PENGARUH TERAPI PIJAT BAYI TERHADAP PENAMBAHAN BERAT BADAN PADA BAYI USIA 3-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEMBINA PALEMBANG TAHUN 2016

R.A. Aminah Maya[1]; Renda Natalina Pratama[2]
Program Studi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Palembang
email: mayachabie@gmail.com

ABSTRAK

Pijat bayi mempunyai banyak manfaat diantaranya meningkatkan hubungan emosi antara orangtua dan bayi sehingga dapat menstimulus perkembangan personal sosial bayi, selain itu gerakan remasan pada pijat bayi berfungsi untuk menguatkan otot bayi sehingga dapat menstimulus perkembangan motoriknya serta meningkatkan penambahan berat badan (Roesli, 2013; Oktafia, 2010; Marta, 2014). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pembina Palembang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi experiment*). Desain penelitian ini menggunakan rancangan *pre test* dan *post test control group design*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas (posyandu) Pembina Palembang. Hasil: Dari hasil penelitian, diketahui bahwa rata-rata penambahan berat badan pada bayi dengan terapi pijat bayi adalah 720+ 227.40 gram, dan pada bayi tanpa terapi pijat bayi adalah 560+ 176.47 gram sehingga disimpulkan bahwa penambahan berat badan pada bayi yang diberi terapi pijat bayi lebih besar dibandingkan dengann yang tidak diterapi pijat bayi. Dari hasil uji statistik menggunakan *Independent t-test,* diperoleh tingkat signifikansi ρ<0,05 (ρ: 0,040), yang berarti Ho ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan pada bayi. Hipotesis yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengaruh terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan pada bayi terbukti benar. Pijat bayi dapat digunakan sebagai salah satu terapi rutin yang menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Kata Kunci : Pijat bayi, Berat badan

ABSTRACT

The baby's sprouting period is the golden development and critical period of someone.The government has paid attention of this thing through the midvives' role that was set out in standards of midwives proffesions where the authorized to monitor and stimulate the baby's and children's sprouting. One of the sprouting baby stimulation form was baby massage. At the moment, baby massage was rarely done by parents due to lack of knowledge and facility from health workers to give education and information about this therapy. Objectives : To know The Effect Of Baby Massage To Baby's Weight Increasing On Baby Aged 3-6 Months At Pembina Health Center Palembang in 2016 Method : this study is a Quasy experiment research by using pretest and post test control group design. The location was in Puskesmas Pembina Palembang. This research used the baby massage as independent variable and baby weight increasing as dependent variable. The samples were 30 babies from population that fulfill the criteria. Data analysis used independent t-test know the effect of baby massage to the baby weight increasing. Result : from 30 respondents, 15 babies (50%) being experiment group and 15 babies (50%) being control group and the average of baby weight increasing for experiment group was

720± 227.40 gram and for control group was 560± 176.47 gram. P value = 0,040 (p < 0,05) so Ho was unacceptable and it means that there was significat effect of baby massage to baby's weight increasing on baby aged 3-6 months at pembina health center palembang in 2016. Conclutions**:** There there was significat effect of baby massage to baby's weight increasing on baby aged 3-6 months at pembina health center palembang in 2016.
Keywords: Baby Massage, the baby's weight increasing

PENDAHULUAN

Masa tumbuh kembang bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang yaitu pada usia 0-12 bulan. Dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembanganya[1].

Pemerintah dalam hal ini telah memberikan perhatian terhadap bayi melalui peran Bidan sendiri yang tertuang dalam Keputusan 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 anak. Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang selama ini dilakukan yaitu pijat bayi[2].

Di Indonesia pijat adalah metode penyembuhan yang sangat akrab bagi masyarakat. Pelaksanaan pijat bayi di masyarakat desa masih dipegang peranannya oleh dukun bayi. Pijat bayi dapat dilakukan pada bayi yang sakit begitu juga pada bayi yang sehat atau dilakukan sebagai rutinitas setelah bayi lahir. Belakangan ini para ahli medis mulai memperhatikan manfaat pijat bayi yang ditinjau dari bidang kedokteran[3].

