



## PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN BAYI

Nur Alfi Fauziah<sup>1</sup>, Hellen Febriyanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Sarjana Kebidanan Universitas Aisyah Pringsewu

Email: [1nuralfifauziah24@gmail.com](mailto:nuralfifauziah24@gmail.com)

### ABSTRAK

Cakupan penimbangan balita di Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran pada tahun 2020 baru mencapai 75,50%. Dan jumlah balita ditimbang yang tidak naik berat badannya dua kali berturut turut pada Bulan Juli tahun 2021 sebanyak 23 orang dan pada Bulan Agustus tahun 2021 sebanyak 18 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi eksperimental design* dan pendekatan *Non-Equivalent Control Group*. Populasi sebanyak 22 orang dan sampel seluruh bayi usia 0-6 Bulan sebanyak 11 orang pada kelompok intervensi dan 11 orang pada kelompok control, penelitian dilakukan selama tiga kali dalam seminggu selama tiga minggu dengan teknik *purposive sampling*. Uji analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *uji t* berpasangan (*paired t test* dan *Uji t Tidak berpasangan (Independent)*). Hasil penelitian diketahui rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi, dengan mean 6990,91 gram. Rata-rata berat badan bayi sesudah dilakukan pijat bayi, dengan mean 7490,91 gram. Ada perbedaan berat badan bayi sesudah intervensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan *p-value* = 0,000. Disarankan ibu bayi berperan aktif dalam mencari informasi kesehatan bayi khususnya mengenai peningkatan gizi pada bayi serta dapat melakukan pijat bayi secara mandiri dirumah.

Kata Kunci : Pijat Bayi-Berat Badan Bayi

### ABSTRACT

#### ***THE INFLUENCE OF INFANT MASSAGE IN BABY WEIGHT***

*The coverage of weighing children under five at the Kota Dalam Puskesmas, Pesawaran Regency in 2020 only reached 75.50% and the number of children under five who did not gain weight twice in a row in July 2021 was 23 people and in August 2021 as many as 18 people. This study aims to determine the effect of baby massage on baby weight in the work area of the Kota Dalam Public Health Center, Pesawaran Regency in 2021. This type of research is quantitative with a Quasi experimental design and a Non-Equivalent Control Group approach. The population was 22 people and samples of all infants aged 0-6 months were 11 people in the intervention group and 11 people in the control group. The study was conducted three times a week for three weeks with purposive sampling. The data analysis test used in this study used the uji t (paired t test) and Uji t not paired (Independent). The results showed that the average baby's weight before baby massage was done, with a mean of 6990.91 grams. The average baby weight after baby massage, with a mean of 7490.91 grams. There was a difference in infant weight after the intervention between the experimental group and the control group with p-value = 0.000. It is recommended that the baby's*

*mother play an active role in finding baby health information, especially regarding improving nutrition in infants and being able to do baby massage independently at home.*

*Keywords :Baby Massage-increasing infant weight*

## **PENDAHULUAN**

Pembangunan keluarga dilakukan dalam upaya untuk mewujudkan keluarga berkualitas yang hidup dalam lingkungan yang sehat. Selain lingkungan yang sehat, kondisi kesehatan dari tiap anggota keluarga sendiri juga merupakan salah satu syarat dari keluarga yang berkualitas. Keluarga berperan terhadap optimalisasi pertumbuhan, perkembangan, dan produktivitas seluruh anggotanya melalui pemenuhan kebutuhan gizi dan menjamin kesehatan anggota keluarga. Di dalam komponen keluarga, ibu dan anak merupakan kelompok rentan. Hal ini yang menjadi alasan pentingnya upaya kesehatan ibu dan anak menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan di Indonesia (Kemenkes RI, 2020).

