

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN DI
PRAKTIK MANDIRI BIDAN FILDA FAIRUZA, S.ST., M.Kes
TAHUN 2020**

Leni Halimatusyadiah* & Filda Fairuza
STIKes Salsabila Serang

*Email: leni.halimatusyadiah@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap Kenaikan berat badan di Filda Fairuza, S.ST., M.Kes Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasy eksperimen*, dengan jumlah 40 bayi, terbagi 20 sebagai kelompok eksperimen dan 20 sebagai kelompok kontrol pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* pengujian dilakukan dengan statistik parametrik (*Paired-Sample t test* untuk uji beda dalam kelompok, dan *Independent-Sample t test* untuk uji beda antar-kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan pada kelompok eksperimen sebelum pijat bayi yaitu 6,80 dan sesudah pijat bayi yaitu 7,7 sedangkan pada kelompok kontrol berat badan pada penimbangan awal yaitu rata-rata 7,24 Kg dan pada hari ke 30 menjadi 7,42 Kg. Ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan di Praktik Mandiri Bidan Filda Fairuza dengan nilai p value $0,000 < 0,005$. Dapat disimpulkan ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan, Diharapkan setelah responden mengikuti pelaksanaan penelitian ini dapat merubah perilaku responden terutama dalam pola pengasuhan anak. Diharapkan responden mau melakukan pemijatan kepada bayinya atau dengan datang ke tenaga kesehatan yang memiliki fasilitas pijat dan dapat aktif melakukan penimbangan untuk mengontrol berat badan bayinya.

Kata Kunci: Pijat, Bayi, Kenaikan Berat Badan

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of infant massage on weight gain in Filda Fairuza, S.ST., M.Kes in 2020. This study used a quasy experimental research method, with a total of 40 infants, divided into 20 as the experimental group and 20 as the control group Sampling was carried out using a purposive sampling technique. Tests were carried out using parametric statistics (Paired-Sample t test to test differences within groups, and Independent-Sample t tests to test differences between groups. The results showed that the average body weight in the experimental group before the baby massage was 6.80 and after the baby massage was 7.7 while in the control group the weight at the initial weighing was an average of 7.24 kg and on the 30th day it became 7.42 kg. There is an effect of baby massage on weight gain body in the Independent Midwife Practice Filda Fairuza with a p value of $0.000 < 0.005$. Conclusions and suggestions: There is an

effect of baby massage on weight gain, it is hoped that after the respondents take part in this research it can change the behavior of respondents, especially in parenting patterns. It is expected that respondents will want to massage their babies or come to health workers who have massage facilities and can actively carry out weighing to control their baby's weight.

Keywords: *Massage, Babies, Weight Gain*

PENDAHULUAN

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 terdapat 150,8 juta anak di bawah usia 5 tahun (22,2%) terlalu ringan untuk tinggi badannya. Menurut Kemenkes (2017) prevalensi gizi buruk dan gizi kurang terdapat 27,3% terdiri 9,5% gizi buruk dan 17,8% gizi kurang. Berdasarkan data Kemenkes (2017) prevalensi gizi buruk dan gizi kurang di Provinsi Banten tahun 2017 terdapat 19,7% terdiri 4,0% gizi buruk % dan 15,7% gizi kurang. Menurut Kemenkes Kota Tangerang tahun 2017 prevelensi gizi buruk dan gizi kurang terdapat 15,5% terdiri 3,6% gizi buruk dan 11,9% gizi kurang.

Dampak berat badan kurang dapat menghambat masalah kesehatan dan gangguan pertumbuhan diantaranya mudah sakit, terkena infeksi dan pertumbuhan fisik terlambat (Suhardjo, 2013). Salah satu penyebab permasalahan berat badan adalah mengatur pola makan atau pemberian gizi dan nafsu makan anak yang turun (Roesli, 2013).

