

PIJAT BAYI DAN KENAIKAN BERAT BADAN BAYI USIA 0-4 BULAN

Agnes Rehulina¹, Hesty Widyasih², Sabar Santosa³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jalan Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta

ABSTRACT

In infancy, the weight can be used to look at the rate of physical growth and nutritional status of infants. Infant massage is an alternative to achieve optimal growth and development. Research with the experimental study and design of pre - post test design with control group was aimed to know the effect of infant massage on weight gain of infants aged 0-4 months at Panti Nugroho Hospital Pakem. The study was conducted on 29 March to 17 April 2012. Samples of this study are infants 0-4 months that meet the criteria: healthy babies, cared for both parents, exclusively breast-fed and did not have birth defects. Group treatment control group amounted to 15 babies each. Infant massage is done 2 times in 1 week in a 3-week period with a 15 minute long massage. Before and after the massage baby weighed and recorded in the observation sheet. Test hypothesis with 95% confidence level and error level of 5% with the application of R Commander with Paired Sample T - Test and Independent sample t - test. The results showed Paired Sample T - Test in the treatment group known p -value of 4.075 e - 05 with an average of 630 grams weight gain. In control group showed p-value 0,08297 with an average of 83 grams weight gain. Independent sample t - test obtained p -value of 0.000161. So there is an effect of infant massage on weight gain of infants aged 0-4 months.

Keywords: baby massage, baby weight

INTISARI

Pada masa bayi, berat badan dapat digunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi bayi. Pijat bayi merupakan salah satu alternatif untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal. Penelitian dengan Studi eksperimen dan *desain pre-post test with control Group design* ini bertujuan mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-4 bulan di Rumah Sakit Panti Nugroho Pakem. Penelitian dilakukan bulan Maret-April 2012. Sampel penelitian ini adalah bayi 0-4 bulan yang memenuhi kriteria yaitu bayi sehat, diasuh kedua orang tua, diberi ASI eksklusif dan tidak mempunyai cacat bawaan. Kelompok perlakuan kelompok kontrol berjumlah masing-masing 15 bayi. Pijat bayi dilakukan 2 kali dalam 1 minggu dalam kurun waktu 3 minggu dengan lama pijatan 15 menit. Sebelum dan sesudah pijatan bayi ditimbang berat badannya dan dicatat dalam lembar observasi. Analisis dilakukan dengan Uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan *Paired T-Test* pada kelompok perlakuan diketahui *p-value* sebesar <0,000 dengan rata-rata kenaikan berat badan 630 gr. Pada kelompok kontrol menunjukkan *p-value* sebesar 0,08297 dengan rata-rata kenaikan berat badan 83 gr. Uji beda dua kelompok saling bebas (*Independent sample t-test*) didapat *p-value* sebesar 0,0001611. Jadi ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-4 bulan.

Kata kunci: pijat bayi, berat badan

PENDAHULUAN

Angka kematian bayi di Indonesia masih tergolong tinggi jika dibandingkan dengan negara-negara anggota ASEAN lainnya. Angka tersebut 3,4 kali lebih tinggi dari Malaysia dan 1,3 kali lebih tinggi dari Filipina. Indonesia menduduki peringkat ke-6. Target *Millenium Development Goal's* (MDG's) tahun 2015 adalah 23 per 1.000 kelahiran hidup untuk angka kematian balita dan 17 per 1.000 kelahiran hidup untuk angka kematian bayi¹.

Tahun 2008, angka kematian bayi masih tetap sama dengan pencapaian tahun sebelumnya yaitu 17 per 1000 kelahiran hidup. Dengan pola penurunan tersebut maka diprediksikan pada tahun 2013 angka kematian bayi di DIY diharapkan akan mencapai 16/1000 kelahiran hidup. Secara Nasional, target *Millenium Development Goal's* (MDG's) untuk angka kematian bayi pada tahun 2015 ditargetkan akan menurun menjadi menjadi 16 per 1000 kelahiran hidup¹.