Gizi kurang dan gizi buruk merupakan status gizi yang didasarkan pada indeks berat badan menurut umur (BB/U). Persentase gizi buruk pada balita usia 0-23 bulan di Indonesia adalah 3,8%, sedangkan persentase gizi kurang adalah 11,4%. Sedangkan di Provinsi Lampung gizi buruk sebanyak 2,70% dan gizi kurang sebanyak 10,20% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data penelitian survei gizi Provinsi Lampung pada tahun 2016 Prevalensi status gizi kurang dan gizi buruk balita berdasarkan berat badan menurut umur (BB/U) di Provinsi Lampung sebanyak 15,94%. Bila dilihat cakupan balita gizi kurang dan gizi buruk berdasarkan Kabupaten Kota di Provinsi Lampung maka terlihat bahwa Kabupaten Pesawaran dengan jumlah kasus tertinggi yaitu 21,3%, dan terendah Kota Metro

sebanyak 10,31% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2020).

Berdasarkan data penelitian survei gizi Provinsi Lampung pada tahun 2019, cakupan balita ditimbang di Provinsi Lampung tahun 2019 sebesar 79 %, dimana angka ini diatas target (76,18%). Sedangkan di Kabupaten Pesawaran mencapai 75,1%. Berdasarkan profil Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran cakupan penimbangan balita pada tahun 2020 baru mencapai 75,50% dan sampai dengan periode Agustus tahun 2021 terdapat 4 ibu yang memiliki balita dengan status gizi kurang. Sedangkan jumlah balita ditimbang yang tidak naik berat badannya dua kali berturut turut pada Bulan Agustus tahun 2021 sebanyak 23 orang dan pada Bulan November tahun 2021 sebanyak 18 orang.

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis pertumbuhan dan perkembangan. Disebut masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Sedangkan disebut masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya (Roesli, 2016).

Pijat bayi memang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Namun tanpa teknik pijatan yang benar, pijat bayi justru membahayakan, bahkan dapat menimbulkan kematian pada bayi. Hingga saat ini belum semua dukun bayi memahami teknik pijat bayi yang benar. Sering dijumpai, kepala bayi menjadi

obyek pemijatan. Selain itu seringkali teknik pemijatan bayi hampir sama dengan pemijatan ibu bayi karena menjadi satu dengan paket pertolongan persalinan. Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan, sesuai keinginan orang tua. Dengan lebih cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapat keuntungan yang lebih besar. Apalagi jika pemijatan dapat dilakukan setiap hari dari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan (Roesli, 2016).

Dampak positif yang ditimbulkan dari pijat bayi umumnya bayi yang mendapat pijatan secara teratur akan lebih rileks dan tenang. Melalui sentuhan pemijatan terhadap jaringan otot, peredaran darah dapat meningkat makin lancar, ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki otomatis dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya. Sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan bila pijat bayi dilakukan pemijatan dengan cara yang salah dan tidak sesuai dengan ketentuan medis, efek sampingnya adalah pembengkakan, terdapatnya lebam, adanya rasa sakit pada bayi sehingga bayi menjadi rewel, pergeseran urat, cedera, bahkan bisa menyebabkan kematian pada bayi. Oleh karena itu, banyak orang tua enggan melakukan pijat bayi, mereka takut akan terjadi resiko pijat bayi pada buah hatinya. Risiko pijat bayi tersebut biasanya disebabkan oleh kelalaian praktisi pijat dalam memijat, salah pijat, dan kurangnya pengetahuan pemijat (Roesli, 2016).

Faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak, yaitu: gizi, penyakit kronis/ kelainan kongenital, lingkungan fisik dan kimia, psikologis,

endokrin, sosio ekonomi, lingkungan pengasuhan, stimulasi perkembangan memerlukan rangsangan atau stimulasi khususnya dalam keluarga, misalnya penyediaan mainan, sosialisasi anak serta keterlibatan ibu dan anggota keluarga lain terhadap kegiatan anak (Adriana, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Sawitry., Kuntjoro., Ariyanti (2019) tentang pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dan lama tidur bayi usia 1-3 bulan di Wilayah Sendang Mulyo Semarang. Metode *Quasi Experiment* dengan *Pre dan Post test with control group design*, analisa data menggunakan *dependent* dan *independent* T test. Hasil penelitian diketahui peningkatan berat badan pada kelompok eksperimen lebih baik. Ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 1-3 bulan dengan *p-value* 0,002.

