

## HUBUNGAN PIJAT BAYI DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN BAYI USIA 0 – 3 BULAN DI PMB DEWI PADAHANTEN KECAMATAN SUKAHAJI KABUPATEN MAJALENGKA

Ayu Idaningsih<sup>1</sup>, Lia Natalia<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STIKES YPIB Majalengka

Email : [ayu.idaningsih@yahoo.com](mailto:ayu.idaningsih@yahoo.com) , [lianataliahaning@gmail.com](mailto:lianataliahaning@gmail.com)

### Abstrak

Pijat bayi bermanfaat bukan saja untuk bayi itu sendiri tetapi juga ibunya. Disamping membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (bonding) sentuhan dan pandangan kasih sayang orang tua pada bayinya, dasar perkembangan komunikasi dalam memupuk cinta kasih secara timbal balik. Namun kenyataannya ilmu kesehatan tentang pijat bayi masih belum diketahui oleh masyarakat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi usia 0-3 bulan. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya seluruh bayi usia 0-3 bulan yang ada di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka sebanyak 205 bayi. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, jumlah sampel sebanyak 30 bayi. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Chi Square*.

Hasil uji statistik diperoleh *p value* sebesar  $0,028 < 0,05$  yang berarti  $p\ value < \alpha$ , maka ada hubungan antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi.

Kenaikan berat badan bayi usia 0-3 bulan dipengaruhi status gizi baik dan mempengaruhi pola pertumbuhan pada bayi butuh peranan tenaga kesehatan dan masyarakat bersama-sama menjaga status gizi para bayi serta membiasakan menerapkan metode sentuh pijat bayi sebagai salah satu alternative membantu meningkatkan berat badan.

Kata Kunci : Pijat Bayi 0-3 bulan

### Abstract

*Baby massage is useful not only for the baby but also for the mother. It can develop the bonding of parents and children through the touch and view of parental love for their babies as the basis for the development of communication in developing mutual love. In fact, health science about baby massage is still unknown. This study aims to determine the relationship between baby massage and weight gain among infants aged 0-3 months. This was a correlational analytic study with cross sectional approach. The population was all infants aged 0-3 months at Midwife Dewi Padahanten, Sukahaji Subdistrict, Majalengka District namely 205 infants. Sampling was conducted using purposive sampling technique to involve 30 infants as the samples. The analysis used was univariate and bivariate analysis using the Chi Square statistical test.*

*Statistical test result obtained p value of  $0.028 < 0.05$  that  $< \alpha$ . There was a relationship between baby massage and weight gain.*

*Weight gain among infants aged 0-3 months was influenced by good nutritional status and optimal infant growth need the role of healthcare providers and the community together to maintain the nutritional status of infants and to apply baby massage as an alternative to help increase body weight.*

**Keywords:** *Massage among infants aged 0-3 months*

### Pendahuluan

Setiap bayi yang lahir membawa kebahagiaan dan rasa bangga bagi setiap orang tua. Kesehatan dan Kesejahteraan mereka akan menjadi pusat perhatian orang tua. Bayi yang sehat membawa kegembiraan dan bayi yang tidak sehat akan menimbulkan kesedihan bagi orang tua (Roesli, 2001).

Masa Keemasan atau golden age merupakan

masa yang sangat penting untuk perkembangan buah hati. Dimulai masa kehamilan sampai 2 tahun atau disebut juga periode 1000 hari kelahiran. Pastinya para ibu menginginkan yang terbaik untuk buah hatinya, dimana perkembangan otak terus berlangsung begitu cepat sebagai pusat kecerdasan. Dengan stimulasi pijat bayi dapat mengubah gelombang otak pada bayi (Julianti, 2017)

Pijat bayi adalah terapi sentuh paling tua dan paling populer yang dikenal manusia. Pijat pertama yang dialami setiap manusia terjadi saat dalam rahim ibu, didekap oleh rahim ibu dan dibelai oleh air ketuban. (Roesli, 2001)

Ibu yang telah melahirkan tidak melakukan pijat terhadap bayinya. Stimulasi yang kurang dalam masa awal kehidupan anak akan mengerdikan perkembangan emosional, sosial, fisik dan kognitif. (Andini M, 2014).

