

Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan

Mariyani¹

¹Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p>Kata Kunci: Pijat; Kenaikan; Berat Badan, Bayi</p> <p>Dikirim : 5 Juli 2018 Direvisi : 10 Juli 2018 Direrima : 10 Juli 2018</p> <p> Mariyani  mariyani2000@gmail.com  https://orcid.org/0000-0002-5556-3156</p>	<p>Sentuhan alamiah pada bayi merupakan tindakan memijat yang dilakukan secara teratur dan sesuai dengan tata cara dan tekni pemijatan bayi. Terapi sentuhan (pijat) bisa memberikan efek positif secara fisik , antara lain kenaikan berat badan bayi.Selama ini memijat bayi merupakan sebuah praktek yang sudah dilakukan secara terus menerus .Pemijatan dapat mendorong pertumbuhan yang sehat dan memainkan peran penting dalam perkembangan mental, fisik , system sirkulasi darah dan kekebalan bayi. Tujuan dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi di Klinik Pratama HS Mangku Prawira. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi experiment,dengan menggunakan desain rancangan One Group Pretest – Post Test, dimana rancangan ini tidak ada kelompok pembanding control, tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan – perubahan setelah dilakukan experiment.Penelitian menggunakan teknik sample total sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah balita usia 1- 12 bulan di Klinik Pratama HS Mangku Prawira. Analisa data menggunakan uji T dependent. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara stastitik antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi umur 1- 12 bulan di Klinik Prtama Mangku Prawira, dengan uji statistik didapatkan nilai T= -9,872 dengan nilai signifikasi 0,000.Nilai P tersebut kurang dari alpha 0,005.Artinya ada pengaruh pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi. Bayi yang tidak di pijat mempunyai kenaikan berat badan lebih sedikit dibandingkan bayi yang dipijat. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi di Klinik Pratama Mangku PRAWIRA.Berdasarkan hasil penelitian dapat diharapkan bidan mampu memberikan pendidikan dan pelatihan tentang pijat bayi dan manfaatnya kepada orangtua yang mempunyai bayi,dan peneliti lebih mengembangkan penelitian tentang manfaat pijat bayi yang lainnya</p>
	<p style="text-align: center;"><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> <div style="text-align: right;">  </div>

1. Pendahuluan

Sejak hari pertama kelahirannya bayi sebenarnya sudah mulai melaksanakan tugas perkembangannya. Stimulasi perkembangan anak adalah kegiatan merangsang kemampuan dasar anak 0-6 tahun agar berkembang secara optimal. Setiap anak perlu mendapat stimulasi rutin secara dini dan terus-menerus pada setiap kesempatan (Sulistyawati, 2014). Pijat bayi adalah terapi sentuh tertua dan terpopuler yang dikenal manusia. Pijat bayi telah lama dilakukan hampir di seluruh dunia termasuk di Indonesia dan diwariskan secara turun menurun. (Aminati, 2013). Pijat bayi disebut juga sebagai stimulus touch atau terapi sentuh. Dikatakan terapi sentuh karena melalui pijat bayi inilah terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan buah hatinya (Riksani, 2012). Masalah dalam pelaksanaan pijat bayi pada saat ini adalah masih adanya anggapan dari orangtua atau keluarga yang menganggap bahwa pijat bayi bukanlah bentuk terapi sekaligus alamiah bagi bayi yang bisa memberikan banyak manfaat. Sementara sybågen yang lain, menganggap bahwa pijat bayi hanya dilakukan saat si kecil mengalami sakit, seperti flu atau masuk angin. Namun, sebenarnya teknik pijatan yang tepat dilakukan secara teratur kepada bayi dan balita bisa dilakukan kapan pun dan baik juga dilakukan saat si kecil dalam kondisi sehat. (Riksani, 2012). Pijat bayi ini perlu diketahui oleh seorang ibu karena dengan sentuhan dan pandangan mata antara orang tua dan bayi pada saat pemijatan akan mampu mengalirkan kekuatan jalinan kasih sayang antara keduanya yang merupakan dasar komunikasi untuk menumpuk cinta kasih secara timbal balik, mengurangi kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri. (Aminati, 2013). Pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat glucocorticoid (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stress). Penurunan kadar hormon stress ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgG dan IgM (Roesli, 2012). Dari data yang diambil di Klinik Pratama HS Mangkuprawira tahun 2016 ini terdapat 139 kelahiran bayi, dan jumlah kunjungan aktif bayi 0-12 bulan sekitar 47 bayi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan cara wawancara kepada 17 ibu bayi tentang pijat bayi terdapat, 2 ibu bayi yang mengerti dan mengetahui manfaat tentang pijat bayi, 11 ibu yang mengetahui manfaat pijat bayi tetapi tidak tahu cara melakukannya, dan 4 ibu yang tidak mengetahui tentang pijat bayi. Dari latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai " Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan Bayi di Klinik Pratama HS Mangkuprawira Tahun 2018".