Pada masa bayi balita berat badan dapat dipergunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi, status gizi dapat dilihat dari penilaian berat badan, tinggi badan bayi. Status gizi yang buruk dapat terjadi karena adanya suatu penyakit/infeksi menyebabkan terjadinya penurunan berat badan sehingga dapat menyebabkan peningkatan angka kesakitan bayi, maka untuk meningkatkan berat badan dapat dilakukan pijat bayi. Pada bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan makanan akan menjadi lebih baik, karena peningkatan aktivitas *nervus vagus* bayi cepat lapar, sehingga bayi akan lebih sering menyusu pada ibunya, akibatnya ASI lebih banyak diproduksi².

Seorang anak memiliki nilai yang sangat tinggi untuk keluarga dan bangsa. Setiap orang tua mengharapkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan tangguh. Proses pertumbuhan dan perkembangan anak melalui fase-fase yang terinci, mulai dari saat mereka lahir. Banyak faktor yang mempengaruhi, salah satu faktor adalah kondisi yang optimal pada saat masa bayi. Kondisi optimal pada masa bayi tak lepas dari faktor fisik, psikis, dan lingkungan dari si bayi, selain tentunya nutrisi yang baik dan adekuat. Pijat bayi adalah suatu usaha yang positif untuk memperoleh kondisi optimal pada masa bayi tersebut³.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/ MENKES/SK/III/2007

tentang Standar Profesi Bidan menyebutkan bahwa bidan mempunyai kewenangan untuk melaksanakan pemantauan dan menstimulasi tumbuh kembang bayi dan anak⁴. Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang selama ini dilakukan oleh masyarakat adalah dengan melakukan pijat bayi.

Berdasarkan kunjungan pada bulan Desember 2011 di Rumah Sakit panti Nugroho Pakem, pada 38 kunjungan bayi, 27 diantaranya atau 71% tidak mengalami kenaikan berat badan yang signifikan, sementara 11 bayi yang lain mengalami kenaikan berat badan. Dari 11 bayi yang mengalami kenaikan berat badan secara signifikan, 10 diantaranya merupakan pasien yang secara rutin melakukan pijat bayi sebanyak 2 kali seminggu selama 15 menit. Melihat fenomena ini, pada setiap kunjungan bayi, pihak Rumah sakit Panti Nugroho selalu menawarkan pijat bayi sebagai salah satu cara untuk menstimulasi nafsu makan bayi.

Menurut panduan Ikatan Dokter Anak Indonesia tahun 2008 bahwa pijatan pada bayi merupakan bentuk rangsangan/stimulasi taktil-kinestetik disertai dengan stimulasi terhadap komunikasi verbal sebagai perwujudan rasa cinta kasih orang tua terhadap bayi. Pijatan berpengaruh positif terhadap tumbuh kembang bayi dan merupakan bentuk stimulasi dan intervensi yang dapat memberikan banyak manfaat untuk si bayi antara lain terhadap pertumbuhannya⁵.

Sentuhan dan pijat pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Laporan tertua tentang seni pijat untuk pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran zaman Mesir Kuno. Ayur-Veda buku kedokteran tertua di India (sekitar 1800 SM) yang menuliskan tentang pijat, diet, dan olah raga sebagai cara penyembuhan utama masa itu. Sekitar 5000 tahun yang lalu para dokter di Cina dari Dinasti Tang juga meyakini bahwa pijat adalah salah satu dari 4 teknik pengobatan penting².

Perkembangan bayi untuk menjadi bayi hebat, diawali dari bayi saat berada dalam kandungan dan akan berlanjut setelah bayi itu lahir, salah satu syarat kunci keberhasilan adalah pada saat bayi lahir dan pada awal kehidupannya. Salah satu syarat untuk mencapai keberhasilan tersebut adalah adanya stimulasi. Stimulasi ini diperlukan untuk perkembangan otak yang akan menentukan kecerdasan. Stimulasi ini meliputi stimulasi indera peraba dan indera pengecap yang akan mengoptimalkan perkembangan otak⁶.