## METODE

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi eksperimental design* dan pendekatan *Non-Equivalent Control Group*. Populasi sebanyak 22 orang dan sampel seluruh bayi usia 0-6 Bulan sebanyak 11 orang pada kelompok intervensi dan 11 orang pada kelompok kontrol penelitian dilakukan selama tiga kali dalam seminggu selama tiga minggu dengan teknik *purposive sampling*. Uji analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *uji t berpasangan (paired t test)* dan *Uji t tidak berpasangan (Independent)*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik

#### a. Pendidikan

**Tabel. 4.1**

Karakteristik pendidikan ibu bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Pendidikan	Frekuensi	Persentase %
a. SD	2	9,10%
b. SMP	8	36,36%
c. SMA	12	54,54%
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 4.1 maka dapat diketahui bahwa karakteristik pendidikan ibu bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021, sebagian besar adalah SMA sebanyak 12 responden (54,54%), SMP sebanyak 8 responden (36,36%), dan SD sebanyak 2 responden (9,10%).

#### b. Pekerjaan

**Tabel. 4.2**

Karakteristik pekerjaan ibu bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase %
a. Wiraswasta	6	27,28%
b. Ibu Rumah Tangga (IRT)	12	54,54%
c. Buruh	4	18,18%
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 4.2 maka dapat diketahui bahwa karakteristik pekerjaan ibu bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021, sebagian besar adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 12 responden (54,54%), wiraswasta sebanyak 6 responden (27,28%) dan buruh sebanyak 4 responden (18,18%).

#### c. Jenis kelamin bayi

**Tabel. 4.3**

Karakteristik jenis kelamin bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase %
a. Laki-laki	9	40,90%
b. Perempuan	13	59,10%
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 4.3 maka dapat diketahui bahwa karakteristik jenis kelamin bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021. Laki-laki sebanyak 9 responden (40,90%) dan perempuan sebanyak 13 responden (59,10%).

## 1. Analisis Univariat

- a. Rata-rata peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi pada kelompok intervensi

**Tabel 4.4**

Rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Kelompok Intervensi	Mean	SD	SE	Min-max
Sebelum	6990,91	1100,413	331,787	5200 - 8500
Sesudah	7490,91	1105,852	333,427	5700 -9000

Hasil uji memperlihatkan bahwa rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi pada kelompok intervensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021 mempunyai nilai rata-rata 6990,91 gram. Nilai minimal 5200 gram dan maksimal 8500 gram. Rata-rata berat badan bayi sesudah dilakukan pijat bayi mempunyai nilai rata-rata 7490,91 gram. Nilai minimal 5700 gram dan maksimal 9000 gram.

- b. Rata-rata berat badan bayi pada kelompok kontrol

**Tabel 4.5**

Rata-rata berat badan bayi pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Kelompok Kontrol	Mean	SD	SE	Min-max
Sebelum	5209,09	587,290	177,074	4600 - 6300
Sesudah	5372,73	569,370	171,671	4700 -6500

Hasil uji memperlihatkan bahwa rata-rata berat badan bayi pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021 mempunyai nilai rata-rata 5209,09 gram. Nilai minimal 4600 gram dan maksimal 6300 gram. Rata-rata peningkatan berat badan bayi sesudah mempunyai nilai rata-rata 5372,73 gram. Nilai minimal 4700 gram dan maksimal 6500 gram.

## 2. Uji normalitas

**Tabel 4.6**

Uji Normalitas

		Nilai Sig.
Berat badan bayi kelompok intervensi	Sebelum	0,406
	Sesudah	0,346
Berat badan bayi kelompok kontrol	Sebelum	0,054
	Sesudah	0,095

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini sampel kurang dari 50 responden

sehingga uji kenormalan yang digunakan adalah uji *shapiro-wilk*. Kriteria uji normalitas adalah data berdistribusi normal jika taraf signifikan  $< \alpha$  (0,05). Dari hasil analisa diketahui taraf signifikan sebelum intervensi sebesar 0,406 dan sesudah intervensi sebesar 0,346  $< (\alpha$  0,05). Sedangkan pada kelompok kontrol taraf signifikan sebelum intervensi sebesar 0,054 dan sesudah intervensi sebesar 0,095  $< (\alpha$  0,05). Sehingga dapat dikatakan data berdistribusi normal. Dikarenakan syarat data berdistribusi normal terpenuhi, maka uji hipotesis yang digunakan adalah *uji t* berpasangan (*paired t test*) (Dahlan, 2011).

