

# HUBUNGAN PIJAT BAYI DENGAN KENAIKAN BERAT BADAN BAYI DI BPS ADYA MYSHA BANJARBARU

Oleh

Laily Himawati<sup>1)</sup>, Aminatuz Zuhro<sup>2)</sup>

- 1) Staf Pengajar STIKES An Nur Purwodadi, email: [laily.himawati05@gmail.com](mailto:laily.himawati05@gmail.com)
- 2) Staf Pengajar AKBID Banua Bina Husada, email: [amie\\_zhou88@yahoo.com](mailto:amie_zhou88@yahoo.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Pijatan bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan kerewelannya. Karena pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga ia menjadi tenang dan tertidur (Rahayu, 2005). Proses kelahiran menjadi pengalaman traumatik bagi bayi karena harus meninggalkan kandungan yang aman dan nyaman, dan dengan keterbatasan ruang gerak menuju ke suatu dunia dengan kebebasan bergerak tanpa batas.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimen. Rancangan atau desain penelitiannya adalah *Intact-Group Comparison*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi umur 0-3 bulan di BPS Adya Miysha Banjarbaru yang berjumlah 30 bayi. Sampel penelitian ini adalah semua bayi umur 0-3 bulan di BPS Adya Mysha Banjarbaru yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Alat yang digunakan untuk menentukan berat badan bayi adalah timbangan bayi tidur (*baby scale*), kartu kontrol diisi oleh ibu setiap selesai pemijatan. Bahan dan alat untuk memijat : minyak/*baby oil*, handuk, popok dan baju ganti. Analisis Data menggunakan pengujian statistik dengan t-test.

**Hasil Penelitian:** Hasil uji diperoleh t hitung 6,221, ( $p=0,000$ ), t tabel 1,753 dengan signifikansi 5%. Karena t hitung lebih besar dari t tabel ( $6,221 > 1,753$ ) dan  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di BPS Adya Mysha Banjarbaru

**Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di BPS Adya Mysha Banjarbaru

**Kata Kunci :** Pijat bayi, kenaikan berat badan, bayi

## **PENDAHULUAN**

Pijat merupakan salah satu bentuk terapi rangsang yang berfungsi sebagai salah satu teknik pengobatan penting yang sudah dikenal sejak lama (Roesli, U., 2001). Melalui 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 (Widyani, 2007).

Pijatan bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan kerewelannya. Karena pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga ia menjadi tenang dan tertidur (Rahayu, 2005). Pemijatan bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya. Sejak awal kelahirannya bayi mengenali seseorang melalui sentuhan, dan memijat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Penelitian klinis menunjukkan bahwa sentuhan sayang dan pijatan membantu bayi tumbuh lebih kuat dan tidur lebih nyenyak (Astuti, 2005).

Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia adalah ketika lahir, saat melewati jalan lahir. Proses kelahiran menjadi pengalaman traumatik bagi bayi karena harus meninggalkan kandungan yang aman dan nyaman, dan dengan

keterbatasan ruang gerak menuju ke suatu dunia dengan kebebasan bergerak tanpa batas.

Laporan tertua tentang seni pijat untuk pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran pada zaman Mesir kuno. Di India juga ditemukan Ayur-Veda, buku kedokteran tertua (sekitar 1800 sebelum Masehi) yang menuliskan tentang pijat, diet, dan olahraga, sebagai cara penyembuhan utama masa itu. Selain itu, sekitar 5000 tahun yang lalu para dokter di Cina dari Dinasti Tang meyakini bahwa pijat adalah salah satu dari tempat tehnik pengobatan yang penting.

Sebuah penelitian tentang pijat bayi prematur dilakukan oleh psikologi T. Field dan Scafidi tahun 1986 dan 1990, menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur berat badan 1280 dan 1176 gr, yang dipijat 3 x 15 menit selama 10 hari mengalami berat badan per hari 20% sampai 47% lebih banyak dari yang tidak dipijat. Penelitian pada bayi cukup bulan yang berusia 1 – 3 bulan yang dipijat 15 menit 2 x seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dari kontrol (Roesli, 2001).

## **METODOLOGI**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimen. Rancangan atau desain penelitiannya adalah *Intact-Group*

*Comparison.* Dalam desain ini terdapat satu kelompok yang digunakan untuk penelitian, tetapi dibagi menjadi dua, yaitu setengah kelompok untuk eksperimen (yang diberi perlakuan) dan setengah untuk kelompok control (yang tidak diberi perlakuan).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi umur 0-3 bulan di BPS Adya Mysha yang berjumlah 30 bayi. Sampel penelitian ini adalah semua bayi umur 0-3 bulan di BPS Adya Mysha Banjarbaru yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling menggunakan Purposive Sampling. Dari 30 orang bayi sebagai sampel, 15 orang bayi sebagai kelompok perlakuan dan 15 orang bayi sebagai kelompok kontrol. Alat yang digunakan untuk menentukan berat badan bayi adalah timbangan bayi tidur (*baby scale*), kartu kontrol diisi oleh ibu setiap selesai pemijatan. Bahan dan alat untuk memijat : minyak/*baby oil*, handuk, popok dan baju ganti. Analisis data menggunakan *paired t-tes*

