

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN PADA BALITA USIA 0-2 TAHUN DI BPM Ny. N BANYUWANGI TAHUN 2015

Wahyu Puji¹

1. Prodi DIII Kebidanan STIKES Banyuwangi

Korespondensi :

Wahyu Puji, d/a Prodi DIII Kebidanan STIKES Banyuwangi

Jln. Letkol Istiqlah No. 109 Banyuwangi

Email : najwavelicia@gmail.com

ABSTRAK

Pijat bayi merupakan terapi sentuh tertua yang dikenal masyarakat dan diketahui memiliki banyak manfaat. Salah satu diantaranya adalah meningkatkan berat badan bayi. Dengan dipijat akan meningkatkan tonus nervus vagus sehingga penyerapan makanan menjadi lebih cepat. Tujuan dalam melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 0-2 tahun.

Rancangan penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Quasy Eksperimental*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua balita usia 0-2 tahun yang dipijat, sedangkan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagian balita berusia 0-2 tahun yang melakukan pijat di BPM Ny. N. Rogojampi Banyuwangi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi. Untuk pengolahan data menggunakan uji T dengan tingkat signifikansi 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 24 responden sebagian besar responden mengalami kenaikan berat badan 10 responden (42%), sedangkan hasil dari uji statistik yang diperoleh adalah ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 0-2 tahun dengan tingkat signifikansi 0,05 dengan nilai thitung > ttabel (8,574 > 2,201).

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan para orang tua dapat melakukan pemijatan secara rutin dan memilih pijat bayi sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan berat badan buah hatinya.

Kata kunci : *Pijat bayi, Peningkatan berat badan.*

PENDAHULUAN

Orang tua dan orang-orang yang terdekat dengan kehidupan anak, memberi pengaruh yang sangat besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu masalah yang banyak dialami orang tua adalah gangguan pertumbuhan pada

anak berupa gangguan kenaikan berat badan. Orang tua kerap khawatir bila mengamati pertumbuhan anaknya. Hasil penelitian yang dilakukan *The Reiner Foundation* tahun 1999, menyebutkan 10 hal yang dapat dilakukan orang tua

untuk meningkatkan status kesehatan dan perkembangan anak. Salah satu diantaranya adalah memberi rangsangan berupa interaksi melalui sentuhan. Sentuhan tersebut sangat membantu dalam menstimulasi otak menghasilkan hormon yang diperlukan dalam perkembangan (Faisal Jalal, 2003).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2011, dari 3 juta balita yang ada 69,5% mengalami kenaikan berat badan dan 1,36% berat badan berada pada garis merah. Sedangkan menurut Profil Kesehatan Kabupaten Banyuwangi berdasarkan Indeks Berat Badan menurut umur yang didapatkan dari hasil pemantauan pertumbuhan 87.343 balita di Posyandu digambarkan sebagai berikut: Balita dengan status gizi lebih 1,38%, balita dengan status gizi baik 95,15%, balita status gizi kurang 1,86% dan balita status gizi buruk 1,61% (Dinkes Jatim: 2011).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada 19 sampai 30 Maret 2014 dengan mengambil data bulan November 2014 sampai dengan Maret 2014 di BPM Ny. N menunjukkan bahwa dari 30 balita yang dipijat, 25 balita (83,3%) mengalami peningkatan berat badan yang signifikan dan 5 balita (16,7%) tidak mengalami peningkatan berat badan atau tetap.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Prof. T. Field dan Scafidi (1986 dan 1990) pada bayi cukup bulan yang berusia 1–3 bulan, yang dipijat selama 15 menit, 2 kali seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dibanding kontrol (Roesli. U, 2007).

Pemijatan merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad-abad silam. Bahkan ilmu ini telah dikenal sejak manusia diciptakan ke dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia adalah pada waktu dilahirkan yaitu pada waktu melalui jalan lahir si ibu (Roesli. U, 2007).