### 3. Analisa Bivariat

- a. Pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi pada kelompok intervensi.

**Tabel 4.7**

Analisis pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi pada kelompok intervensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Kelompok Intervensi	Mean	SD	t	p-value	Perbedaan rerata CI 95%
Sebelum	6990,91	100,00	-16,583	0,000	500,00 567.181-432.819
Sesudah	7490,91				

Hasil analisis dari tabel diatas dapat diketahui perbedaan rata-rata berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi sebesar 500,00 gram, dan standar deviasi sebesar 100,00. Hasil uji diperoleh nilai  $p= (0,000 < 0,05)$  sehingga ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

- b. Berat badan bayi pada kelompok kontrol.

**Tabel 4.8**

Analisis pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021

Kelompok Kontrol	Mean	SD	t	p-value	Perbedaan rerata CI 95%
Sebelum	5209,09	136,182	3,985	0,003	163,636 255,124-72,148
Sesudah	5372,73				

Hasil analisis dari tabel diatas dapat diketahui perbedaan rata-rata berat badan bayi pada kelompok kontrol sebesar 163,363 gram. Hasil uji diperoleh nilai  $p= (0,003 < 0,05)$  sehingga ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

- c. Perbandingan berat badan bayi sesudah intervensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

**Tabel 4.9**

Analisis perbandingan berat badan bayi sesudah intervensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Kelompok	Mean	t	p-value	Perbedaan rerata CI 95%
Intervensi	7490,91	5,648	0,000	2118,182 1335,9-2900,5
Kontrol	5372,73			

Hasil analisis dari tabel diatas dapat diketahui perbedaan rata-rata peningkatan berat badan bayi sesudah intervensi antara sebesar 2118,182 gram. Hasil uji diperoleh nilai  $p = (0,000 < 0,05)$  sehingga ada perbedaan berat badan bayi sesudah intervensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

## PEMBAHASAN

### Univariat

#### a. Rata-rata berat badan bayi pada kelompok intervensi

Diketahui bahwa rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi pada kelompok intervensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021 mempunyai nilai rata-rata 6990,91 gram. Nilai minimal 5200 dan maksimal 8500. Rata-rata peningkatan berat badan bayi sesudah dilakukan pijat bayi mempunyai nilai rata-rata 7490,91 gram. Nilai minimal 5700 gram dan maksimal 9000 gram

*Baby massage* adalah pemijatan yang dilakukan lebih mendekati usapan-usapan halus atau rangsangan raba (taktil) yang dilakukan dipermukaan kulit, manipulasi terhadap jaringan atau organ tubuh bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan sistem pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah (Roesli, 2016).

Pijat merupakan terapi sentuhan dari tangan pemijat kepada kulit seseorang dengan teknik-teknik gerakan tertentu. Terapi pijat merupakan terapi tertua yang dikenal manusia populer sampai saat ini. Pijat bayi merupakan perawatan kesehatan

berupa terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu yang diberikan kepada bayi sehingga pengobatan dan terapi dapat tercapai. Tujuan diberikan pemijatan untuk mengeluarkan hormon endorphin sehingga memberikan rasa rileks pada otot bayi yang akan membuat bayi semakin nyaman membawa dirinya baik secara fisik maupun psikologisnya (Juwita., Jayanti, 2019).