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

Tabel 1 Karakteristik Responden  
Kelompok Eksperimen

Karakteristik	f	%
<b>Usia</b>		
0 bulan	2	13,3

1 bulan	2	13,3
2 bulan	5	33,4
3 bulan	6	40

#### BB sebelum pemijatan

2010-3000 gram	2	13,3
3010-4000 gram	2	13,3
4010-5000 gram	6	40
5010-6000 gram	5	33,4

#### BB sesudah pemijatan

3010-4000 gram	2	13,4
4010-5000 gram	3	20
5010-6000 gram	5	33,3
6010-7000 gram	5	33,3

Tabel 2 Karakteristik Responden Kontrol

Karakteristik	f	%
<b>Usia</b>		
0 bulan	2	13,3
1 bulan	2	13,3
2 bulan	5	33,4
3 bulan	6	40
<b>BB sebelum pemijatan</b>		
2010-3000 gram	1	6,6
3010-4000 gram	3	20
4010-5000 gram	5	33,3
5010-6000 gram	6	40
<b>BB sesudah pemijatan</b>		
3010-4000 gram	2	13,4
4010-5000 gram	3	20
5010-6000 gram	6	40
6010-7000 gram	4	26,4

## 2. Analisis Bivariat

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Rata-Rata Berat Badan Bayi Sebelum Dan Sesudah Pemijatan Pada Kelompok Eksperimen

Kelas	Rata-rata Berat Badan (gram)	
	Sebelum	Sesudah
	Kelompok Eksperimen	4560
Kelompok Kontrol	4556	5170

Tabel 4 Distribusi Rata-Rata Kenaikan Berat Badan Bayi pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelas	Rata-Rata Kenaikan Berat Badan	
	Kenaikan	%
Kelompok Eksperimen	790	17,32 %
Kelompok Kontrol	613	13,48 %

Tabel 5 Analisis Adanya Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

Mean	95% confidence interval of the difference		t	Sig. (2-tailed)
	Lower	Upper		
Kenaikan berat badan bayi eksperimen-kenaikan berat badan bayi kontrol	176.667	115.763 237.571	6.221	.000

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

#### a. Karakteristik Responden

Berdasarkan distribusi frekuensi pada table 1 dan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berusia 3 bulan dengan jumlah 12 bayi, mayoritas responden dalam penelitian ini di awal penelitian mempunyai berat badan antara 4010-6000 gram dengan jumlah 22

bayi, mayoritas responden dalam penelitian ini di akhir penelitian mempunyai berat badan antara 5010-6000 gram dengan jumlah 10 bayi.

Rata-rata berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan pemijatan adalah 4560 gram dan rata-rata sesudah dilakukan pemijatan adalah 5350 gram, sedangkan pada bayi kelompok kontrol rata-rata

berat badan di awal penelitian adalah 4556 gram dan rata-rata berat badan di akhir penelitian adalah 5170 gram.

b. Analisis bivariat

Perbedaan rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol bayi umur 0-3 bulan di BPS Adya Mysha Banjarbaru. Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 3 dapat diketahui bahwa rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen adalah 790 gram dan rata-rata peningkatan berat badan bayi pada kelompok kontrol adalah 613 gram.

Dari data primer dengan skala rasio pada kelompok eksperimen didapatkan nilai terendah 650 gram dan nilai tertinggi 1000 gram dengan nilai rata-rata 790 gram. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai terendah 450 gram dan nilai tertinggi 700 gram dengan nilai rata-rata 613 gram.

Nilai analisis data menggunakan *kolmogorov-smirnov tests* menunjukkan hasil dengan nilai  $t$  hitung (6,221) dan  $t$  tabel (1,753) dengan sig.(2-tailed) 0,000 atau nilai  $p$  lebih kecil dari 0,05.

Karena nilai  $t$  hitung lebih besar dari  $t$  tabel ( $6,221 > 1,753$ ) dan  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat perbedaan rata-rata kenaikan berat badan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, bahwa responden kelompok eksperimen rata-rata kenaikan berat badannya lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Perbedaan rata-rata kenaikan berat badan yang signifikan ini terjadi karena pada kelompok eksperimen responden dilakukan pijatan selama 1 kali seminggu, sedangkan kelompok kontrol tidak dilakukan pijatan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Roesli (2008) yang mengatakan salah satu manfaat pijat bayi adalah untuk meningkatkan berat badan bayi dan pijat bayi dapat menimbulkan efek biokimia dan fisik yang positif. Pijat bayi menyebabkan peningkatan aktivitas nervus vagus dan akan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gastrin. Insulin memegang peranan pada metabolisme, menyebabkan kenaikan metabolisme karbohidrat,

penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, ambilan asam amino sintesa protein. Jadi insulin merupakan suatu hormon anabolik penting yang bekerja pada berbagai jaringan termasuk hati, lemak dan otot.