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperimen. Desain rancangan merupakan bentuk rancangan yang digunakan dalam melakukan prosedur penelitian (Hidayat 2011) Penelitian ini menggunakan rancangan One Group Pretest- Post Test. Dimana rancangan ini tidak ada kelompok pembanding(kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama(pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan setelah dilakukan eksperimen. Penelitian ini menggunakan teknik sampel *total sampling*.

3. Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Bayi, Umur, Kenaikan Berat Badan, di Klinik Pratama HS Mangkuprawira pada Bulan Maret – April 2018

No	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	12	40
	Perempuan	18	60
2	Umur Bayi		
	1 Bulan	5	16,7
	2 Bulan	2	6,7
	3 Bulan	6	20
	4 Bulan	6	20
	5 Bulan	4	13,3
	6 Bulan	4	13,3
	9 Bulan	1	3,3
	12 Bulan	2	6,7

Berdasarkan table 1 diatas dapat diketahui bahwa jenis kelamin responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 18 orang (60%) dan laki laki sebanyak 12 orang (40%). Selain itu dari tabel diatas dapat diketahui bahwa Responden penelitian lebih banyak berada pada umur 3 dan 4 bulan dengan jumlah 6 bayi (20%). Sedangkan umur bayi paling rendah adalah 1 Bulan dengan jumlah 5 orang (16,7%) dan umur tertinggi adalah 12 bulan dengan jumlah 2 orang (6,7%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Distribusi rata rata kenaikan berat badan bayi antara sebelum dan sesudah pijatan di Klinik Pratama HS Mangkuprawira pada Bulan Maret – April 2018

No	Berat Badan Bayi	Frekuensi (n)	Mean	SD	Min-Max	Nilai T(t-test)	Nilai P
1	Berat Badan bayi						
	Sebelum Pemijatan	30	503,3	129,9	300-800	-9,872	0,000
Sesudah Pemijatan	30	956,7	219,1	400-1300			
2	Kenaikan Berat badan Dengan Sistematis						
	Sebelum Pemijatan	21	504,8	97,3	400-700	-11,288	0,000
Sesudah Pemijatan	21	1047,6	177,8	400-1300			
3	Berat badan Bayi dengan tidak sistematis						
	Sebelum Pemijatan	9	500,0	193,6	300-800	-3,773	0,005
Setelah Pemijatan	9	744,4	150,9	500-900			

Dari 30 subjek yang diamati terlihat bahwa rata rata kenaikan berat badan bayi sebelum pemijatan adalah 503,3 gram dan rata rata kenaikan berat badan bayi sesudah pemijatan adalah 956,7 gram. Hasil uji statistik didapatkan nilai $T = -9,872$ dengan nilai signifikansi 0,000. Nilai p tersebut kurang dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata kenaikan berat badan sebelum dan sesudah dipijat. Dari 21 subjek bayi dilakukan pemijatan secara sistematis terlihat bahwa rata rata kenaikan berat badan bayi sebelum pemijatan adalah 504,8 gram dan rata rata kenaikan berat badan bayi sesudah pemijatan adalah 1047,6 gram. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$, berarti pada $\alpha 5\%$ terlihat ada perbedaan yang signifikan antara rata rata kenaikan berat badan sebelum dan sesudah pemijatan. Dari 9 subjek bayi yang dilakukan pemijatan namun tidak secara sistematis terlihat bahwa rata rata kenaikan berat badan bayi sebelum pemijatan adalah 500 gram dan rata rata kenaikan berat badan bayi sesudah pemijatan adalah 744,4 gram. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$, berarti pada $\alpha 5\%$ terlihat ada perbedaan yang signifikan antara rata rata kenaikan berat badan sebelum dan sesudah pemijatan.