Efek pijat bayi meningkatkan aktivitas vagus yang mempengaruhi pelepasan hormon pencernaan seperti gastrin, insulin dan *Insulin-growth factor (IGF-1)* serta meningkatkan efisiensi proses metabolik tubuh (Gunardi H, 2002). Efek lain dari terapi pijat berkurangnya tingkat stres bayi terbukti dengan berkurangnya hormon stres (kortisol, adrenalin dan noradrenalin), membuat bayi tidur lebih lelap serta meningkatkan hubungan (*bonding*) ibu dan anak (Rosalina I, 2007).

Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah terapi sentuhan dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan berat badan bayi memperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol kenaikan berat badan sebesar 6,16% sedangkan pada kelompok yang dipijat 9,44%. Dewasa ini penelitian di Australia yang diungkapkan oleh Lana Kristiane F. Flores membuktikan bahwa bayi yang dipijat oleh orang tuanya akan mempunyai kecenderungan peningkatan berat badan, hubungan emosional dan sosial yang lebih baik.

Hasil survey pendahuluan di BPM Dewi Padahanten-Kabupaten Majalengka data jumlah bayi yang lahir pada bulan Januari sampai Desember

2017 sebanyak 215 bayi. Dari 215 bayi yang lahir sebanyak 205 bayi dengan berat badan normal dan 10 bayi lahir dengan berat badan kurang dari normal (< 2500 gram). Pelaksanaan pijat bayi di BPM Dewi belum dilaksanakan secara rutin dan menyeluruh pada setiap bayi yang lahir.

Menurut Rini Sekartini, menyatakan bahwa pijatan pada bayi mampu meningkatkan zat-zat makanan disaluran pencernaan dan mengembangkan mental anak, membantu menstabilkan suhu tubuh, meningkatkan hormon gastrin dan insulin yang berperan dalam penyerapan makanan sehingga berat badan bayi naik lebih cepat.

Berdasarkan uraian di atas tentang pengoptimalan dalam menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi menggunakan pijat bayi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di desa Padahanten kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka Tahun 2019".

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini yaitu seluruh bayi berumur 0-3 bulan yang ada di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka sebanyak 205 bayi. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, jumlah sampel sebanyak 30 bayi. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Chi Square*.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **ANALISIS UNIVARIAT**

#### **1. Gambaran Pemberian Treatment Pijat Bayi**

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pemberian Treatment Pijat Bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji kabupaten Majalengka Tahun 2019

Variabel	Frekuensi	Prosentase
Tidak Mendapatkan Treatment Pijat Bayi	15	50.0
Mendapat Treatment Pijat Bayi	15	50.0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui bahwa 15 bayi (50%) mendapatkan treatment pijit bayi dan 15 bayi (50%) tidak mendapatkan pijit bayi. Dengan demikian setengahnya bayi tidak mendapatkan treatment pijit

bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka Tahun 2019

## 2. Gambaran Kenaikan Berat Badan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kenaikan Berat Badan Bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji kabupaten Majalengka Tahun 2019

Kenaikan Berat Badan	Frekuensi	Prosentase
Tidak naik	15	50.0
Naik	15	50.0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa 15 bayi (50%) dengan berat badan naik signifikan dan 15 bayi (50%) tidak naik secara signifikan. Dengan demikian setengahnya bayi dengan kenaikan berat badan yang signifikan di PMB Dewi Padahanten Kecamatan

Sukahaji Kabupaten Majalengka Tahun 2019.

