

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI  
DI PMB SRI SUNARYATI SUKOHARJO TAHUN 2022**

**THE EFFECT OF BABY MASSAGE ON BABY WEIGHT GAIN AT PMB SRI  
SUNARYATI SUKOHARJO IN 2022**

**Anggani Ratna Tri Utami<sup>1</sup>, Retno Wulansari\*<sup>2</sup>, Desy Widyastutik<sup>3</sup>, Tresia Umarianti<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta  
\* *Corresponding author*

***Abstract***

*Massage is one of the oldest healing methods in the world. Massage techniques have been widely used for health and weight gain in babies. The research purpose was analyzed the effect of baby massage on increasing baby weight at PMB Sri Sunaryati, Amd.Keb Sukoharjo. The research type used quantitative research with quasi-experimental methods. The research design used nonequivalent control group design. The sample used 3-month-old baby who was recorded in the PMB Sri Sunaryati Amd.Keb register book. The research instrument used questionnaires and observation sheets. Methods of data analysis used univariate analysis and bivariate analysis. The results showed that 1) the characteristics of the majority of respondents were female babies, second children, and normal delivery. 2) The increase in the baby's weight after the baby massage was done, namely 10 babies (62.5%) in the control group and 13 babies (81.3%) in the experimental group. 3) There is an effect of baby massage on baby weight in PMB Sri Sunaryati Amd.Keb, Sukoharjo Regency ( $p$  value  $0.000 < 0.05$ ). This study concluded that there was an effect of baby massage on baby weight at PMB Sri Sunaryati Amd.Keb, Sukoharjo Regency.*

***Keywords:*** *Baby massage, weight, baby*

***Abstrak***

Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati, Amd.Keb Sukoharjo. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen semu. Rancangan penelitian menggunakan nonequivalent control group design. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah bayi yang berumur 3 bulan yang tercatat di buku

register PMB Sri Sunaryati Amd.Keb. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Metode analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) karakteristik mayoritas responden adalah bayi berjenis kelamin perempuan, anak kedua, dan melalui persalinan normal. 2) Peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan pijatan bayi yaitu 10 bayi (62,5%) pada kelompok kontrol dan 13 bayi (81,3%) pada kelompok eksperimen. 3) Terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo (nilai  $p < 0,000 < 0,05$ ). Penelitian ini disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo.

Kata kunci: Pijat bayi, berat badan, bayi

## 1. PENDAHULUAN

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang masing-masing berbeda, sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki untuk beradaptasi dengan lingkungan (Adriana, 2013).

Menurut World Health Organization (WHO) 2017, secara global sekitar 20-40% bayi usia 0-2 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Prevalensi masalah perkembangan anak diberbagai negara maju dan berkembang di antaranya Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22% dan Hongkong 23%. Beberapa penelitian yang telah di evaluasi berdampak kegagalan

bahkan memperpendek usia hidup (Bhandari, 2017).

Ditinjau dari data dari informasi Kesehatan Jawa Tengah (2019), angka kelahiran hidup berjumlah 540.786 bayi, melihat tingginya angka kelahiran hidup pada bayi penting sekali memberi stimulus pada masa golden age sehingga tidak terjadi keterlambatan perkembangan. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 5,4% status tumbuh kembang bayi balita mengalami gizi kurang, 4.7% BBLR, 7.4% Balita Pendek dan 2.7% Balita Kurus. Profil Kesehatan Kabupaten/ Kota Sukoharjo tahun 2019, tumbuh kembang bayi dan balita di kota Sukoharjo sebanyak 4,1% bayi mengalami gizi kurang, 3.8% BBLR, 2.6% Balita Pendek dan 1.7% Balita Kurus, yang kemudian menyebabkan keterlambatan dalam proses perkembangan.

Pada masa bayi dan balita, perkembangan kemampuan berbahasa,

kreativitas, kesadaran sosial, emosional dan intelegensi berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Kurangnya rangsangan yang diberikan pada bayi menambah keterlambatan pada bayi. Banyak riset menunjukkan bayi membutuhkan rangsangan dini diberbagai bagian tubuh dan alat-alat indera untuk membantu bayi dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya (Soetjningsih, 2014).

