7 %, gizi buruk 1,1 %, gizi kurang 4,3 % (Kesehatan RI, 2021).

Berdasarkan data provinsi jawa tengah tahun 2020 terdapat 5.22.802 kelahiran hidup, diantaranya pada usia 0-23 bulan BB sangat kurang 1,4 %, BB kurang 6,1 %, gizi buruk 1,3 % dan gizi kurang 4,7 %. Sedangkan pada usia 0-59 bulan BB sangat kurang 1,5 %, BB kurang 8,0 %, gizi buruk 1,1 %, gizi kurang 5,0 % (Kesehatan RI, 2021). Bayi berat lahir rendah (BBLR) berdasarkan data Departemen Kesehatan Kabupaten Pati tahun 2018 sebanyak 3,4 % dari 100 kelahiran hidup, pada tahun 2019 tidak terjadi perubahan yaitu

jumlah bayi yang lahir dengan BBLR sebanyak 3,4 % dari 100 kelahiran hidup dan terjadi penurunan di tahun 2020 yaitu sebanyak 3,3 % dari 100 kelahiran hidup.

Cakupan pelayanan kesehatan bayi di Pati pada tahun 2020 sebesar 101,9%, lebih besar dari cakupan kesehatan bayi pada tahun 2019. sebesar 94,7 persen. Data yang didapat dari 13 Puskesmas dengan cakupan pelayanan kesehatan bayi sampai diatas 100 persen. Sedangkan Puskesmas layanan medis yang ditargetkan untuk bayi terendah yaitu Puskesmas Margorejo yaitu 77,1 persen. Wilayah kerja Puskesmas Margorejo Pati memiliki 19 balita yang memiliki berat badan sangat kurang dan 3 bayi dengan BB kurang selama 2 bulan berturut turut pada bulan agustus dan September tahun 2021 (Puskesmas Margorejo, 2021).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Posyandu, wilayah kerja Puskesmas Margorejo Pati dari 204 bayi usia 6-11 bulan. Dari yang ditimbang, 74 anak tidak mengalami kenaikan berat badan dalam waktu satu bulan, satu anak masih di bawah garis merah, dan sembilan anak berada di garis kuning. Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk membantu mengelola masalah berat badan adalah dengan mengatur pola makan bayi. Masalah berat badan ini juga bisa disebabkan oleh anak yang kurang nafsu makan. Hal ini dapat diatasi tidak hanya dengan memberikan anak suplemen gizi dan vitamin, tetapi juga dengan memberikan stimulasi. Banyak penelitian ilmiah yang dilakukan tentang terapi taktil dan pijat bayi, yang memiliki banyak manfaat dalam perubahan fisiologi bayi, terutama jika dilakukan oleh orang tua bayi (Aminarti, 2013).

Pijat bayi yang diberikan ibu merupakan bentuk komunikasi yang memungkinkan ibu dan bayi menjadi lebih dekat melalui kontak mata, senyuman, dan ekspresi wajah (Dewi, 2012). Beberapa penelitian tentang pijat bayi telah menunjukkan hasil tentang manfaat pijat bayi, termasuk penambahan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, hal tersebut dapat membantu anak lebih fokus, memperbaiki tidurnya, meningkatkan ikatan orang tua-anak, dan meningkatkan produksi ASI (Roesli, 2016)..

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Margorejo Pati”.

Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pre-eksperimental dengan rancangan one group pre-test dan post-test. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 6 – 12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Margorejo Pati yang jumlahnya 194 bayi. Sampel penelitiannya berjumlah 15 bayi yang diambil secara purposive sampling. Hasil uji normalitas data yang menggunakan Shapiro-Wilk bahwa distribusinya norma, sehingga analisa data yang digunakan adalah statistik parametrik yaitu Uji Statistic Paired *T-test*.