Pijat bayi adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba. Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan. Sensasi sentuhan merupakan sensori yang paling berkembang saat lahir[4]. Pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah terutama pada bayi. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya[5].

Pada saat ini, stimulasi tumbuh kembang pada bayi, misalnya melalui terapi pijat bayi sangat jarang dilakukan oleh para orangtua karena terbatasnya pengetahuan dan fasilitas dari tenaga kesehatan untuk memberikan informasi dan edukasi tentang terapi ini. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Penambahan Berat Badan Pada Bayi usia 3-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pembina Palembang Tahun 2016

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Quasy Eksperiment* dengan *pre test* dan *post test control group design.* Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas (posyandu) Pembina Palembang dan pemijatan dilakukan di rumah responden pada bulan April sampai Mei 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi yang berusia 3-6 bulan, sampel penelitian berjumlah 30 orang yang dibagi ke dalam dua kelompok (kontrol dan perlakuan) di mana masing-masing kelompok berjumlah 15 orang yang dipilih menggunakan teknik pengambilan sampel *Non Probability Sampling* yaitu jenis teknik *Purpossive Sampling.*

Adapun kriteria inklusi pada penelitian ini, yaitu bayi yang lahir dengan berat badan lahir normal, dalam kondisi sehat, tidak cacat, bersedia menjadi responden dan melaksanakan terapi pijat bayi sesuai dengan ketentuan. Bagi subjek penelitian yang telah memenuhi kriteria inklusi, peneliti langsung meminta *inform consent* kepada orang tua responden dan melakukan proses pengumpulan data dengan cara pengukuran langsung kepada responden (*pre test)* yaitu mengukur berat badan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan timbangan bayi.

Pada tahap pelaksanaan terapi pijat bayi, peneliti meminta responden pada kelompok eksperimen untuk membuat kontrak pertemuan dengan peneliti untuk memberikan komunikasi, informasi, edukasi dan demonstrasi terapi pijat melalui panduan (*leaflet*) terapi pijat bayi selama 30-60 menit sampai ibu bisa melakukan terapi pijat kepada bayinya dengan benar.

Ibu bayi mendapatkan lembar observasi penelitian, di mana orang tua wajib mengisi lembar tersebut dan mengikuti instruksi mengenai terapi pijat yang diberikan kepada bayinya selama 15 menit dalam satu hari dan dilakukan 3x dalam 1 minggu selama 4 minggu.

Pada tahap *post test* peneliti mengukur kembali berat badan bayi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil pengukuran ini dilakukan pada kelompok eksperimen setelah ibu responden melakukan terapi

pijat kepada bayinya, sedangkan pada kelompok kontrol setelah 4 minggu penelitian, peneliti mengukur berat badan bayi serta memberikan edukasi dan pengajaran tentang terapi pijat bayi dengan menggunakan *leaflet*.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 30 bayi yang memenuhi kriteria inklusi di wilayah kerja Puskesmas Pembina Palembang didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentasi dari variabel independen (terapi pijat bayi) dan variabel dependen (penambahan berat badan). Data ditampilkan dalam bentuk tabel dan teks.

a. Terapi Pijat Bayi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pelaksanaan Terapi Pijat Bayi

Pijat Bayi	n	%
Ya	15	50
Tidak	15	50
Jumlah	30	100

Sumber : data primer

Dari tabel 1 di atas, menunjukkan bahwa dari 30 responden, yang dilakukan terapi pijat bayi sebnyak 15 orang (50%) dan yang tidak dilakukan terapi piajt bayi sebanyak 15 orang (50%).

b. Penambahan Berat Badan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penambahan Berat Badan