Pemerintah dalam hal ini telah memberikan perhatian terhadap bayi melalui peran Bidan sendiri yang tertuang dalam menurut Kepmenkes 320 Tahun 2020 tentang Standar Profesi Bidan yang mana bidan memberikan asuhan kebidanan yang bersifat holistik, humanistik berdasarkan evidence based dengan pendekatan manajemen asuhan kebidanan, dan memperhatikan aspek fisik, psikologi, emosional, sosial budaya, spiritual, ekonomi, dan lingkungan yang dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi perempuan, meliputi upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif.

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 gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan di salon dan spa saja, tetapi juga di berbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan. Saat ini teknik pijat telah banyak digunakan

untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi (Syaukani, 2015).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Andini, et al. pada tahun 2014 tentang pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan neonatus menunjukkan terdapat peningkatan perkembangan motorik yang signifikan setelah dilakukan pijat bayi. Pada uji Wilcoxon didapatkan hasil median perkembangan neonatus pada kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi pijat bayi saat pretest adalah 5,00 dan terjadi peningkatan median sebesar 2 poin saat posttest dengan skor 7,00. Median perkembangan neonatus pretest kelompok eksperimen yang mendapatkan intervensi pijat bayi adalah 5,00 dan terjadi peningkatan median sebesar 4 poin saat posttest dengan skor 9,00. Didapatkan p value kelompok kontrol 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti ada perbedaan yang signifikan median perkembangan pretest-posttest kelompok kontrol, sedangkan p value pada kelompok eksperimen 0,001 ( $p < 0,05$ ). Hal ini juga berarti ada perbedaan yang signifikan median perkembangan neonatus pretest-posttest pada kelompok eksperimen. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian pijat bayi dapat mengoptimalkan perkembangan neonatus.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Afipah (2018) tentang pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat badan) bayi usia 1-3 bulan dapat disimpulkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan. Berdasarkan hasil penelitian pada terdapat rata-rata berat

badan pertama (pre-test) 5180,88 dan kedua (post-test) 5535,29. Hasil uji T diperoleh  $p=0,000 < 0,05$ , artinya secara statistik menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi.

Berdasarkan survey data awal hasil penimbangan berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Sukoharjo, terdapat 45 bayi yang tercatat melakukan penimbangan dan hasilnya hanya terdapat 10 bayi yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 35 bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Rata-rata bayi tersebut tidak naik berat badan karena tidak pernah memantau pertumbuhan bayi, kurangnya asupan gizi ibu menyusui, dan tidak pernah dilakukan perawatan kesehatan bayi dengan stimulasi pertumbuhan bayi melalui pijat bayi. Observasi awal yang dilakukan oleh penulis pada petugas kesehatan di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb bahwa ada yang belum melakukan teknik pemijatan bayi untuk mengatasi permasalahan bayi yang tidak mengalami peningkatan berat badan. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pijat bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Sukoharjo”

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode eksperimen semu (*quasy-experiment*). *Quasy experiment* adalah

metode penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan atau mengklarifikasi terjadinya sebuah hubungan dan menjelaskan hubungan sebab akibat sehingga dapat dijadikan sebagai dasar memprediksi sebuah fenomena (Sugiyono, 2016). Penelitian ini menggunakan rancangan *nonequivalent control group design* yaitu dua kelompok diberikan pretest dan posttest, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2016).

Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah populasi total seluruh bayi usia 1-2 bulan pada bulan November di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb yang jumlah ada 45 bayi. sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 responden. Dimana 16 responden kelompok intervensi dan 16 responden kelompok kontrol. Teknik penentuan sampel dengan quota sampling. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan bayi dan lembar observasi.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat merupakan analisa yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian, yaitu variabel bebas (Pijat Bayi) dan variabel terikat (Berat Badan Bayi).