Faktor-faktor yang saling berkaitan yaitu faktor internal (ras/etnik, genetik, jenis kelamin, kelainan kromosom) faktor eksternal (lingkungan, sosial ekonomi, nutrisi, kesehatan dan stimulasi (Sulistiyawati, 2015). Pemberian gizi tentu saja paling berpengaruh dan bisa terlihat pada pengukuran berat badan. Status gizi yang optimal pada bayi dua tahun kehidupan pertama merupakan salah satu penentu kualitas sumber daya pada masyarakat sehingga penanganan tepat pada awal pertumbuhan akan mencegah gangguan gizi yang dapat muncul saat dewasa (Andriani dan Bambang, 2012).

Salah satu upaya untuk meningkatkan berat badan bayi adalah dengan melakukan pijat bayi (Roesli, 2013). Pijat bayi merupakan stimulasi atau rangsangan yang akan merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus sehingga pengosongan lambung meningkat dengan

demikian akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Disisi lain pijat bayi juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel pada bayi sehingga berat badan bayi akan meningkat (Dewi, 2016).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terdapat 78 bayi di Praktik Mandiri Bidan Filda. Hasil wawancara pada 10 ibu yang mempunyai bayi 0-12 bulan, 3 ibu mengatakan melakukan pijat bayi dan ibu merasakan bayi tidur lebih pulas, kualitas tidur menjadi lebih baik, menyusu lebih sering sedangkan 7 ibu mengatakan tidak melakukan pijat bayi dan ibu mengatakan bayinya rewel, berat badannya kurang sesuai dengan grafik yang ada di KMS. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap Kenaikan berat badan di Filda Fairuza, S.ST., M.Kes Tahun 2020.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *quasy eksperimen* berupaya mengungkap hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen tetapi pilihan kedua kelompok tersebut tidak dilakukan secara acak (Nursalam, 2016). Pendekatan penelitian ini dengan *pretest-posttest with control group design* yaitu penelitian yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Dengan demikian, hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan sebelum diberikan perlakuan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh bayi yang berusia 6 - 12 bulan pada periode Desember 2020 di Praktik Mandiri Bidan Filda Fairuza yang berjumlah 78 orang bayi. Sampel dalam penelitian ini adalah 40 bayi, dimana 20 sebagai kelompok eksperimen dan 20 sebagai kelompok kontrol pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisa univariat yang dilakukan dalam penelitian ini adalah data berat badan bayi sebelum dan sesudah diberikan pijat dan analisis bivariat *Paired-Sample t test* untuk uji beda dalam kelompok, dan *Independent-Sample t test* untuk uji beda antar-kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Perbedaan Rata-rata Berat Badan Bayi Diberikan Pijat Bayi Pada Kelompok Eksperimen

Tabel 1
Perbedaan Rata-rata Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Pijat Bayi Pada Kelompok Eksperimen di Praktik Mandiri Bidan Filda Fairuza Tangerang

Eksperimen	N	Mean	Std. Deviasi	P Value
Pretest	20	6,80	0,822	0,000
Posttest	20	7,77	0,895	

Tabel 1 menunjukkan rata-rata berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan pijat bayi adalah 6,8 Kg dan mengalami peningkatan sesudah dilakukan pijat bayi yang didapatkan rata-rata berat badan sebesar 7,77 Kg. Hasil uji statistik menunjukkan *p value* sebesar 0,000 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.

Perbedaan Rata-rata Berat Badan Bayi dan Pada Kelompok Kontrol

Tabel 2
Perbedaan Rata-rata Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol di Praktik Mandiri Bidan Filda Fairuza

Kontrol	N	Mean	Std. Deviasi	P Value
Pretest	20	7,24	1,037	0,011
Posttest	20	7,42	0,878	

Rata-rata berat badan bayi penimbangan awal adalah 7,24 Kg, pada penimbangan 1 bulan berikutnya didapatkan rata-rata berat badan sebesar 7,42Kg. Hasil uji statistik menunjukkan *p value* sebesar 0,011 (<0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara berat badan pada penimbangan awal dengan penimbangan pada hari ke 30.