Contoh stimulasi indera peraba adalah dengan memberikan pijat bayi. Sebenarnya pijat telah dipraktekkan hampir di seluruh dunia sejak dahulu kala termasuk di Indonesia. Seni pijat diajarkan secara turun temurun, walaupun tidak diketahui dengan jelas bagaimana pijat dan sentuhan dapat berpengaruh demikian positif pada tubuh manusia. Pengaruh positif sentuhan pada proses tumbuh kembang anak telah lama dikenal manusia, antara lain dapat meningkatkan berat badan, perkembangan motorik, stabilitas kardiorpulmonal, *feeding*, tidur dan *visual awareness* secara bermakna².

Menurut penelitian Field dan Scanberg, Roesli (2001) Pada bayi yang dipijat mengalami peningkatan *tonus nervus vagus* (Saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan makanan akan menjadi lebih baik. Itu sebabnya mengapa berat badan bayi yang dipijat meningkat lebih banyak daripada yang tidak dipijat. Pijatan ini biasanya dilakukan oleh ibu yang merawat bayinya, sehingga ada keterikatan antara ibu dan bayi karena menurut suatu penelitian, ibu yang memijat bayinya akan memproduksi ASI lebih banyak dan sebagian besar dari mereka akan mengalami perembesan air susu pada buah dada ketika tidak menyusui, sehingga pijat bayi ini dapat memperbesar kemungkinan para ibu termasuk ibu yang bekerja untuk dapat memberikan ASI pada si kecil secara optimal. Terapi sentuh atau pemijatan ini terbukti dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan^{2,7}.

Manfaat pijat bayi tidak hanya untuk meningkatkan volume ASI tetapi juga untuk meningkatkan berat badan, nafsu makan, daya tahan tubuh terhadap infeksi dan untuk membina hubungan batin bayi dengan orang tuanya. Jalinan kasih sayang antara bayi dengan orang tuanya akan menjadi dasar perkembangan emosional yang positif bagi bayi di kemudian hari⁸.

Pengobatan dengan pijat memberikan keuntungan yang besar, keuntungan ini berupa fisik, fisiologis dan psikologis. Penelitian terhadap bayi cukup bulan yang dipijat selama 15 hari sebanyak 2 kali seminggu untuk masa 6 minggu menunjukkan kenaikan berat badan yang lebih normal. Pemijatan yang dilakukan dengan benar dan teratur akan sangat besar manfaatnya bagi tumbuh kembang bayi. Pada bayi cukup bulan normal yang mendapat ASI eksklusif 6 bulan secara acak dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok pemijatan dan kelompok kontrol. Pemijatan dimulai sejak bayi usia 4 minggu³. Pijat bayi merupakan salah satu alternatif sebagai upaya untuk mencapai tumbuh kembang anak yang optimal.

METODE

Penelitian ini menggunakan *quasi experimental study* dengan desain *pre-post test with control group design*. Sampel penelitian dipilih dengan *purposive sampling* dengan kriteria: bayi sehat, diasuh kedua orangtua, diberi ASI eksklusif dan tidak mempunyai cacat bawaan. Kelompok perlakuan adalah 15 bayi yang memenuhi kriteria yang datang bersama orangtua ke ruang pijat bayi Rumah Sakit Panti Nugroho Pakem. Kelompok kontrol diambil bayi yang datang ke Poliklinik Anak Sehat RS. Panti Nugroho Pakem sejumlah 15 orang. Penelitian dilakukan tanggal 29 Maret sampai dengan 17 April 2012. Bayi dipijat 2 kali dalam 1 minggu dalam kurun waktu 3 minggu dengan lama pemijatan 15 menit. Sebelum dan sesudah dipijat bayi ditimbang berat badannya. Bayi pada kelompok kontrol ditimbang pada awal kunjungan kemudian 3 minggu kemudian dilakukan kembali penimbangan berat badan. Bayi yang tidak datang ke RS saat jadwal pemijatan dilakukan kunjungan rumah. Teknik pijat bayi dilakukan sesuai dengan Prosedur tetap RS. Panti Nugroho mengacu pada buku pijat bayi dari dr. Utami Roesli, Sp.A. dengan pijatan pada wajah, dada, tangan, perut, punggung dan kaki. Bayi diletakkan di matras beralaskan handuk, dibuka seluruh pakaian, dan dipijat dengan *baby oil/baby lotion*. Setelah pemijatan bayi dibersihkan dengan waslap dan air hangat, dikeringkan dengan handuk. Sebelum dan sesudah pemijatan bayi ditimbang dan hasilnya dicatat di lembar observasi. Variabel bebas adalah pijat bayi dan variabel terikat adalah kenaikan berat badan bayi.