Analisa bivariat digunakan untuk melihat variabel Pijat bayi terhadap variabel berat badan bayi usia 3 bulan di PMB Sri Sunaryati, Amd.Keb Sukoharjo. Analisis data menggunakan statistik uji komparatif nonparametrik kelompok berpasangan yaitu

*Wilcoxon Signed Rank Test* untuk pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi pada kelompok kontrol dan eksperimen. Selain itu, terdapat analisis data menggunakan statistik uji komparatif nonparametrik kelompok tidak berpasangan yaitu uji *Uji Mann Withney test* untuk mengetahui perbedaan rerata peringkat antara 2 kelompok independen. Pembahasan hasil dengan melihat besar nilai p-value. Jika nilai p-value < 0,05 artinya ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data dianalisis dengan bantuan program *Statistical Package for the Social Science* (SPSS).

### 3. HASIL

#### a. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dapat disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 1 Karakteristik responden

No	Karakteristik	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
		N	%	N	%
Jenis Kelamin					
1	Laki-laki	6	37,5%	9	56,3%
2	Perempuan	10	62,5%	7	43,8%
Anak ke-					
1	1	4	25,0%	4	25,0%
2	2	9	56,3%	9	56,3%
3	3	3	18,8%	3	18,8%
Persalinan					
1	Normal	12	75,0%	13	81,3%
2	Cesar	4	25,0%	3	18,8%

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden kelompok kontrol mayoritas berjenis kelamin

perempuan yaitu sebanyak 10 bayi (62,5%) dan kelompok eksperimen mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 9 bayi (56,3%). Sehingga secara keseluruhan, mayoritas responden adalah berjenis kelamin perempuan.

Responden kelompok kontrol mayoritas adalah anak ke-2 yaitu sebanyak 9 bayi (56,3%). Pada kelompok eksperimen mayoritas adalah anak ke-2 yaitu sebanyak 9 bayi (56,3%). Sehingga dapat dinyatakan bahwa mayoritas responden adalah anak kedua.

Responden kelompok kontrol mayoritas melalui persalinan normal yaitu sebanyak 12 bayi (75,0%) dan pada kelompok eksperimen mayoritas adalah bayi dari persalinan normal yaitu sebanyak 13 bayi (81,3%). Sehingga dapat dinyatakan bahwa mayoritas responden adalah bayi dari persalinan normal.

#### b. Berat Badan Bayi Sesudah Diberikan Pijat Bayi

Tabel 2 Berat Badan Bayi Sesudah Diberikan Pijat Bayi

Peningkatan Berat Badan Bayi	Kontrol (n=37)	Eksperimen (n=37)
	Jumlah (%)	Jumlah (%)
Optimal	10 (62,5%)	13 (81,3%)
Kurang	6 (37,5%)	3 (18,8%)
<b>Nilai p</b>	<b>0,001*</b>	<b>0,000*</b>

\**Uji Wilcoxon*

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol bayi yang mengalami

peningkatan optimal sebanyak 10 bayi (62,5%) dan peningkatan yang kurang optimal sebanyak 6 bayi (37,5%). Sedangkan pada kelompok eksperimen bayi yang mengalami peningkatan optimal sebanyak 13 bayi (81,3%) dan peningkatan yang kurang optimal sebanyak 3 bayi (18,8%). Sehingga dapat dinyatakan, setelah dilaksanakan pijat bayi, berat badan bayi meningkat secara optimal.

Tabel 4.3 juga menunjukkan hasil *Uji Wilcoxon* yang menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol diperoleh nilai p value  $0,001 < 0,05$  sehingga pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi. Sedangkan pada kelompok eksperimen hasil *Uji Wilcoxon* diperoleh nilai p value  $0,000 < 0,05$  sehingga pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi.

#### c. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi

Tabel 3. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi

Pengetahuan	Kontrol (n=37) Jumlah (%)	Eksperimen (n=37) Jumlah (%)	Nilai P
Peningkatan Optimal	10 (62,5%)	13 (81,3%)	0,000*
Kurang	6 (37,5%)	3 (18,8%)	

\* *Uji Mann Withney test*

Tabel 3 menunjukkan bahwa berdasarkan *Uji Mann Withney test* didapatkan nilai p sebesar  $0,000 < 0,05$  sehingga ada perbedaan tingkat berat badan bayi antara kelompok

eksperimen yang menerapkan pijat bayi dengan teknik dibandingkan kelompok kontrol yang menerapkan pijat bayi tanpa teknik. Karena ada perbedaan signifikan maka dapat dikatakan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo.