Agar balita tumbuh kembang optimal harus dicukupi 2 kebutuhan dasar, yaitu: kebutuhan biofisik dan psikososial. Kebutuhan psikososial adalah kebutuhan asih dan asah. Kebutuhan asah meliputi: stimulasi (rangsangan) dini pada semua indera termasuk sentuhan (Handayani, 2003).

Sekitar 10-20% bayi mengalami gangguan kenaikan berat badan. Sebagian bayi awalnya berat badannya normal tetapi sebagian lainnya profil grafik berat badan dalam KMS atau kartu kesehatannya cenderung tidak optimal sejak lahir. Seharusnya berat badan naik 1000 gram per bulan saat dibawah usia 3 bulan, bayi dengan gangguan berat badan hanya naik 500-800 gram per bulan. Kenaikan BB akan lebih buruk setelah usia 4-6 bulan. Gagal tumbuh adalah diagnosis klinis yang diberikan kepada anak-anak yang kekurangan berat badan secara konsisten atau tidak menambah berat badan karena alasan tidak jelas (Suwardini, 2012).

Pijat memiliki banyak manfaat diantaranya dapat meningkatkan pertumbuhan. Apabila tidak dilakukan pemijatan dengan baik dan teratur akan mempengaruhi pertumbuhan

meskipun tidak semua pertumbuhan dipengaruhi oleh pemijatan bayi. Pertumbuhan bayi dapat dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik. Dimana salah satu faktor ekstrinsik adalah pemijatan yang dapat dirasionalkan untuk meningkatkan tonus nervus vagus (saraf ke 10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Dengan demikian penyerapan makanan akan menjadi lebih baik. Itu sebabnya mengapa berat badan bayi yang dipijat dapat

meningkat lebih banyak dari pada yang tidak dipijat (Roesli. U, 2007).

Pijat merupakan salah satu stimulasi sentuhan yang sudah diakui kemanjurannya. Dengan dipijat, anak akan tumbuh dan berkembang dengan optimal. Pijat membuat bayi bertambah berat badannya secara signifikan. Oleh karena itu pijat dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk meningkatkan berat badan buah hatinya sehingga dapat tumbuh dengan optimal (Dewi, S. 2011).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Nopember 2014 sampai dengan Maret 2015 di Bidan Praktek Mandiri Ny. N di Banyuwangi. Jenis penelitian ini *Quasy Eksperiment* dengan desain penelitian *cross seksional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh balita usia 0 – 2 tahun yang pijat pada bulan Nopember 2014 sampai dengan Maret 2015 di BPM Ny. N dengan teknik *purposive sampling*.

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Dalam data sekunder ini adalah data perkiraan

jumlah balita yang melakukan pijat bayi di BPM Ny. N. Sedangkan data primer adalah data berat badan sebelum, dan peningkatan berat badan setelah dilakukan pijat bayi yang diperoleh dari hasil observasi langsung kepada responden. Untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan dependen, dianalisa dengan analisis korelasi *range*, karena data berupa unit. Dan untuk menguji hubungan ketiganya menggunakan analisis dengan regresi logistic ordinal, karena variabel independen yang berjumlah lebih dari satu.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Berat Badan Bayi Sebelum Dilakukan Pijat

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan berat badan sebelum dipijat di BPM Ny. N. Rogojampi Banyuwangi Tahun 2015.

Responden dengan Intervensi			Responden Kontrol		
No	Nama	BB Sebelum	No	Nama	BB Sebelum
1.	An. A	7,2 Kg	1.	An. J	8,0 Kg
2.	An. K	9,8 Kg	2.	An. F	9,0 Kg
3.	An. K	7,9 Kg	3.	An. D	7,6 Kg
4.	An. R	6,4 Kg	4.	An. B	5,8 Kg
5.	An. U	13,8 Kg	5.	An. A	8,0 Kg
6.	An. V	3,7 Kg	6.	An. G	4,4 Kg
7.	An. K	2,4 Kg	7.	An. L	12,3 Kg
8.	An. A	6,6 Kg	8.	An. T	12,5 Kg
9.	An. K	8,4 Kg	9.	An. Q	12,1 Kg
10.	An. Y	5,4 Kg	10.	An. Y	10,4 Kg
11.	An. K	5,2 Kg	11.	An. J	7,2 Kg
12.	An. N	11 Kg	12.	An. P	8,6 Kg

2. Berat Badan Bayi Setelah Dilakukan Pijat

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan berat badan setelah dipijat selama 6 minggu di BPM Ny. N. Rogojampi Banyuwangi Tahun 2015.