## ANALISIS BIVARIAT

### 3. Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan

Tabel 3. Distribusi Proporsi Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji kabupaten Majalengka Tahun 2019

Variabel	Kenaikan Berat Badan				Jumlah		P value
	Tidak naik		Naik		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Mendapatkan Treatment Pijat Bayi	11	73,3	4	26,7	15	100	0,013
Mendapat Treatment Pijat Bayi	4	26,7	11	73,3	15	100	
<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	<b>50</b>	<b>15</b>	<b>50</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 3. di atas dapat diketahui bahwa proporsi bayi yang tidak mendapatkan treatment pijit bayi dan tidak mengalami kenaikan berat badan secara signifikan sebesar 73,3%, sedangkan proporsi bayi yang mendapatkan treatment pijit bayi dan tidak mengalami kenaikan berat badan secara signifikan sebesar 26,7%. Dengan demikian proporsi bayi yang mendapatkan treatment pijit bayi dan tidak mengalami

kenaikan berat badan secara signifikan lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan treatment pijit bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan sukahaji Kabupaten majalengka.

Perbedaan proporsi tersebut menandakan adanya hubungan yang bermakna, hasil uji chi square diperoleh  $p_{value} = 0,028 < 0,05$  artinya ada hubungan antara treatment pijit bayi dengan kenaikan berat

badan bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan sukahaji Kabupaten majalengka Tahun 2019.

## Pembahasan

### 1. Gambaran Treatment Bayi

Setengahnya bayi tidak mendapatkan treatment pijat bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka Tahun 2019

Pijat disebut dengan stimulus touch atau terapi sentuh. Pijat suatu seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad-abad silam lainnya. Ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. (Roesli, 2001)

Pijat bayi mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai ke pusat, tekanan pada reseptor saraf di kulit menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler yang akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus di saluran cerna (Rosalina, 2014).

Pijat bayi merupakan gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi salah satu bentuk rangsang raba yang paling penting dalam perkembangan. Sensasi sentuhan merupakan sensori yang paling berkembang saat lahir (Minarti dan Utami, 2013).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Adroeni (2011) di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta jumlah bayi yang dipijat sebesar 50%.

Dalam membantu menumbuhkan peningkatan berat badan makadari itu bidan menerapkan pijat bayi kepada masyarakat terutama ibu yang memiliki bayi usia 0-3 bulan sebagai salah satu cara alternatif untuk memberi rangsangan pertumbuhan berat badan

### 2. Gambaran Kenaikan berat Badan

Setengahnya bayi dengan kenaikan berat badan yang signifikan di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka Tahun 2019.

Berat badan merupakan hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, cairan tubuh, dan lain-lain (Varney, 2013).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan berat bayi lahir yang termasuk faktor internal yaitu ras, umur, jenis kelamin, genetik atau kelainan kromosom dan yang termasuk faktor eksternal yaitu prenatal seperti gizi, pemberian ASI yang adekuat, infeksi dan psikologi ibu, faktor persalinan seperti komplikasi dan faktor pasca salin meliputi sosio-ekonomi, pijat bayi dan obat-obatan (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan *tonus nervus vagus* (saraf otak ke 10), membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin naik sehingga penyerapan makanan lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu akibatnya produksi ASI akan lebih banyak dan berat badan bayi cepat naik (Roesli, 2001).

Pijatan juga dapat membuat daya tahan tubuh bayi meningkat, bayi tidak gampang sakit pertumbuhan bayi tidak terganggu dan mengalami peningkatan berat badan. (Roesli, 2001).

Kenaikan berat badan bayi, dari 33 responden yang tidak teratur dilakukan pijat bayi tidak semua mengalami kenaikan Berat badan. Diantaranya dari 24 responden yang tidak teratur pijat 6 bayi tersebut tidak mengalami kenaikan berat badan yang signifikan (Fauziah A, 2018)

Kenaikan berat badan yang terjadi pada bali

usia 0-3 bulan perlu menjadi perhatian semua pihak dengan status gizi yang baik mempengaruhi pola pertumbuhan disamping perkembangan pada bayi dan balita butuh peranan penting tenaga kesehatan dan peran serta masyarakat dalam bersama-sama menjaga status kesehatan dan gizi para bayi dan balita serta membiasakan menerapkan metode terapi sentuh dengan pijat bayi.

### 3. Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan bayi usia 0-3 bulan

Hasil uji *chi square* diperoleh  $p_{value} = 0,028 < 0,05$  artinya ada hubungan antara treatment pijit bayi dengan kenaikan berat badan bayi di PMB Dewi Padahanten Kecamatan sukahaji Kabupaten majalengka Tahun 2019.