Pada penelitian ini, awalnya peneliti mengajukan permohonan izin pelaksanaan penelitian kepada institusi yang digunakan peneliti sebagai lokasi penelitian yaitu di Posyandu di Wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam. Setelah mendapat rekomendasi pelaksanaan penelitian dari Universitas Aisyah Pringsewu dan izin dari lokasi penelitian, peneliti melaksanakan pengumpulan data penelitian. Pengumpulan Data awal dengan melakukan penimbangan kepada seluruh bayi usia 0-6 bulan di Posyandu setiap desa, setelah mendapatkan calon responden yang sesuai dengan kriteria penelitian, peneliti menjelaskan kepada calon responden yang telah memenuhi kriteria tentang tujuan, manfaat, prosedur serta menanyakan kesediaan calon responden, setelah calon responden bersedia, peneliti membuat jadwal pemijatan ke rumah-rumah calon responden, setelah itu peneliti

memulai kegiatan penelitian pijat bayi ke rumah-rumah responden, saat datang peneliti memberikan *informed consent* dan ibu responden diminta untuk menandatangani, peneliti datang kerumah sebanyak tiga kali dalam seminggu (pagi hari setelah bayi mandi) selama tiga minggu.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Safitri., Latifah., Iqmy (2021). Mengenai pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus Di BPS Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung Tahun 2020.dengan menggunakan desain eksperimen *one group Pre-test – Post-test*. Diketahui bahwa rata-rata (mean) berat badan neonates sebelum diberikan pijat bayi adalah 3143,75 gram dan sesudah diberikan pijat bayi adalah 3425,00 gram.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi serta memperbaiki kondisi-kondisi bayi seperti memperbaiki saluran pencernaan bayi, nafsu makan dan hal-hal lainnya. Hal ini sangat penting diperhatikan oleh para orang tua bayi, karena selain bermanfaat positif, para orang tua bisa belajar sendiri tentang cara memijat bayi tersebut agar para orangtua tidak perlu lagi ke tenaga-tenaga kesehatan untuk memijat bayinya.

#### **b. Rata-rata berat badan bayi pada kelompok kontrol**

Diketahui bahwa rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2020 mempunyai nilai rata-rata 5209,09 gram. Nilai minimal 4600 dan maksimal 6300. Rata-rata peningkatan berat badan bayi sesudah mempunyai nilai rata-

rata 5372,73 gram. Nilai minimal 4700 gram dan maksimal 6500 gram.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2019). Mengenai Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Siti Hajar R, Am.Keb, SKM Jl. Jala IX Medan Marelan. Analisa data yang digunakan analisa uji paired sampel T Test. Desain Penelitian *True Eksperimental* dengan pendekatan *randomized control group Pretest-Posttest Design*. Dengan melakukan pemijatan sebanyak 2 kali/minggu selama 10-15 menit selama 4 minggu. Hasil penelitian diketahui kenaikan berat badan bayi pada kelompok tidak dilakukan sebanyak 570 gram, kelompok dilakukan sebanyak 1250 gram.

#### **Bivariat**

##### **a. Pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi pada kelompok intervensi**

Perbedaan rata-rata berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi sebesar 500,00, dan standar deviasi sebesar 100,00. Hasil uji diperoleh nilai  $p = (0,000 < 0,05)$ , sehingga ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori Roesli (2016). Dewasa ini, para pakar telah dapat membuktikan secara ilmiah mengenai pijat pada bayi yang merupakan salah satu terapi sentuh yang memiliki banyak manfaat. Pijat (terapi sentuh) dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, antara lain melalui pengukuran kadar hormon stress (*catecholamine*) air seni, kadar cortisol ludah, kadar cortisol plasma

secara *radio immune assay*, dan pemeriksaan EEG (*electro encephalogram*) atau gambaran gelombang otak.

Selanjutnya Roesli (2016). menyatakan bahwa pemijatan akan meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan anak. Usapan-usapan (taktil) akan menyebabkan penurunan enzim ODC (*ornithine decarboxylase*) suatu enzim yang menjadi petunjuk bagi pertumbuhan sel dan jaringan. Penurunan pengeluaran hormon pertumbuhan dan penurunan kepekaan ODC jaringan terhadap pemberian hormon pertumbuhan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2019). Mengenai Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Siti Hajar R, Am.Keb., SKM Jl. Jala IX Medan Marelan. Analisa data yang digunakan analisa uji paired sampel T Test. Desain Penelitian *True Eksperimental* dengan pendekatan *randomized control group Pretest-Post test Design*. Dengan melakukan pemijatan sebanyak 2 kali/minggu selama 10-15 menit selama 4 minggu. Hasil penelitian diketahui kenaikan berat badan bayi pada kelompok tidak dilakukan sebanyak 570 gram, kelompok dilakukan sebanyak 1250 gram. Hasil  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima. Penelitian ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan.