Responden dengan Intervensi			Responden Kontrol		
No	Nama	BB Setelah Dipijat Selama 6 Minggu	No	Nama	BB Setelah 6 Minggu
1.	An. A	7,8 Kg	1.	An. J	8,3 Kg
2.	An. K	10 Kg	2.	An. F	9,2Kg
3.	An. K	8,9 Kg	3.	An. D	8,2 Kg
4.	An. R	6,9 Kg	4.	An. B	6,5 Kg
5.	An. U	14 Kg	5.	An. A	8,2 Kg
6.	An. V	4,9 Kg	6.	An. G	4,4 Kg
7.	An. K	3,4 Kg	7.	An. L	12,6 Kg
8.	An. A	7,0 Kg	8.	An. T	12,0 Kg
9.	An. K	8,4 Kg	9.	An. Q	11,8 Kg
10.	An. Y	6,5 Kg	10.	An. Y	10,4 Kg
11.	An. K	6,4 Kg	11.	An. J	7,5 Kg
12.	An. N	11 Kg	12.	An. P	8,3 Kg

3. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan

Tabel 3. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 0-2 tahun di BPM Nur Laila Hayati, SKM.MPH Rogojampi Banyuwangi

Pijat \ Peningkatan	Dipijat		Tidak dipijat		Total	
	F	%	F	%	F	%
Naik	10	42	7	29	17	71
Turun	0	0	3	13	3	13
Tetap	2	8	2	8	4	16
Jumlah	12	50	12	50	24	100

Dari tabel didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang dipijat secara rutin mengalami kenaikan berat badan sebanyak 10 orang (42%).

Perbandingan skor pretest dan posttest secara statistik dapat dilihat berdasarkan ukuran-ukuran sebagai berikut:

Tabel 4. Nilai-nilai statistik deskriptif peningkatan berat badan setelah dipijat

Tes	Mean	Standar Deviasi
Postest	7,50	3.030
Pretest	6,83	3,129

Berdasarkan tabel tersebut secara umum skor hasil posttest lebih baik dibandingkan skor hasil pretes. Hal ini terlihat dari rata-rata skor hasil postes sebesar 7,50 dan rata-rata skor hasil pretes sebesar 6,83.

Untuk membuktikan kebenaran hipotesis tentang perbedaan skor hasil postes dan pretes, dilakukan pengujian sebagai berikut:

Tabel 5. Rekap Hasil Uji t

Perbandingan Berat Badan	Rata-rata Selisih Skor	Nilai t	Df	P-value
Skor Postes – Skor Pretes	0,67	8,574	11	0,000

Perhitungan uji statistik menghasilkan nilai t sebesar 8,574 dengan p-value (signifikansi) sebesar 0,000. Adapun nilai t_{tabel} untuk pengujian dengan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $df = 11$ adalah sebesar 2,2010. Oleh karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($8,574 > 2,201$) atau $p\text{-value} < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) maka

H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan skor yang signifikan antara hasil postes dengan hasil pretes, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 0-2 tahun di BPM Ny. N tahun 2015.

Pembahasan

1. Berat Badan Sebelum dilakukan Pijat bayi

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar berat badan responden sebelum dipijat sebanyak 9 responden (75%) memiliki berat badan sesuai dengan usia.

Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah dipraktekkan sejak berabad silam. Pijat pertama yang dialami setiap manusia terjadi saat berada dalam rahim ibu, didekap oleh rahim ibu dan dibelai oleh air ketuban. Di dalam rahim ibu, bayi didendang dan ditenangkan oleh suara detak jantung dan diayun secara ritmis dan lembut oleh gerakan nafas ibu yang teratur serta dibelai lembut oleh cairan ketuban (Dewi. S, 2011). Berat badan menggambarkan jumlah dari protein, lemak, air dan mineral pada tulang. Pada remaja, lemak tubuh cenderung meningkat, dan protein otot menurun. Pada orang yang edema dan asites terjadi penambahan cairan dalam tubuh. Adanya tumor dapat menurunkan jaringan lemak dan otot, khususnya terjadi pada orang kekurangan gizi (Supariasa, 2003).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa berat badan balita tidak hanya dipengaruhi oleh stimulasi tapi banyak faktor, yaitu pertama faktor eksternal meliputi, faktor genetik, faktor asupan dan faktor lingkungan. Yang kedua faktor internal yang meliputi faktor perinatal, persalinan, dan pasca natal. Yang salah satu contoh

dari faktor pasca natal salah satunya degan diberikannya stimulasi (berupa pijat bayi). Salah satu manfaat dari pijat bayi adalah meningkatkan kenaikan berat badan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan berat badan pada balita.

2. Peningkatan Berat badan setelah dilakukan pijat Bayi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang dipijat selama 6 minggu sebanyak 10 responden (83%) mengalami kenaikan berat badan.

Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi baru lahir (neonatus). Berat badan digunakan untuk mendiagnosis bayi normal atau BBLR. Dikatakan BBLR apabila berat bayi/balita, berat bayi lahir di bawah 2500 gram atau di bawah 2,5 kg. Pada masa bayi/balita, berat badan dapat dipergunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi, kecuali terdapat kelainan klinis seperti dehidrasi, asites, edema, dan adanya tumor. Di samping itu pula berat badan dapat dipergunakan sebagai dasar perhitungan dosis obat dan makanan (Hartono, 2008).

Peningkatan berat badan merupakan salah satu indikator kesehatan balita yang dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertumbuhan balita. Ada beberapa faktor yang dapat

mempengaruhi peningkatan berat badan balita diantaranya faktor genetik, nutrisi dan stimulasi. Salah satu stimulasi yang dapat diberikan adalah pijat bayi karena salah manfaat pijat bayi adalah meningkatkan berat badan balita.

Beberapa orang tua mengatakan telah memberikan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan buah hatinya tetapi masih ada beberapa orang tua yang lupa memberikan stimulasi kepada buah hatinya untuk meningkatkan berat badannya. Salah satu stimulasi yang dapat diberikan adalah pijat bayi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa pijat bayi menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan pada balita, meskipun ada faktor lain yang mempengaruhi peningkatan berat badan balita.

3. Pengaruh Pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 0 -2 tahun

Setelah dilakukan perhitungan dengan uji statistik menghasilkan nilai t sebesar 8,574 dengan p -value (signifikansi) sebesar 0,000. Adapun nilai t tabel untuk pengujian dengan $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan $df = 11$ adalah sebesar 2,2010. Oleh karena t hitung $>$ t tabel ($8,574 > 2,201$) atau p -value $<$ α ($0,000 < 0,05$) maka hipotesa alternatif diterima dan hipotesa nol ditolak, artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 0-2

tahun di BPM Ny. N Rogojampi Banyuwangi.

Menurut Supriasa (2003) salah satu hal yang mempengaruhi pertumbuhan bayi dan balita adalah stimulus. Stimulus sendiri terdiri dari beragam cara. Stimulus sentuh atau kemudian disebut pijat bayi memberikan efek relaksasi pada bayi efek relaksasi membantu hormon di dalam tubuh bayi bekerja dengan maksimal. Pijat bayi juga membantu meningkatkan suhu pada bayi dan anak sehingga anak merasa hangat dan terhindar dari perut kembung yang menyebabkan anak malas untuk makan artinya dengan pijat bayi maka nafsu makan anak akan meningkat karena sistem pencernaannya berjalan dengan lancar.

