

## **Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kecamatan Kedawung Kabupaten Sragen Jawa Tengah Tahun 2022**

Putri Darwati<sup>1</sup>, Ninik Christiani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo

Email Korespondensi: putridarwati860@gmail.com,

### **ABSTRAK**

Persentase bayi berat lahir rendah (BBLR) di Jawa Tengah pada tahun 2020 sebesar 10,45 persen, sedangkan untuk Kabupaten Sragen sendiri pada tahun 2020 sebesar 9,2 persen. meningkat bila dibandingkan dengan persentase tahun 2019. Upaya yang dapat dilakukan dalam mengoptimalkan berat badan pada bayi di samping nutrisi yang diberikan oleh ibu, ada cara lain yaitu adanya rangsangan stimulus pada bayi yang biasa dikenal dengan pijat bayi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah Kecamatan Kedawung Kabupaten Sragen Jawa Tengah terdapat beberapa bayi yang mengalami penurunan berat badan pada 1 bulan pertama kelahirannya dengan berbagai faktor penyebab. Untuk mengatasi hal tersebut diperlukan adanya rangsangan pijat bayi untuk bayi dalam meningkatkan berat badannya. Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3-6 bulan di wilayah Kabupaten Sragen Jawa Tengah tahun 2022. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen kuantitatif (eksperimen semu) dengan rancangan non equivalent control group. Eksperimen ini dilakukan pada bayi usia 3-6 bulan yang berada di wilayah kecamatan kedawung kabupaten sragen jawa tengah. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi 20 dan kelompok kontrol 20. Dari hasil penelitian data demografi responden didapat rata-rata berat badan responden sebelum dan sesudah dipijat yaitu sebelum dipijat pada kelompok intervensi adalah 6.882 gr dan mengalami kenaikan berat badan setelah dipijat dengan rata-rata 7.378 gr sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata berat badan sebelum dipijat adalah 6.602 gr dan setelah dipijat mengalami kenaikan berat badan rata-rata 6.914 gr. Hasil uji paired-t test diperoleh nilai  $p=0,000$ , secara statistik nilai  $p=0,000 < \alpha$  atau  $0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dapat disimpulkan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di wilayah kecamatan kedawung kabupaten Sragen.

**Kata Kunci :** Pijat Bayi, Peningkatan Berat Badan.

### **ABSTRACT**

*Influence of Infant Massage on The Growth (Weight) of Infants Aged 3-6 Months in The Region of kedawung District, Sragen Regency, Central Java, in 2022*

*The percentage of low birth weight babies (LBW) in Central Java in 2020 was 10.45 percent, while for the Sragen district itself in 2020 it was 9.2 percent. increased when compared to the percentage in 2019. Efforts can be made to optimize the baby's weight in addition to the nutrition provided by the mother and one way is the need for stimulation or commonly known as baby massage. Based on a preliminary study conducted in the Kedawung District, Sragen Regency, Central Java, there were several babies who experienced weight loss. To determine the effect of baby*

*massage on the growth (weight) of infants aged 3-6 months in Sragen Regency, Central Java in 2022. This study aims to determine the effect of baby massage on the growth (weight) of infants aged 3-6 months in Sragen Regency, Central Java in 2022. The research method used for this proposal is a quasi-quantitative experiment (quasi-experimental) with a non-equivalent control group design. This experiment was carried out on infants aged 3-6 months in the Kedawungsub-district, Sragen district, Central Java. The sample was divided into two groups, namely the intervention group 20 and the control group 20. From the results of research, demographic data of respondents, the average body weight of respondents before and after massage, namely before massage in the intervention group was 6.882 g and experienced weight gain after massage with an average of 7.378 g, while in the control group the average weight before massage was 6.602 g and after a massage experienced an average weight gain of 6.914 g. The results of the paired-t test obtained  $p$  value = 0.000, statistically  $p$  value = 0.000 < or 0.05 then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. It can be concluded that there is an effect of baby massage on increasing infant weight in the ah district of Kedawung district, Sragen district.*