Pada penelitian ini memiliki perbedaan waktu pemijatan dengan yang peneliti lakukan. Pemijatan dilakukan 2 kali/minggu selama 10-15 menit selama 4 minggu yang dinilai dengan lembar checklist. Dimana kenaikan berat badan bayi ditimbang setelah empat minggu sehingga kenaikan berat badan bayi lebih besar

dibandingkan dengan yang peneliti lakukan.

#### **b. Pengaruh pemberian ASI terhadap berat badan bayi pada kelompok kontrol**

Hasil analisis dapat diketahui perbedaan rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok kontrol sebesar 163,363 gram. Hasil uji diperoleh nilai  $p = (0,003 < 0,05)$  sehingga ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

Pada penelitian kelompok kontrol tidak dilakukan pijat bayi namun demikian bayi tetap diberikan ASI eksklusif. Peneliti menemukan kenaikan berat badan bayi pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan pijat bayi dengan berat badan sebelum (*pretes*) sebesar 4700 gram dan sesudah (*post tes*) sebesar 6500 gram. Hal ini dikarenakan pada kelompok ini bayi tidak mendapat pijat bayi. Sedang pada kelompok yang dilakukan pemijatan sebanyak 6990,91 gram setelah dilakukan pijat bayi sebanyak 3 kali selama 1 minggu dengan durasi pemijatan 15 menit. Pada kelompok kontrol peningkatan berat badan bayi hanya dipengaruhi oleh status gizi ibu melalui ASI yang diberikan kepada bayi, sedangkan pada kelompok intervensi selain mendapatkan ASI bayi juga mendapatkan perlakuan dengan dilakukan pijat bayi dimana terdapat pengaruh setelah dilakukan pijatan bayi tersebut didapati merasa nyaman, dapat tidur nyenyak, peredaran darah lancar, sistem pencernaan juga baik, sehingga bayi cepat merasa lapar dan sering menyusu. Hal ini akan mempercepat peningkatan berat badan.

Menurut pendapat peneliti, peningkatan berat badan pada

responden kelompok intervensi dan kelompok kontrol, terdapat perbandingan dan perbedaan kenaikan berat badan yang sangat jauh berbeda. Pada kelompok intervensi kenaikan berat badan bayi sebanyak 500 gram. Pada kelompok tidak dilakukan pemijatan kenaikan berat badan bayi sebanyak 163 gram. Sehingga dapat disimpulkan bahwa berat badan tidak hanya dipengaruhi oleh stimulasi tapi banyak faktor yaitu faktor genetik, faktor gizi dan penyakit, faktor lingkungan meliputi faktor prenatal, faktor postnatal yang meliputi faktor lingkungan biologis, faktor lingkungan fisik dan faktor lingkungan sosial.

### c. Perbandingan Berat Badan Bayi Sesudah Intervensi Antara Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol

Hasil analisis dapat diketahui ada perbedaan rata-rata peningkatan berat badan bayi sesudah intervensi antar kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol sebesar 2118,182 gram, Hasil uji diperoleh nilai  $p = (0,000 < 0,05)$  sehingga ada perbedaan berat badan bayi sesudah intervensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021.

Hal ini juga sependapat dengan pernyataan yang menyatakan bahwa pijat bayi merupakan pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan pada kulit. Sentuhan dan pelukan seorang ibu merupakan kebutuhan dasar bayi. Sentuhan yang dihadirkan dalam pijatan-pijatan lembut untuk bayi merupakan sebuah stimulus yang penting dalam tumbuh kembang anak. Pijat adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia. Salah satu mekanisme dasar pijat bayi adalah

aktivitas *Nervus Vagus* meningkatkan volume ASI yaitu penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas *Nervus Vagus* menyebabkan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya. Seperti diketahui, ASI akan semakin banyak diproduksi jika semakin banyak diminta. Selain itu, ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI (Harahap, 2019).