Peningkatan insulin dan gastrin dapat merangsang fungsi pencernaan sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi lebih sering menyusu. Akibatnya produksi ASI akan lebih banyak.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Prof.T.Field & Scafidi cit Dasuki (2003) menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur (berat badan 1.280 dan 1.176 gram), yang dipijat selama 10 menit, terjadi kenaikan berat badan 20% - 47% perhari lebih dari yang tidak dipijat. Pada penelitian terhadap bayi cukup bulan yang berusia 1-3 bulan yang dipijat selama 15 menit sebanyak 2 kali dalam seminggu untuk masa 6 minggu menunjukkan kenaikan berat badan yang lebih dari bayi kontrol.

Bayi-bayi yang dipijat selama 5 hari saja, daya tahan tubuhnya

akan mengalami peningkatan sebesar 40% dibanding bayi-bayi yang tidak dipijat.

Selain itu, penelitian Pudjianto (2000), tentang pengaruh stimulasi dini pemijatan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi memperoleh hasil bahwa bayi yang orang tuanya atau pengasuhnya mendapat pendidikan dan penyuluhan pijat bayi, kenaikan berat badannya lebih baik daripada yang tidak dipijat, tetapi dalam analisisnya tidak memperhatikan faktor pengaruh atau faktor luar yang lain.

Penelitian ini didukung pula oleh penelitian Anggrita Sari (2004), dengan judul Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pijat Bayi di Desa Dukuh Sidokarto Godean Sleman Yogyakarta membuktikan bahwa adanya perubahan pengetahuan dan sikap ibu tentang pijat bayi yaitu sebelum penyuluhan sebesar 28,32 dan sesudah penyuluhan sebesar 32,12.

Ita Purnomosari (2007) dengan judul Efektivitas Ceramah dan Demonstrasi untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Pijat Bayi di Dusun

Banyusumurup Girirejo Imogiri Bantul, menunjukkan ada perubahan pengetahuan ibu tentang pijat bayi antara sebelum diberi penyuluhan dengan setelah diberi penyuluhan. Sebelum penyuluhan sebesar 25,32 dan setelah diberi penyuluhan sebesar 29,45.

## KESIMPULAN

1. Terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di BPS Adya Mysha Banjarbaru secara bermakna.
2. Rata-rata berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan pemijatan adalah 4560 gram dan rata-rata sesudah dilakukan pemijatan adalah 5350 gram yang berarti mengalami peningkatan berat badan sebesar 17,32%, sedangkan pada bayi kelompok kontrol rata-rata berat badan di awal penelitian adalah 4556 gram dan rata-rata berat badan di akhir penelitian adalah 5170 gram yang berarti mengalami peningkatan berat badan sebesar 13,48%.

## REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Cetakan kedubelas. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Astuti, Dewi. 2005. *Panduan Praktis Memijat Buah Hati Anda*. Yogyakarta : Nusa Pressindo.
- Dasuki, Mohammad Shoim. 2003. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 4 Bulan*. Tesis Pascasarjana Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Minat Gizi dan Kesehatan Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Tidak diterbitkan.
- Hartini. 2009. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0 – 1 Bulan di Puskesmas Mergangsan*. Skripsi Sarjana Jurusan Kebidanan Program D – IV Bidan Pendidik Poltekes Depkes Yogyakarta. Tidak diterbitkan.
- Kusnandi, Rusmil. 2008. *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak*. Dalam <http://translate.google.co.id/translate?hl=id&langpair=en|id&u=http://www.kelompok.com/babyconcerns/growth/weight-gain.html>. Diakses Kamis, 1 April 2010 pukul 15.00 WIB.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan kedua. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Panji, Mohammad. 2003. *Pertumbuhan Berat Badan Bayi*. Dalam <http://fordearest.wetpaint.com/page/berat+badan+dan+tabel+pertumbuhan>. Diakses Kamis, 1 April 2010 pukul 15.25 WIB.
- Panji, Mohammad. 2005. *Pijat Bayi untuk Pertumbuhan*. Dalam <http://www.jambi-independent.co.id/home/modules.php?name=news&file=article&sid=3305>. Diakses Kamis, 1 April 2010 pukul 15.30 WIB.
- Rahayu, Asti. 2005. *Pedoman Merawat Bayi*. Jakarta : Erlangga.
- Riwidikdo, H. 2009. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendikia Press.

- Roesli, Utami. 2008. *Pedoman Pijat Bayi*, Cetakan Kesepuluh Edisi Revisi. Jakarta: PT. Trubus Agriwidya.
- Roesli, Utami. 2001. *Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0 – 3 Bulan*. Cetakan pertama. Jakarta : PT. Trubus Agriwidya.
- Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Cetakan keduabelas. Bandung : CV. Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Cetakan keempat. Bandung: CV. Alfabeta.
- WHO. 2008. *Buku Saku Manajemen Masalah Bayi Baru Lahir Panduan untuk Dokter, Perawat & Bidan*. Cetakan pertama. Jakarta : EGC.
- Widyani, Widyastuti. 2007. *Pedoman Perawatan Bayi*. Dalam <http://www.anneahira.com/perawatan-bayi/.htm>. Diakses Kamis, 1 April 2010 pukul 16.00 WIB