**Keywords:** *Baby Massage, Weight Gain.*

## **PENDAHULUAN**

Menurut Riskesdas (2018) gangguan pertumbuhan di Indonesia berdasarkan Berat Badan/ Umur (BB/U) yang mengalami underweight sebesar 19,6% dimana target Sustainable Development Goals (SDGs) 2015 sebesar 15,5%, berdasarkan Tinggi Badan/ Umur (TB/U) yang mengalami stunting (pendek) sebesar 29,9% dan berdasarkan Berat Badan/Tinggi Badan (BB/TB) yang sangat kurus sebesar 10,2% dan gemuk sebesar 8%. Salah satu indikator yang dapat digunakan sebagai tolok ukur kesehatan bayi adalah dengan mengetahui berat bayi yang baru lahir. Berat badan bayi dikatakan normal bila berada di kisaran 2.500-4.000 gram pada bayi yang lahir cukup umur (usia kehamilan 37-40 minggu). Pada umumnya, bayi yang dilahirkan prematur atau kurang dari 37 minggu usia kandungan memiliki berat lahir yang lebih rendah dari bayi normal (BBLR). Bayi baru lahir dengan berat kurang dari 2,5 kg memiliki risiko

kematian 20 kali lebih tinggi jika dibandingkan dengan bayi normal. Bayi dengan BBLR memiliki peluang untuk mengalami berat lahir bayi juga ditentukan oleh beberapa faktor yang pada umumnya berkaitan dengan kesehatan ibu saat hamil. Pertumbuhan janin di dalam kandungan ibu dan pola makan ibu saat hamil sampai melahirkan sangat mempengaruhi berat badan bayi pada saat lahir. Hampir seluruh perempuan Jawa Tengah melahirkan bayi dengan berat 2,5 kg ke atas. Sementara itu, 1 dari 10 perempuan Jawa Tengah, pernah melahirkan dengan berat badan bayi di bawah 2,5 kg, baik di perkotaan maupun perdesaan 9,2%. Persentase bayi berat lahir rendah (BBLR) di Jawa Tengah pada tahun 2020 sebesar 10,45%, sedangkan untuk Kabupaten Sragen sendiri pada tahun 2020 sebesar 9,2% meningkat bila dibandingkan dengan persentase tahun 2019 (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2020). Upaya yang dapat dilakukan dalam mengoptimalkan berat badan pada

bayidi samping nutrisi yang diberikan oleh ibu dan salah satu cara lain perlu adanya rangsangan stimulus atau yang biasa di kenal dengan pijat bayi. Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku dan menyatukan organ tubuh dengan berupa sentuhan. Dengan adanya sentuhan pemijatan terhadap jaringan otot peredaran darah, dapat meningkatkan jaringan otot ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki sehingga dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya (Roesli, 2016).

Pijatan atau sentuhan kepada bayi memberikan manfaat yaitu membuat bayi merasa tenang, meningkatkan kualitas tidur bayi, mengajari bayi sejak dini mengenai bagian tubuh dan merangsang nafsu makan bayi (Julianti, 2018). Salah satu manfaat dari pemijatan bayi yaitu merangsang nafsu makan bayi. dengan dilakukan pemijatan bayi merangsang aktivitas *nervus vagus*, di mana saraf ini (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik serta meningkatkan persitaltik usus dan pengosongan lambung meningkat yang dapat merangsang nafsu makan bayi (Roesli, 2016). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan berat

badan bayi usia 3-6 bulan di wilayah Kabupaten Sragen Jawa Tengah tahun 2021

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen kuantitatif (eksperimen semu) dengan rancangan non equivalen kontrol group. Eksperimen ini dilakukan pada bayi usia 3-6 bulan yang berada di wilayah kecamatan kedawung kabupaten sragen jawa tengah. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi 20 yang dilakukan pemijatan sebanyak 2 kali dengan lama pemijatan 15 menit dan kelompok kontrol 20 yang tidak dilakukan pemijatan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis univariat Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan kenaikan berat badan dapat diketahui dari 40 responden sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan sebanyak 19 (95%) pada kelompok case. Pada kelompok kontrol sebagian besar responden tidak ada kenaikan berat badan sebanyak 9 atau sebesar 40%.