Data dianalisis dengan menguji normalitas data dengan uji *one sampel kolmogrov-smirnov*. Hasil pengujian normalitas data, diketahui bahwa *p-value* = 0,4367 (*p-value* > 0,05) maka data berdistribusi normal. Uji hipotesa dengan *Independent Sample T-Test* dan *Paired sample T-Test* untuk membandingkan nilai rata-rata pre dan post dari sampel setelah dipijat.

HASIL

Penelitian ini dilakukan pada bayi berusia 0-4 bulan yang merupakan pasien di Rumah Sakit Panti Nugroho. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 15 untuk kelompok perlakuan dan 15 untuk kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan sebagian besar berusia 1-3 bulan yaitu 80,1 % dan sebagian besar bayi berjenis kelamin perempuan (66,67 %). Pada kelompok kontrol sebagian besar berusia 3 bulan (53,33 %) dan berjenis kelamin laki-laki (53,33%).

Tabel .1
Perbedaan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pijat
pada Bayi dalam Kelompok Perlakuan

Mean BB (Gram)		Mean Kenaikan BB	P Values	95% Confidence Interval	
Pre	Post			Lower	Upper
4753 gr	8075gr	630 gr	<0.000	1931	399.8069

Dari tabel 1, diketahui bahwa ada perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan setelah dipijat dengan $p\text{-value} < 0.000$ ($p\text{-value} < 0,05$). Dengan rata-rata kenaikan berat badan 630 gr.

Tabel .2
Perbedaan Berat Badan Sebelum Dan Sesudah Pengamatan
Pada Kelompok Kontrol

Mean BB (Gram)		Mean Kenaikan BB	P Values	95% Confidence Interval	
Pre	Post			Lower	Upper
5320 gr	5403 gr	83.33333	0.08297	179.06061	12.39394

Dari tabel 2, diketahui bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara berat badan bayi pada awal pengamatan dengan akhir pengamatan dari kelompok kontrol dengan $p\text{-value} 0.08297$ ($p\text{-value} > 0,05$). Dengan rata-rata kenaikan berat badan 83 gr.

Tabel 3
Perbandingan Kenaikan Berat Badan Antara Kelompok
Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Mean Kenaikan (Gram)		Mean Different	P Value
Kel.Perlakuan	Kel.Kontrol		
630.00000	83.3333	546.6 gr	0.0001611

Dari tabel 3, diketahui bahwa ada perbedaan antara kenaikan berat badan bayi yang dipijat dengan bayi yang tidak dipijat ($p\text{-value} = 0,000$) dengan rerata kenaikan berat badan (mean) untuk kelompok perlakuan adalah 630 gr dan rerata kenaikan berat badan (mean) kelompok kontrol adalah 83,33gr. Jadi ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi.

PEMBAHASAN

Pijat bayi (*stimulus touch*) diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Hal ini yang pada akhirnya meningkatkan nafsu makan dan daya serap tubuh bayi akan sari-sari makanan yang dicerna. Hal ini terlihat dalam adanya kenaikan berat badan yang cukup drastis².