Secara biokimia pijat bayi mempunyai dampak yang positif yaitu penurunan kadar hormon stres (*catecholamine*), meningkatkan kadar serotonin dan peningkatan kadar zat daya tahan tubuh (immunoglobulin) terutama IgG, IgA, dan IgM. Penurunan kadar hormone stress membantu bayi tenang dan dapat tidur pulas, peningkatan immunoglobulin membantu bayi tahan terhadap serangan penyakit.

Dari uraian tersebut dapat di jelaskan bahwa pijat bayi merupakan salah satu stimulasi yang dapat meningkatkan berat badan balita. Perubahan berat badan ini di sebabkan karena ada stimulus berupa pijatan sehingga mempelancar fungsi organ dan merangsang sekresi hormon yang dapat dengan mudah

meningkatkan berat badan balita. Tetapi di sisi lain ada balita yang tidak mengalami peningkatan berat badan walaupun telah diberikan stimulus, hal ini dapat disebabkan oleh berbagai macam masalah. Salah satu diantaranya karena penurunan daya imun sehingga berdampak pada nafsu makan anak. Dari hasil

penelitian yang dilakukan selama 6 minggu sebagian besar balita mengalami peningkatan berat badan, namun ada perbedaan peningkatan berat badan antara balita yang dipijat dan tidak dipijat dimana kenaikan berat badan balita yang dipijat lebih signifikan dibanding dengan yang tidak dipijat.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar berat badan responden sebelum dipijat sebanyak 9 responden (75%) memiliki berat badan sesuai dengan usia.
2. Sebagian besar berat badan responden setelah dipijat selama 6 minggu sebanyak 10 responden (83%) mengalami kenaikan berat badan sesuai

dengan usia. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa t hitung $>$ t tabel ($8,574 > 2,201$) maka H_a diterima dan H_o ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi/balita usia 0-2 tahun di BPM Ny. N Rogojampi Banyuwangi.

SARAN

1. Bagi Responden
Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang benar sehingga ibu yang mempunyai balita usia 0-2 tahun saat menghadapi masalah dengan berat badan balita dapat memanfaatkan pijat bayi.
2. Bagi Lembaga Pendidikan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi

dan memberikan bukti nyata tentang manfaat pijat bayi terhadap peningkatan berat badan

3. Bagi Profesi Kebidanan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu informasi bagi ibu yang mempunyai balita usia 0-2 tahun dalam meningkatkan berat badan balita.

DAFTAR PUSTAKA

Alimul, A.H. 2008. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika

Alimul, A.H. 2009. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika

- Amalia. 2012. <http://staffforikes.blogspot.com/2012/11/konsep-balita.html>. Posed on 23-11-2012.
- Aminati, Dini. 2013. *Pijat dan Senam untuk Bayi dan Balita*. Yogyakarta : Brilliant books.
- Hidayat, A.A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2005. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2003. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. 2008. *Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ristani, Ria. 2013. *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Yogyakarta : MuhaMedika
- Roesli, Utami, 2008. *Pedoman Pijat Bayi*. Trubus Agriwidya, Jakarta.
- Roesli, Utami. 2007. *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Santi, Enindia. 2012. *Buku Pintar Pijat Bayi untuk Tumbang Optimal sehat dan cerdas*. Yogyakarta : Brilliant books.
- Sari, Anggrita, 2004. *Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pijat Bayi di Dusun Dukuh Desa Sidokarto Godean Sleman*, Skripsi Program Pendidikan D-IV Kebidanan. UGM, Yogyakarta.
- Sifuddin, Abdul Bari, dkk .2006. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka. Sarwono Prawihardjo.
- Soetjningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Suardini, Fesia. 2013. *Jurus Sakti Menguasai Pijat Bayi*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Tasya.2010.*Tata cara pijat bayi*. <http://cara-pijat-bayi.blogspot.com>. Posed on 24 Juli 2010.
- Triandari, R.A. 2011. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kemampuan Mengangkat Kepala Pada Posisi Tengkurap Bayi Usia 3-4 Bulan*. [“Skripsi”]. Surakarta : Prodi Fisioterapi UMS