## 4. PEMBAHASAN

### a. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah berjenis kelamin perempuan. Jenis kelamin tidak memiliki pengaruh yang besar, tetapi memungkinkan jika bayi laki-laki lebih cenderung memiliki aktivitas yang aktif dibandingkan dengan bayi perempuan. Hal tersebut yang membuat bayi banyak mengeluarkan energi sehingga berat badannya akan bertambah dengan normal. Berat badan bayi saat lahir juga berpengaruh pada pertumbuhan bayi. Bayi yang memiliki berat badan lahir normal akan cenderung memiliki penambahan berat badan yang normal sesuai dengan usianya, sebaliknya jika bayi yang memiliki berat badan lahir rendah, berlebih, atau obesitas akan mengalami pertumbuhan berat badan yang lebih besar tidak sesuai dengan usianya (Andriani dan Fahlevi, 2017).

Jenis kelamin sedikit berpengaruh terhadap pertumbuhan panjang badan bayi, bayi laki-laki cenderung memiliki panjang badan yang lebih dibandingkan dengan bayi perempuan. Panjang badan bayi lahir

berpengaruh pada pertumbuhan panjang badan bayi. Bayi yang lahir dengan panjang badan normal akan mengalami penambahan panjang badan normal yang sesuai dengan penambahan berat badannya, sebaliknya jika bayi lahir dengan panjang badan kurang atau lebih akan mengalami penambahan panjang badan yang kurang (Sulistiyawati, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah bayi anak kedua. Dalam suatu keluarga tentunya mengharapkan kehadiran anak sebagai pelengkap, akan tetapi tidak semua keluarga mengetahui secara benar jarak kelahiran dan jumlah anak seperti yang disarankan pemerintah yaitu keluarga berencana. Pada dasarnya jarak kehamilan pertama dengan kehamilan berikutnya adalah 18 hingga 60 bulan, hal ini juga sejalan dengan program pemerintah setiap keluarga disarankan mempunyai dua anak saja, memiliki anak terlalu banyak menyebabkan kasih sayang orang tua pada anak terbagi. Jumlah perhatian yang diterima per anak menjadi berkurang. Kondisi ini memperburuk jika status ekonomi keluarga tergolong rendah. Sumber daya yang terbatas, termasuk bahan makanan harus dibagi rata kepada semua balita. Dengan memberikan jarak yang cukup pada kehamilan berikutnya dan jumlah anak yang sesuai dengan program pemerintah, sehingga dapat menjaga kesehatan ibu dan anak, ikatan emosional keluarga menjadi lebih sehat, dan kondisi perekonomian rumah tangga dapat terkontrol dengan baik (Nurjanah dan Septiani, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah bayi dari persalinan normal. Proses perkembangan awal memang dimulai dengan mekanisme reflek sebagai proses stimulasi dasar untuk proses maturasi otak, diantaranya reflek primitif janin, reflek persalinan, reflek primitif setelah lahir dan natural reflek atau long life reflex (Herlina, 2018), namun banyak faktor lain seperti asupan genetik, asupan gizi dan pola asuh yang dapat mempengaruhi perkembangan anak. Pertumbuhan anak usia toddler adalah rata-rata penambahan berat badan 1,8 sampai 2,7 kg per tahun, tinggi badan rata-rata anak usia 2 tahun adalah 86,6 cm, kecepatan penambahan lingkaran kepala melambat pada akhir masa bayi, dan lingkaran kepala biasanya sama dengan lingkaran dada pada usia 1-2 tahun, lingkaran dada terus meningkat ukurannya dan melebihi lingkaran kepala (Rambe, Nova Linda, 2020). Pola Pertumbuhan anak usia toddler adalah suatu proses alamiah yang terjadi pada individu, yaitu secara bertahap, berat dan tinggi anak semakin bertambah dan secara simultan mengalami peningkatan untuk berfungsi baik secara kognitif, psikososial, maupun spiritual. Ada perbedaan pertumbuhan Fisik Anak Lahir Normal dan Sectio caesarea. Mayoritas anak yang lahir normal memiliki kondisi fisik yang normal sedangkan anak yang lahir sectio caesarea mayoritas memiliki kondisi fisik yang gemuk (Sunarsih, 2018).