Bayi yang dilakukan pemijatan rutin akan lebih cepat peningkatan berat badannya, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Dewi yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi lebih banyak dibanding tidak dipijat (Dewi, et. al., 2011).

Tabel kenaikan berat badan

Paired Samples Test								
Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference (lower)	95% Confidence Interval of the Difference (upper)	T	df	Sig. (2-tailed)
BB Sebelum Pijat - BB Sesudah Pijat	-311.75	394.006	62.298	-437.75	-185.74	-5.004	39	.000

Hasil analisis bivariat berdasarkan kelompok control adalah sebagai berikut.

N	Pemberian Pijat Bayi	Pemberian Pijat Bayi	
		Sebelum	Sesudah
20	Ya	6.882 gr	7.378 gr
20	Tidak	6.602 gr	6.914 gr

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pemijatan di Wilayah kecamatan kedawung kabupaten Seragen, berdasarkan kelompok case sebagai berikut:

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa terdapat perbedaan berat badan bayi sebelum dipijat dan sesudah dipijat. Hasil uji paired-t test diperoleh nilai  $p=0,000$ , secara

statistik nilai  $p=0,000 <$  atau  $0,05$  maka ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di wilayah kecamatan kedawung Kabupaten Sragen.

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil bahwa ada perbedaan yang signifikan pada kenaikan berat ssbadan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Kenaikan BB Kasus	Kasus		Control	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Naik	19	95%	5	25%
Tetap	0	0%	3	15%
Tidak Naik	1	5%	9	45%
Turun	0	0%	3	15%
Total	20	100%	20	100%

Data yang diperoleh pada tabel 5 yang menunjukkan bahwa responden yang terbagi dalam kelompok eksperimen yakni yang diberikan pijat bayi terdapat 28

responden yang mengalami kenaikan berat badan yang terdiri dari 19 bayi intervensi dan 9 bayi control.

Kenaikan berat badan pada bayi dipengaruhi oleh pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontiniu.

Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami kenaikan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi lebih baik. Hasilnya, bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI, sedangkan berat badan yang tidak naik bisa disebabkan oleh Nutrisi yang di peroleh, anak sakit, (Suparyanto 2011). Pemijatan akan meningkatkan mekanisme penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkat yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

#### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi usia 3-6 bulan di wilayah kecamatan kedawung kabupaten Sragen dimana adanya perubahan peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan dan ada perubahan peningkatan berat badan bayi, bayi yang dilakukan intervensi meningkat sebanyak 19 orang dengan rata-rata berat badan sebelum dilakukan pijat adalah 6882,50 dan setelah dilakukan pijat menjadi 7378,50. Saran agar Teknik pemijatan bayi ini dapat digunakan untuk meningkatkan berat badan bayi melalui pemberian teknik pemijatan,

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggun, G. Primanta. (2016). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi. Di Akses Tanggal 01 Januari 2022.
- Destyna, (2015) Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Premature di Ruang Perinatologi Rumah Sakit Imelda Medan. Diakses

- tanggal 23 Januari 2022
- Dewi, N.N., Soetjiningsih & Prawirohartono, E.P. 2011. Effect of massage stimulation on weight gain in full term infants. *Paediatrica Indonesiana* 51: 202-206.
- Dinkes Jateng. 2020. Profil kesehatan provinsi jawa tengah tahun 2020. Dinkes Jateng. Semarang
- Julianti., (2018)., *Rahasia Baby Spa, Rumah Sehat Bunda*, Depok, p; 14-21. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. [http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf) – Diakses Agustus 2018.
- Roesli, U., (2016). *Pedoman Pijat Bayi*, Jakarta: Trubus Angriwidya.
- Suparyanto. 2011. Konsep dan peran ibu dalam keluarga. <http://Suparyanto.blogspot.com>. Di unduh tanggal 20 november 2013.
- Syaukani, A. 2015. *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi*. Yogyakarta : Araska
- Tri Sasmi. I, Oswati, H., Rismadefi (2014) Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jom PSIK*. Vol. 1 No. 2