Hasil dan Pembahasan

Analisa Univariat

Hasil penelitian dilaksanakan pada tanggal 03 januari 2022 - 14 januari 2022 diwilayah kerja puskesmas margorejo pati diperoleh data sebagai berikut :

Data *Pretest*

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi Sebelum dan sesudah Dilakukan Pemijatan

No	Berat Badan	Frekuensi (N)	Minimum	Maximum	Mean
1.	Sebelum	15	6	9.40	7.34
2.	Sesudah	15	6.10	9.60	7.72

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 1 memperlihatkan rata-rata berat badan bayi sebelum di lakukan pemijatan yaitu 7.34 kg, berat badan terendah adalah 6 kg sedangkan berat badan

tertinggi adalah 9.40 kg. kategori berat badan bayi tersebut merupakan berat badan normal. Berdasarkan karakteristik umur pada penelitian yang dilakukan pada 15 responden terdapat 3 responden berumur 6 bulan, 4 responden berumur 7 bulan, 2 responden berumur 8 bulan, 4 responden berumur 9 bulan, umur 10 dan 11 bulan 1 responden dan 0 responden usia 12 bulan. Serta didapatkan rata - rata kenaikan berat badan dari 15 responden yaitu 0,37667 gr . Kenaikan berat badan terendah adalah 50 gr, sedangkan kenaikan berat badan tertinggi adalah 1.100 gr.

Berdasarkan Tabel 1 memperlihatkan rata-rata berat badan bayi sesudah di lakukan pemijatan yaitu 7.72 kg, berat badan terendah adalah 6.10 kg sedangkan berat badan tertinggi adalah 9.60 kg. Terdapat kenaikan dari berat badan awal, kenaikan berat badan pada bayi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti dari faktor nutrisi dan tidur bayi. Berdasarkan pernyataan ibu bayi sesudah di pijat nafsu makan bayi meningkat, tidur lebih nyenyak dan tidak terbangun di malam hari. Menurut Roesli (2016) sentuhan terhadap bayi akan mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan.

Faktor lain yaitu adanya hormon adrenalin. Menurut peneliti kenaikan berat badan selain dipengaruhi oleh saraf otak ke-10 dipengaruhi juga oleh hormon adrenalin yang dapat mengurangi rasa stress sehingga membuat bayi lebih tenang dan bayi akan mudah lapar dan nafsu makanya menjadi baik. Menurut Roesli (2016) pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat glucocorticoid (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini menyebabkan penurunan hormon adrenalin (hormon stres). Penurunan kadar hormon stres ini meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG.

Sedangkan Menurut peneliti dengan dilakukan pemijatan, bayi akan menjadi lebih tenang karena pengaruh dari hormon endorphine yang dikeluarkan. Bayi lebih rileks dan menjadi tenang saat dilakukan pemijatan sehingga aliran darah menjadi lancar dan asupan nutrisinya menjadi lebih baik. Menurut Roesli (2016), penurunan sensitivitas taktil juga mengurangi neurokimia beta-endorphin, yang mengurangi jumlah dan aktivitas ODC dalam jaringan dan oleh karena itu produksi hormon pertumbuhan. Pijat sebagai pelebaran pembuluh darah akan memperlancar peredaran darah, mendistribusikan penyerapan nutrisi ke seluruh tubuh, mengangkut dan memproses zat penyebab nyeri tubuh (asam laktat), dan merangsang sel melalui pijatan ke endorfin (morfin endogen: memastikan perasaan tubuh yang baik) kesegaran dan kenyamanan. Kemudian dapat merangsang Homunculus Cerebri, sehingga mempercepat proses perkembangan otak.

Analisa Bivariat

Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi pada usia 6-12 bulan di wilayah kerja puskesmas margorejo kabupaten pati

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Usia 6-12 Bulan

No		Mean	Mean Difference	Std. Deviasi	t	P
1.	BB Sebelum dilakukan pemijatan (PreTest)	7.34	0.3767	0.33	-4.46	0.001
	BB Setelah dilakukan pemijatan (PostTest)	7.72				
	Total					

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 2 memperlihatkan bahwa terdapat rata-rata kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah perlakuan. Distribusi rata-rata berat badan responden pada

pre-test adalah 7,34 kg sedangkan distribusi rata-rata berat badan responden pada post-test adalah 7.72 kg. dengan rata-rata kenaikan berat badan antara pre-test dan post-test yaitu 3767 gram. Hasil uji statistik paired T-test dengan tingkat kesalahan α 0.05 dengan menggunakan software SPSS didapatkan hasil nilai p 0.001 atau $\alpha < 0.005$. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan hal ini dapat dilihat pada nilai Sig. 0.001 $\alpha < 0,05$, yang artinya H_1 diterima dan H_0 ditolak.