Hal ini juga didukung oleh pernyataan baik (Prasetyono, 2013 dalam Safitri., Latifah., Iqmy (2021). Bayi yang dipijat mengalami peningkatan aktivitas *nervus vagus* (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan bayi cepat merasa lapar sehingga frekuensi menyusunya meningkat, selain itu adanya peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, dengan demikian, penyerapan makanan akan menjadi lebih.

Walaupun masih perlu penelitian lanjutan untuk memastikan hasil-hasil penelitian terhadap terapi sentuh/pijatan, penemuan-penemuan yang telah dihasilkan sudah cukup menjadi alasan untuk dilakukannya pijat pijat bayi secara rutin guna mempertahankan kesehatan bayi. Apalagi pijat bayi ini terbukti murah, mudah, dan telah biasa dilakukan di Indonesia sehingga bukan hal yang baru bagi kultur kita. Prof. T. Field dan Scafidi pada tahun 1986 dan 1990 pernah melakukan penelitian mengenai manfaat pijat pada 20 bayi prematur. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur dengan berat badan 1.280 gram dan 1.176 gram yang dipijat selama 3x15 menit selama 10 hari, menunjukkan kenaikan berat badan per hari hingga 20%-47% lebih banyak dari yang tidak dipijat (Roesli, 2016).

Penelitian yang dilakukan Marni (2019). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 2-12 bulan di kelurahan Giripurwo Kecamatan Wonogiri. Metode yang digunakan *Quasi eksperiment design* dengan rancangan *Pretest-Posttest design*. Dengan melakukan pemijatan selama 2 minggu. Hasil penelitian diketahui nilai P Value = 0,000 ( $< 0,05$ ) yang artinya ada perbedaan berat badan sebelum dan setelah dilakukan intervensi pijat bayi.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan pada ibu bayi pada kelompok eksperimen menyatakan bahwa setelah dipijat bayinya ada peningkatan frekuensi menyusu, dan ibu juga mengatakan jumlah ASI nya bertambah, hal ini juga menunjang peningkatan berat badan bayi, apalagi bayi pada usia ini masih jarang bergerak sehingga asupan nutrisi yang masuk terfokus untuk meningkatkan pertumbuhannya, sedangkan pada kelompok kontrol menyatakan bahwa volume ASI nya bertambah, namun frekuensi menyusu bayinya tidak meningkat, adanya peningkatan volume ASI dan frekuensi menyusu ini dapat menyebabkan peningkatan berat badan bayi.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa Bayi yang dipijat mengalami peningkatan aktivitas nervus vagus (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan bayi cepat merasa lapar sehingga frekuensi menyusunya meningkat, selain itu adanya peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, dengan demikian, penyerapan makanan akan menjadi lebih baik.

## KESIMPULAN

1. Rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi pada kelompok

intervensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021 mempunyai nilai rata-rata 6990,91 gram. Rata-rata berat badan bayi sesudah dilakukan pijat bayi mempunyai nilai rata-rata 7490,91 gram dan standar deviasi sebesar 1105,852 .

2. Rata-rata berat badan bayi pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021 mempunyai nilai rata-rata 5209,09 dan standar deviasi sebesar 587,290. Rata-rata berat badan bayi sesudah mempunyai nilai rata-rata 5372,73 dan standar deviasi sebesar 569,370.
3. Ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi pada kelompok intervensi di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021, dengan *p-value* = 0,000.
4. Ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021, dengan *p-value* = 0,003.
5. Ada perbedaan berat badan bayi sesudah intervensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Kota Dalam Kabupaten Pesawaran Tahun 2021, dengan *p-value* = 0,000.

## SARAN

1. Ibu Yang Memiliki Bayi  
Disarankan ibu bayi berperan aktif dalam mencari informasi kesehatan bayi khususnya mengenai peningkatan gizi pada bayi dan dapat melakukan pijat bayi secara mandiri dirumah, serta keluarga ikut berkontribusi dalam upaya meningkatkan kesehatan bayi, serta mendukung ibu melakukan pijat bayi.

2. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu Disarankan agar pihak akademik Universitas Aisyah Pringsewu agar memanfaatkan penelitian ini sebagai pembelajaran bagi mahasiswa Program Studi Kebidanan dan menambah literatur serta bahan bacaan terkait dengan pijat bayi.
3. Puskesmas Kota Dalam Disarankan agar tenaga kesehatan di Puskesmas Kota Dalam khususnya bidan untuk meningkatkan upaya promotif bagi ibu bayi melalui penyuluhan kesehatan yang bertujuan menyampaikan informasi mengenai pijat bayi dan tenaga kesehatan dan kader-kader posyandu agar dapat mengikuti pelatihan pijat bayi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta : Selemba Medika.
- Carolin., Syamsiah., Khasri. (2020). *Pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di wilayah kerja Alanda Care Kota Pangkalpinang Provinsi Bangka Belitung*. Jurnal Kebidanan. Vol 6, No 3, Juli 2020 : 383-387.
- Dahlan, MS. (2011). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Salemba medika: Jakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2019). *Profil Kesehatan Lampung: Bandar Lampung*.
- Fauziah., Wijayanti. (2018). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Kualitas Tidur Bayi Di Puskesmas Jetis Yogyakarta*. PLACENTUM Jurnal
- Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.6(2) 2018.
- Fitriyanti., Arsyard., Sumiaty. (2019). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatn berat badan pada bayi usia 1-3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu*. Jurnal Bidan Cerdase-ISSN: 2654-9352|p-ISSN: 2715-9965 <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JBC/Vol.1.No.3>: Agustus 2019 | Hal. 144-150.
- Harahap.(2019). *Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Siti Hajar R, Am.Keb, SKM Jl. Jala IX Medan Marelan*. Jurnal Kesehatan Prima <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/index-exp> ISSN: 1978-1334 (Print); e-ISSN: 2460-8661 (Online).
- Hastono, Sutanto Priyo. (2017). *Analisis Data Pada Bidang Kesehatan*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Juwita., Jayanti. (2019). *Pijat Bayi*. Jawa Tengah: CV. Sarno Untung.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Katalog Dalam Terbitan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Marni. (2019). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 2-12 bulan di kelurahan Giripurwo Kecamatan Wonogiri*. Jurnal Kebidanan Indonesia. Vol 10 No 1. Januari 2019 (12 – 18).

- Masturoh., Anggita. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Bahan ajar rekam medis dan informasi kesehatan (RMIK)*. Pusat pendidikan sumberdaya manusia kesehatan: Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumberdaya Manusia Kesehatan. Kementrian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Cetakan VI). Jakarta: Penerbit PT. Rineka Cipta.
- Riyanto. A. (2011). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Roesli, (2016). *Pedoman Pijat Bayi*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Trubus Agriwidya.
- Safitri., Latifah., Iqmy. (2021). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus Di BPS Wirahayu, S.Tr.,Keb Panjang Bandar Lampung*. MJ (Midwifery Journal), Vol 1, No.2. Juni 2021, ISSN (Cetak) 2775-393X ISSN (Online) 2746-7953, Hal 94-100.
- Sawitry., Kuntjoro., Ariyanti. (2019). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dan lama tidur bayi usia 1-3 bulan di Wilayah Sendang Mulyo Semarang*. Mahakam Midwifery Journal, Vol 2, No. 5, Mei 2019 : 330-336.
- Setiyani., Sukei., Esyuananik. (2016). *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak Pra Sekolah*. Pusat pendidikan sumberdaya manusia kesehatan: Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumberdaya Manusia Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Setiawandari.(2019). *Modul stimulasi pijat bayi dan balita*. Surabaya: Adi Buana University Press.
- Soetjiningsih.(2017). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta:EGC.
- Sujarweni. (2021). *Metodelogi penelitian. Lengkap, Praktis dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Surahman., Rachmat., Supardi.(2016). *Metodologi Penelitian*.Pusat pendidikan sumberdaya manusia kesehatan: Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumberdaya Manusia Kesehatan. Kementrian Kesehatan RI.
- Suyanto. (2014). *Metodelogi dan Aplikasi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yuniarti. (2015). *Asuhan Tumbuh Kembang Neonatus bayi –balita dan anak Prasekolah*, Bandung: Refika Aditama.