Salah satu manfaat pijat bayi adalah meningkatkan berat badan bayi yang kaitannya dalam pertumbuhan bayi. Pada bayi yang dipijat mengalami peningkatan *tonus nervus vagus* menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan makanan akan menjadi lebih baik, itu sebabnya mengapa berat badan bayi yang dipijat meningkat lebih banyak daripada yang tidak dipijat^{2,9}.

Faktor lingkungan berupa stimulasi yaitu perangsangan yang datang dari lingkungan luar anak merupakan hal yang penting. Stimulasi merupakan hal yang sangat penting dalam aspek tumbuh kembang anak. Anak yang banyak mendapat stimulasi terarah akan lebih cepat berkembang dibandingkan yang kurang bahkan yang tidak mendapat stimulasi. Berbagai macam stimulasi seperti stimulasi visual, verbal, auditif dan taktil dapat mengoptimalkan perkembangan anak. Stimulasi taktil dapat berupa pijatan yang dilakukan pada bayi sejak lahir, sehingga memberikan pengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangannya^{10,11}.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Mohammad pada tahun 2006 yang berjudul "Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 4 Bulan". Dalam penelitian ini kelompok kasus hanya mendapatkan asupan ASI Eksklusif saja sedangkan pada kelompok kontrol mendapatkan asupan kalori baik ASI maupun susu formula. Namun pada bayi yang dipijat cenderung memiliki kenaikan berat badan yang lebih signifikan. Hal ini dikarenakan setelah dipijat terjadi peningkatan aktivitas nervus vagus yang akan merangsang peningkatan insulin dan gastrin. Peningkatan insulin dan gastrin ini akan merangsang fungsi pencernaan sehingga penyerapan dan metabolisme lebih efektif. Selain itu pijat juga dapat merangsang hormon pertumbuhan yang juga sinergetik dengan insulin^{12,13}.

KESIMPULAN

Ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-4 bulan di Rumah Sakit Panti Nugroho 2012. Ada perbedaan yang signifikan antara kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah dipijat pada kelompok perlakuan. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kenaikan berat badan bayi pada awal pengamatan dan akhir pengamatan pada kelompok kontrol.

SARAN

Bagi para bidan dapat melakukan program pijat bayi karena sangat efektif untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan bayi. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti aspek lain yang dipengaruhi oleh perlakuan pijat bayi antara lain, fungsi pencernaan serta pembuangan, depresi dan ketegangan, dan kenyamanan tidur bayi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinkes DIY. Profil kesehatan D.I.Y Tahun 2008. Yogyakarta: Dinkes DIY; 2008.
2. Roesli U. Pijat Bayi Edisi Revisi. Jakarta: Trubus Agriwidya; 2001.
3. Rosalina I. Fisiologi Pijat bayi. Jakarta: Johnson-Johnson; 2007.
4. Depkes. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 tentang Standar Profesi Bidan. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2007.
5. IDAI. Modul Pelatihan UKK Tumbuh Kembang Pediatri Sosial Ikatan Dokter Anak Indonesia. Jakarta: IDAI; 2008.
6. Depkes. Pertumbuhan & Perkembangan Anak. Jakarta: Departemen Kesehatan RI; 2006.
7. Field T. Regular Article Pre Term Infant Massage Elicits Consistent Increases in Vagal Activity and Gastric Motility that are Associated with Greater Weight Gain; 2010.
8. Marimbi H. Pertumbuhan & perkembangan, status gizi dan imunisasi Dasar Balita; 2010.
9. Inal S, Susan Y. The Effect of Baby Massage on mental motor Development of Healthy Full term Baby. *Journal of Society for Development environment in B and H*; 2012.
10. Soetjiningsih. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC; 1995.
11. _____. Massage with Kinestetick Stimulation Improves Weight Gain in Pre Term Infants. *Journal of Perinatology*; 2009.
12. Mohammmad S. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 4 Bulan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*; 2006.
13. Soim, M. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan pada Bayi Usia 4 Bulan. Tesis; 2003.