Keseluruhan bayi dalam penelitian ini adalah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan dan minuman yang paling sempurna bagi bayi selama bulan-bulan pertama kehidupannya dan merupakan makanan bayi paling utama. Nutrisi yang terkandung di dalam ASI mencakup nutrisi, faktor kekebalan dan pertumbuhan, hormon, anti alergi, dan anti inflamasi. ASI eksklusif merupakan pemberian ASI sedini mungkin setelah persalinan, tidak diberikan makanan atau minuman lainnya walaupun air putih sampai bayi berumur 6 bulan. ASI merupakan makanan alamiah dengan komposisi nutrisi yang sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan berat badan bayi. ASI mudah dicerna dan diserap, jarang menyebabkan konstipasi. Kandungan ASI kaya akan karotenoid dan selenium, sehingga ASI berperan dalam sistem pertahanan tubuh bayi untuk mencegah berbagai penyakit. Setiap tetes ASI juga mengandung mineral dan enzim untuk pencegahan penyakit dan antibodi yang lebih efektif dibandingkan dengan kandungan yang terdapat dalam susu formula (Siregar dan Ritonga, 2020).

#### **b. Kenaikan Berat Badan Bayi setelah Diberikan Pijat Bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kelompok kontrol bayi yang mengalami peningkatan optimal sebanyak 10 bayi (62,5%) dan peningkatan yang kurang optimal sebanyak 6 bayi (37,5%). Sedangkan pada kelompok

eksperimen bayi yang mengalami peningkatan optimal sebanyak 13 bayi (81,3%) dan peningkatan yang kurang optimal sebanyak 3 bayi (18,8%). Sehingga dapat dinyatakan, setelah dilaksanakan pijat bayi, berat badan bayi meningkat secara optimal.

Peningkatan berat badan bayi tersebut tentunya sangat dipengaruhi oleh pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontiniu. Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan 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. Pemijatan juga meningkatkan mekanisme penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkat yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

Masa bayi dimulai dari usia 0-12 bulan yang ditandai dengan pertumbuhan dan perubahan fisik yang cepat disertai dengan pertumbuhan dalam kebutuhan zat gizi. Selama periode ini, bayi sepenuhnya tergantung pada perawatan dan pemberian makan oleh ibunya. Neonatus berusia 0-12 bulan merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan fisik yang cepat serta peningkatan kebutuhan gizi yang meningkat pula (Maryunani, 2014).

Bayi akan mendapat keuntungan lebih besar bila pemijatan dilakukan setiap hari sejak lahir sampai usia enam atau tujuh bulan.



Sebaiknya pemijatan dilakukan pagi hari sebelum mandi, atau bisa juga malam hari sebelum bayi tidur, karena aktivitas bayi sepanjang hari yang cukup melelahkan tentunya bayi juga perlu relaksasi agar otot-ototnya menjadi kendur kembali, sehingga bayi dapat tidur lebih nyenyak dan tenang. Tindakan pijat di kurangi seiring dengan bertambahnya usia bayi. Sejak usia enam bulan pijat dua hari sekali sudah memadai (Prasetyono, 2017).

### **c. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo**

Berdasarkan *Uji Mann Withney test* didapatkan nilai  $p$  sebesar  $0,000 < 0,05$  sehingga ada perbedaan tingkat berat badan bayi antara kelompok eksperimen yang menerapkan pijat bayi dengan teknik dibandingkan kelompok kontrol yang menerapkan pijat bayi tanpa teknik. Karena ada perbedaan signifikan maka dapat dikatakan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Afipah (2018) tentang pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat badan) bayi usia 1-3 bulan dapat disimpulkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan.

Pijat bayi merupakan bentuk pengobatan alternatif yang menjadi semakin populer karena kesederhanaan, efektivitas biaya, mudah

dipelajari dan dapat dilakukan dirumah oleh keluarga, namun banyak ibu yang belum bisa melakukan pijat bayi secara mandiri. Pijat telah digunakan untuk pengobatan dan menjadi bagian rutin perawatan bayi selama ratusan tahun dibanyak kebudayaan dan salah satu teknik terapi tertua di dunia. (Butsainatul, dkk. 2015).