Penambahan BB (gram)	Pijat Bayi	Tidak Pijat Bayi	n	%
300	1	2	3	10
400	2	3	5	16.67
500	1	1	2	6.67
600	1	5	6	20
700	1	2	3	10
800	4	1	5	16.67
900	3	1	4	13.33
1000	2	0	2	6.67
Jumlah	15	15	30	100

Sumber : data primer

Dari tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden, yang mengalami penambahan berat badan 300 gram sebanyak 3 orang (10%), 400 gram sebanyak 5 orang (16.67%), 500 gram sebanyak 2 orang (6.67%), 600 gram sebanyak 6 orang (20%), 700 gram sebanyak 3 orang (10%), 800 gram sebanyak 5 orang (16.67%), 900 gram sebanyak 4 orang (13.33%), 1000 gram sebanyak 2 orang (6,67%).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (inisiasi menyusu dini) dengan variabel dependen (lama persalinan kala III). Uji statistik yang digunakan adalah *Independent t-test.* Dengan CI 95%, α = 0,05. Hubungan

dinyatakan bermakna apabila ρ < α (0,05).

Tabel 3. Pengaruh Terapi Pijat Bayi terhadap Penambahan Berat Badan Bayi

	Pijat Bayi	n	Mean	SD	T	P value
Pe (+)an BB	Ya	15	720	227,408	2,153	0.040
	Tidak	15	560	176,473	2,153	

Sumber : data primer

Dari tabel 3 di atas, rata-rata penambahan berat badan pada bayi dengan terapi pijat bayi adalah 720+ 227.40 gram, dan rata -rata penambahan berat badan pada bayi tanpa terapi pijat bayi adalah 560+ 176.47 gram. Nilai signifikan (p value) adalah 0,040 (<0,05) yang artinya Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini berarti ada perbedaan peningkatan berat badan bayi antara kelompok yang diberi perlakukan pijat bayi dan yang tidak.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian, diketahui bahwa rata-rata penambahan berat badan pada bayi dengan terapi pijat bayi adalah 720+ 227.40 gram, dan pada bayi tanpa terapi pijat bayi adalah 560+ 176.47 gram sehingga disimpulkan bahwa penambahan berat badan pada bayi yang diberi terapi pijat bayi lebih besar dibandingkan dengann yang tidak diterapi pijat bayi.

Dari hasil uji statistik menggunakan *Independent t-test,* diperoleh tingkat signifikansi ρ<0,05 (ρ: 0,040), yang berarti Ho ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan pada bayi. Hipotesis yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengaruh terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan pada bayi terbukti benar.

Penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya yaitu pemijatan yang dilakukan oleh ibu kepada bayinya (bayi cukup bulan) setelah 15 hari kelahiran bayi, membuktikan bahwa terdapat peningkatan berat badan yang lebih besar dari pada bayi yang tidak mendapatkan pemijatan[6].

Secara teori dapat dijelaskan bahwa sebagian besar sistim saraf adalah sistim otonom, salah satu diantaranya adalah persarafan pada saluran cerna. Suplai saraf *parasimpatis* dihantarkan dari abdomen melalui saraf *vagus*. Saraf *vagus* adalah saraf ke-10 yang mengatur fungsi organ tubuh termasuk dibagian dada dan perut. Rangsangan pada saraf *vagus* (saraf parasimpatis) akan merangsang lambung untuk mengeluarkan hormon *gastrin*. Hormon *gastrin* akan

merangsang pengeluaran *insulin*, *asam khidroklorida*, *pepsinogen*, *enzim pankreas*, *mukus*, peningkatan aliran empedu hati dan merangsang motilitas lambung. Hormon *gastrin* juga mempermudah *relaksasi reseptif* lambung (relaksasi sementara) sehingga lambung dapat menambah volumenya dengan sangat mudah tanpa peningkatan tekanan. Pengeluaran *insulin* akan mempermudah untuk memetabolisme glukosa. Sekresi *asam hidroklorida*, *pepsinogen*, *enzim pankreas*, peningkatan aliran empedu hati akan mempermudah pencernaan makanan. Saat makanan sampai pada *duodenum* maka akan merangsang pengeluaran *cholecystokinin*, hal ini akan merangsang motilitas usus. Sehingga dengan adanya peningkatan motilitas lambung dan usus akan mempermudah pencampuran, pendorongan makanan dan penyerapan nutrisi menjadi lebih baik[7,8,11].