Berat badan merupakan ukuran antropometrik yang terpenting digunakan untuk menilai kesehatan anak pada semua kelompok umur. (Varney, 2010).

Pijat bayi memicu saraf vagus yang berhubungan dengan system perut besar dan merangsang pengeluaran hormon penyerapan sehingga makanan seperti ASI lebih cepat terserap dan bayi akan cepat lapar sehingga akan banyak masukan nutrisi dan akhirnya akan menambah berat badan. (Rosalina, 2014)

Mengoptimalkan pertumbuhan masa bayi selain pemberian nutrisi juga rangsangan atau stimulasi sehingga kebiasaan makan menjadi lebih sering dan menyebabkan perubahan berat badan akan semakin cepat. Pemijatan pada tubuh bayi merupakan sarana pemenuhan kebutuhan stimulasi ketika bayi dalam merangsang semua kerja sistem sensorik dan motoriknya. (Nurlatifah, 2015)

Menurut penelitian Nurlatifah (2015), hasil uji statistik diperoleh *p value* sebesar 0,031 dengan

$\alpha = 0,05$  yang berarti *p value* <  $\alpha$  bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan di Desa Jatisari Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang Tahun 2015.

Peran tenaga kesehatan sangat penting dalam menerapkan pijat bayi kepada masyarakat agar masyarakat terutama ibu yang memiliki balita 0-3 bulan agar mampu melakukan pijat bayi secara mandiri karena pijatan pada bayi banyak manfaatnya untuk bayi dan juga ibunya.

## Simpulan dan Saran

### Simpulan

Hasil analisis dan pembahasan tentang hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan di PMB Dewi Padahanten Kecamatan Sukahaji Kabupaten Majalengka, dapat disimpulkan ada hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan.

### Saran

Peran serta masyarakat penting dalam bersama-sama menjaga status kesehatan dan gizi para bayi dan balita serta membiasakan menerapkan metode terapi sentuh dengan pijat bayi.

Peran tenaga kesehatan sangat penting dalam menerapkan pijat bayi kepada masyarakat agar masyarakat terutama ibu yang memiliki balita 0-3 bulan agar mampu melakukan pijat bayi secara mandiri karena pijatan pada bayi banyak manfaatnya untuk bayi dan juga ibunya. Dalam membantu menumbuhkan peningkatan berat badan sebagai salah satu cara alternatif untuk memberi rangsangan pertumbuhan berat badan.

## Daftar Pustaka

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dewi, Vivian N.L. dan Sunarsih, T. 2013. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Jakarta:

- Fauziah A, 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
- Hady, A. 2014. *Pengaruh Pemijatan pada Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Weoe Kecamatan Wewiku Kabupaten Belu*. Naskah Publikasi. Stikes Nani Husada Pare pare.
- Irva, S. dan Hasanah, O. 2014. *Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi*. Jom Psik. Volume 1. Nomor 2
- Julianti, 2017. *Rahasia Baby Spa*. Rumah Sehat Bunda. Depok
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Pedoman Pelaksanaan SDIDTK di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Manuaba, IBG. 2013. *Ilmu kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC
- Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Nurlatifah, 2015. *Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi*. Jurnal
- Primanta, A. 2016. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi*. Program Studi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar.
- Priyono, 2013. *Periode Perkembangan*. <https://helohehat.com>
- Roesli, U. 2001. *Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta:Trubus Agriwidya.
- Roesli, U. 2013. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta:Trubus Agriwidya.
- Rosalina. 2014. *Perbandingan Berat Badan Bayi ASI dan Bayi Susu Formula*. <https://health.detik.com>,
- Sekartini, 2014. *Pijat bayi bikin bayi lebih sehat* <https://nasional.kompas.com>
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Administratif*. Bandung: Alfabeta.
- Suririnah, 2013. *Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Varney, Helen. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta. EGC
- WHO, 2014. *Morbidity And mortality*. WHO.
- Yuliana, 2013. *Kesehatan Anak*. <https://www.vemale.com/tags/kesehatan-anak>