Hal ini disebabkan bayi yang dipijat mengalami peningkatan 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. Pemijatan juga meningkatkan mekanisme penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkat yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

Bayi yang dilakukan pemijatan rutin akan lebih cepat peningkatan berat badannya. Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi lebih banyak dibanding tidak dipijat. Informasi yang didapatkan dari Ibu yang bayinya dilakukan intervensi pijat mengatakan bahwa anaknya sering lapar dan akhirnya frekuensi menyusui lebih sering daripada sebelum dilakukan pijat. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bayi yang sering dilakukan pemijatan akan meningkatkan tonus saraf vagus, yang meningkatkan pengeluaran hormon penyerapan makanan dan peningkatan kadar

enzim gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik dan maksimal. Itulah yang menyebabkan mengapa bayi yang dilakukan pemijatan secara rutin akan lebih cepat terjadi peningkatan berat badannya dibanding yang tidak dipijat (Sugiharti, 2016).

## 5. KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian yang dilaksanakan ini tidak memasukkan faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan bayi misalnya, kondisi sosial ekonomi keluarga, status pekerjaan orangtua, dan lain-lain.

## 6. KESIMPULAN

- a. Karakteristik mayoritas responden adalah bayi berjenis kelamin perempuan, anak kedua, dan melalui persalinan normal.
- b. Setelah dilaksanakan pijat bayi, pada kelompok kontrol bayi yang mengalami peningkatan optimal sebanyak 10 bayi (62,5%), sedangkan pada kelompok eksperimen bayi yang mengalami peningkatan optimal sebanyak 13 bayi (81,3%). Sehingga dapat dinyatakan, setelah dilaksanakan pijat bayi, berat badan bayi meningkat secara optimal.
- c. Terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi di PMB Sri Sunaryati Amd.Keb Kabupaten Sukoharjo (nilai  $p < 0,000 < 0,05$ )

## 7. REFERENSI

- Adriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika
- Afipah, SH. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Pasir Kota Tanjung Balai Tahun 2018. *Skripsi*. Jurusan Kebidanan Medan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI
- Andriani, D dan ; Fahlevi, R. (2017). Perbandingan Berat Badan Dan Panjang Badan Pada Bayi 0-6 Bulan Yang Diberikan Asi Dengan Bayi 0-6 Bulan Yang Diberikan Pasi Di Posyandu Melati 2 Kecamatan Semampir Surabaya. *Adi Husada Nursing Journal – Vol. 3 No. 2 Desember 2017*.
- Bhandari, N., (2017). *Ongoing Research Project Overview*. India
- Butsainatul, B. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Terhadap Perilaku Ibu dalam Memijat Bayi Secara Mandiri di Kelurahan Girimargo Sragen. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Vol 2. No 2. Des 2015*
- Herlina, Sara (2018) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan pertumbuhan bayi 6-12 bulan di Puskesmas Simpang Baru. *Jurnal Endurance*, DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v3i2.3089>
- Maryunani, Anik. (2014). *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra-Sekolah : Tumbuh Kembang*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Nurjanah, N dan Septiani, TD. (2017). Hubungan Jarak Kelahiran Dan Jumlah Balita Dengan Status Gizi Di Rw 07 Wilayah Kerja Puskesmas Cijerah Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan Anak . Volume 1, No. 2, November 2017; 120-126*
- Prasetyono, D.S. (2017). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta: Buku Biru
- Profil Kesehatan Propinsi Jawa Tengah. (2019). *Tumbuh Kembang Bayi dan Balita*. Jawa

Tengah : Dinas kesehatan Propinsi Jawa Tengah

- Rambe, Nova Linda, Br Sebayang, Wellina, Pengaruh Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) terhadap peningkatan kepatuhan ibu dalam pemantauan perkembangan anak. *Journal Health of Studies* Vol 4, No.1 Maret 2020, pp. 79-86. ISSN 2549-3353. Doi: <https://doi.org/10.31101/jhes>.
- Soetjiningsih. (2014). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati A. (2014). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sunarsih T. (2018). *Pertumbuhan dan perkembangan Anak*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Syaukani, Aulia. (2015). *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi agar Tumbuh Kembang Maksimal*. Yogyakarta: Araska.