Hal ini juga juga dibuktikan oleh penelitian Sunarsih[9] pada bayi 0-3 bulan, rata-rata berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan pemijatan adalah 4560 gram dan rata-rata sesudah dilakukan pemijatan adalah 5350 gram yang berarti mengalami peningkatan berat badan sebesar 17,35%. Sedangkan dari beberapa penelitian tentang manfaat lain dari terapi pijat[10] kepada 20 bayi berusia di atas 6 bulan, selain meningkatkan berat badan bayi didapatkan hasil bahwa 14 bayi dengan peningkatan nafsu makan lebih dari biasa, 3 bayi dengan peningkatan nafsu makan lebih sedikit dan 3 bayi dengan nafsu makan tetap, dengan demikian pengaruh semakin sering bayi dipijat dengan frekuensi yang teratur, peningkatan nafsu makan bayi akan terus baik[10].

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Dari hasil uji statistik menggunakan *Independent t - test,* diperoleh tingkat signifikansi ρ < 0, 05 (ρ: 0,040), yang berarti Ho ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan bayi. Hipotesis yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengaruh terapi pijat bayi terhadap penambahan berat badan terbukti benar

SARAN

1. Pijat bayi dapat digunakan sebagai salah satu terapi rutin yang menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi.
2. Dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dengan waktu penelitian yang lebih lama, responden yang lebih banyak dan variabel yang lebih banyak sehingga dapat dibuktikan manfaat lain dari pijat bayII

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementrian Kesehatan RI. 2009. *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksidan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.

2. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/ 2007. *Standar Profesi Bidan.* Jakarta: Kepmenkes RI

3. Aminarti, (2013). *Pijat dan Senam untuk Bayi & Balita*. Yogyakarta: Briliant Books

4. Liaw, J.J. 2000. *Tactile Stimulation and Preterm Infant*, (online), (http://journals.lww.com.jpnnjournal/abstrack/2000/06000/TactileStimulation and Preterm Infants.7.axpx, diakses 15 Febuari 2016)

5. Roesli, U. 2013. *Pedoman Pijat Bayi*. Edisi Revisi. Jakarta: PT Trubus Agriwidia

6. Serrano MS, Doren FM, & Wilson L. (2010). *Teaching chilean mothers to massage at age 2 and 4 month's.* Diperoleh tanggal 12 Juli 2014 dari http://journals.lww.com/jpnnjournal/Abstract /2010/04000

7. Guyton, AC. (2012). *Fisiologi kedokteran.* Alih bahasa: Andrianto.P. Ed.3. Jakarta: EGC.

8. Guyton, AC, Hall, JE. (2006). *Fisiologi kedokteran.* Alih bahasa: Setiawan I, Tengadi LMAKA, Santoso A. Jakarta: EGC

9. Sunarsih, T. (2010). *Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi umur 0-3 bulan di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta tahun 2010.* Diperoleh tanggal 7 juli 2014 dari http://e-journal.respati.ac.id

10. Fitriani, L, Nurhidayati, N. (2007). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi usia diatas 6 bulan di poliklinik fisioterapi handicamp International Wedi Klaten tahun 2007.* Diperoleh tanggal 7 juli 2014 dari http://journal.akbideub.ac.id/index.php/jkeb

11. Subakti dan Anggraini. (2008). *Keajaiban Pijat Bayi & Balita.* Jakarta : Wahyu Media