Pembahasan

Hasil ini sesuai dengan teori Roesli (2013) bahwa salah satu upaya untuk meningkatkan berat badan bayi adalah dengan melakukan pijat bayi (Roesli, 2013). Menurut Dewi (2016) pijat bayi merupakan stimulasi atau rangsangan yang akan merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus sehingga pengosongan lambung meningkat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Disisi lain pijat bayi juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel pada bayi sehingga berat badan bayi akan meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Choi *et al* (2015) terhadap 20 subjek yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 10 kelompok kontrol dan 10 kelompok eksperimen yang dilakukan terapi pijat 2 kali sehari 15 menit selama 14 hari. Hasil penelitian menunjukan terapi pijat memiliki efek potensial pada peningkatan pertumbuhan fisik dan pada fungsi pencernaan bayi prematur. Penelitian yang dilakukan oleh Elya *et al* (2018) terhadap 25 bayi menunjukkan bahwa pijat bayi efektif untuk meningkatkan berat badan bayi. Terdapat kenaikan berat badan bayi dengan rerata 0.916 kg setelah diberikan pemijatan.

Kenaikan Berat Badan Bayi Pada Kelompok Kontrol

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan antara berat badan pada penimbangan awal dengan penimbangan pada hari ke 30. Penelitian ini sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh Anggraeni (2012) bahwa berat badan adalah parameter antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, di mana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya dalam keadaan yang abnormal, terdapat dua kemungkinan perkembangan berat badan, yaitu dapat berkembang cepat atau lebih lambat dari keadaan normal. Berat badan harus selalu dimonitor agar memberikan informasi yang memungkinkan intervensi gizi yang preventif sedini mungkin guna mengatasi kecenderungan penurunan atau penambahan berat badan yang tidak dikehendaki. Berat badan

harus selalu dievaluasi dalam konteks riwayat berat badan yang meliputi gaya hidup maupun status berat badan yang terakhir. Penentuan berat badan dilakukan dengan cara menimbang.

KESIMPULAN

Rata-rata berat badan pada kelompok eksperimen sebelum pijat bayi yaitu 6,80 dan sesudah pijat bayi yaitu 7,7 sedangkan pada kelompok kontrol berat badan pada penimbangan awal yaitu rata-rata 7,24 Kg dan pada hari ke 30 menjadi 7,42 Kg. Ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan di Praktik Mandiri Bidan Filda Fairuza dengan nilai p value $0,000 < 0,005$.

Diharapkan setelah responden mengikuti pelaksanaan penelitian ini dapat merubah perilaku responden terutama dalam pola pengasuhan anak. Diharapkan responden mau melakukan pemijatan kepada bayinya atau dengan datang ke tenaga kesehatan yang memiliki fasilitas pijat dan dapat aktif melakukan penimbangan untuk mengkontrol berat badan bayinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M., dan Bambang, W., 2012, *Pengantar gizi masyarakat*, Jakarta: Kencana.
- Anggraeni, A.C., 2012, *Asuhan Gizi Nutritional Care Process*, Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Choi, H. J., Kim, S. J., Oh, J., Lee, M. N., Kim, S. H., & Kang, K. A. 2015. The Nursalam., 2016., *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta: Selemba Medika.
- Roesli, U., 2013, *Pedoman pijat bayi*, Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Santoso, S., 2014, *Statistik Parametrik Edisi Revisi*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Sembiring, B.J., 2019, *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, Dan Anak Prasekolah*. Yogyakarta : Deepublish.

- Soetjiningsih., 2013, *Tumbuh Kembang Anak*, Jakarta: EGC.
- Sugiyono., 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*,
- Syaukani, A., 2015, *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, Dan Yoga Sehat Untuk Bayi Agar Tumbuh Kembang Maksimal*. Yogyakarta: Araska.
- Tanuwijaya, S., 2013, *Konsep Umum Tumbuh Kembang*, Jakarta: EGC.
- Tompunu, N. A., 2015, *Superfood untuk Tumbuh Kembang Bayi Optimal*. Jakarta : FMedia.
- World Health Organization (WHO), 2017. Stunted grow and development, Geneva.