Berdasarkan hasil uji statistik paired t-test menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami kenaikan berat badan dengan rata-rata BB sebelum dilakukan intervensi pijatan yaitu 7.3400 gram, standar deviasi 0.8876 dan mean BB setelah dilakukan intervensi yaitu 7.7167 gram dengan standar deviasi 0.9023 dan hasil nilai p $0.01 < (0.05)$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik. dalam pemberian terapi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi usia 6-12 Bulan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian terapi pijat bayi efektif terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan, terlihat dari adanya perubahan yang signifikan antara pretest dan posttest dimana seluruh Berat badan bayi setelah dipijat meningkat dengan perubahan rata-rata 376 gram dengan penambahan paling sedikit 50 gram dan paling tinggi 1100 gram dalam 10 hari pemijatan dengan 3x perlakuan selama 15 menit. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Subarto, 2017 menyatakan rata-rata perubahan berat badan anak usia 6 sampai 12 bulan per minggu pada kelompok perlakuan adalah 101 g yang berarti berat badan anak yang tidak dipijat meningkat 2-4 kali lipat. Sedangkan kenaikan BB bayi per 10 hari pada bayi usia 6-12 bulan yaitu 100-120 gram (Evita Aurilia Nardina, 2021).

Bayi yang setelah dilakukan pemijatan akan merasa nyaman rileks, frekuensi tidur bertambah dan nafsu makan meningkat. Seperti informasi yang didapat dari pernyataan ibu responden bahwa setelah dilakukan intervensi pijat pada bayi mengatakan tidur bayi lebih nyenyak dan menyusui lebih sering daripada sebelum pijat. Bayi yang mendapatkan pemijatan secara teratur akan terjadi peningkatan saraf vagus (saraf kranial ke-10) meningkat. Karena proses sensorik menyebabkan peningkatan kadar gastrin dan enzim penyerap insulin. Karena sari nutrisinya lebih baik diserap dan anak lebih cepat merasa lapar dan lebih sering minum (Roesli, 2016). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian T. Field dan Scafidi (1986 dan 1990) di University of Miami, USA tentang intervensi pada terapi pijat bayi, dengan 20 bayi prematur (berat 1.280 dan 1.176 g) selama 3 bulan. Setelah 10 hari pijat selama 15 menit, 20% hingga 47% kenaikan berat badan terlihat per hari. Ini lebih umum daripada bayi yang tidak dipijat dan bayi berusia 1-3 bulan yang dipijat dua kali seminggu selama 6 minggu. Lebih berat dari bayi pada kelompok kontrol (Roesli, 2016).

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang tentang pengaruh terapi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi pada usia 6-12 bulan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar berat badan bayi sebelum dilakukan pemijatan yaitu normal, dan setelah dilakukan pemijatan berat badan seluruh bayi mengalami kenaikan, yang artinya terdapat pengaruh pemberian pijat bayi secara signifikan terhadap kenaikan berat badan bayi pada usia 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Margorejo Pati.

Orang tua diharapkan dapat merangsang tumbuh kembang anaknya sedini mungkin dengan memberikan pijatan terhadap bayi setiap hari.

Ucapan Terima Kasih

Kesempatan ini, Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Ngudi Waluyo yang telah memfasilitasi terkait pelaksanaan penelitian dan semua pihak yang telah mendukung terhadap penelitian dan penerbitan artikel ini.

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Daftar Pustaka

- Aminarti, D. (2013). *Pijat Dan Senam Untuk Bayi & Balita, Cetakan Ke1*. Yogyakarta: Brilliant Books.
- Arief, Weni Kristiyanasari, 2009. *Neonatus dan Asuhan Keperawatan Anak*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Chomaria, N. (2015). *Panduan Lengkap Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun, Cinta* : Surakarta
- Dewi. (2012). *Asuhan Neonatus Bayi Dan Anak Balita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Evita Aurilia Nardina, E. D. (2021). *Tumbuh Kembang Anak*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). *Profil Data Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Puskesmas Margorejo. (2021). *Profil Kesehatan Puskesmas Margorejo*. Kabupaten Pati.
- Roesli, U. (2016). *Pedoman Pijat Bayi*. PT. Trubus Agriwidya, Jakarta
- Syaukani, A. (2015) *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, Dan Yoga Sehat Untuk Bayi Agar Tubuh Kembang Maksimal*. Yokyakarta: Araska