4. Pembahasan

Bayi yang menjadi subyek penelitian di Klinik Pratama Mangku Prawira berjumlah 30 bayi. berdasarkan hasil penelitian pada bulan Maret – April 2017 di Klinik Prtama Mangku Prawira terdapat 21 bayi yang dipijat secara teratur dan sistematis sebanyak 2 kali dalam 1 minggu dalam 1 bulan ,sedangkan 9 bayi yang lain dilakukan pijat tetapi tidak sistematis. Sebagian bayi tersebut memiliki berat antara 3000 -8000 gram. Dan setelah dilakukan pemijatan secara teratur dan sistematis dengan frekuensi 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan oleh para orangtua masing-masing didapatkan hasil bahwa sebagian besar bayi mengalami peningkatan berat badan sebesar sama dengan atau lebih 1000 gram, Sedangkan bayi yang dipijat 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan tetapi tidak teratur dan sitematis mengalami peningkatan antara 700 – 900gram. Hal ini menunjukkan bahwa bayi yang dipijat akan mengalami kenaikan berat badan, akan tetapi bayi yang dipijat teratur dan sistematis akan mengalami kenaikan berat badan lebih banyak dibandingkan bayi yang dipijat dengan tidak sistematis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa antara pijat bayi dan kenaikan berat badan ada hubungan yang signifikan.

Dari hasil uji t dependen (berpasangan) terlihat bahwa nilai signifikansi keabsahan sebesar 0,00. Keputusan uji statistik H_a diterima bila $p < 0,005$. Maka dapat disimpulkan $0,00 < 0,05$ (nilai signifikasi pada tabel kurang dari nilai signifikasi keputusan uji stastitik) Artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 1- 12 bulan di Klinik Pratama Prawira di Jakarta Pusat. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 30 responden, terdapat 21 responden (90%) bayi yang dipijat secara teratur dan sistematis dengan frekuensi 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan dan hanya sebagian kecil yaitu 9 responden (10%) yang tidak mendapatkan pijat secara teratur dan sistematis. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Astri Wahyuningsih .di Pondok Bersalin Balak Siaga Cawas Klaten (2012) didapatkan bahwa bayi yang tidak dipijat juga mengalami kenaikan berat badan dengan alasan bayi mendapatkan ASI eksklusif. Sedangkan bayi yang di pijat cenderung mengalami kenaikan berat

badan lebih banyak dikarenakan pemijatan menyebabkan penyerapan makanan lebih baik, sehingga bayi cepat lapar dan sering menyusu. Penelitian yang dilakukan oleh Prof. T. Field & Scafidi (1986 & 1990) menunjukkan bahwa pada 20 bayi premature (berat badan 1.280 dan 1.176 gram), yang di pijat 3x 15 menit selama 10 hari, mengalami kenaikan berat badan per hari 20% - 47% lebih banyak dari yang tidak di pijat. Penelitian pada bayi cukup bulan yang berusia 1-3 bulan, yang di pijat 15 menit, 2 kali seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dari control.

Bayi yang di pijat mengalami peningkatan tonus Nervus Vagus (saraf otak 10), ini membuat kadar enzim pada 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 meningkat lebih banyak dan berat badan bayi naik (Roesli 2012). Pijatan juga akan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Tahun 1989, Scanberg dari Duke University Medical School melakukan penelitian pada bayi-tikus, pakar ini menemukan bahwa jika hubungan taktil (jilatan-jilatan) ibu tikus ke bayinya terganggu menyebabkan penurunan enzim ODC (ornithine decarboxylase) yang menjadi petunjuk peka bagi pertumbuhan sel dan jaringan dan penurunan pengeluaran hormon pertumbuhan. Pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu Neurochemical beta-endorphine, yang akan mengurangi pembentukan hormon pertumbuhan karena menurunkan jumlah dan aktivitas ODC. Selain hal tersebut diatas pemijatan akan meningkatkan aktivitas Neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatnya sel reseptor yang berfungsi mengikat glucocorticoid (adrenalin, suatu hormon stress) proses ini akan menyebabkan penurunan kadar hormon stress. Penurunan kadar hormon stress akan meningkatkan daya tahan tubuh. Pijat bayi juga akan mengubah gelombang otak, perubahan terjadi dengan cara menurunkan gelombang Alpha dan meningkatkan gelombang beta serta theta, yang membuat bayi tidur lelap dan meningkatkan kesiagaan. Semua bayi akan mengalami kenaikan berat badan, tetapi bayi yang di pijat dengan sistematis dan teratur dengan frekuensi 2-3 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan akan mengalami kenaikan berat badan yang lebih signifikan, hal ini dikarenakan adanya teori Nervus Vagus. Sedangkan pada bayi yang tidak mengalami kenaikan berat badan bayi secara signifikan dapat disebabkan karena bayi tidak mendapatkan pijatan yang sistematis dan teratur. Hal ini dapat disebabkan karena bayi yang sudah bergerak terlalu aktif, ibu yang masih belum mengerti teknik pijat bayi dengan benar dan ibu yang tidak bisa menyediakan waktu secara rutin dan teratur untuk memijat. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pijat bayi sangat mempengaruhi kenaikan berat badan bayi sehingga diharapkan para tenaga kesehatan yang memiliki fasilitas pelayanan kesehatan dapat menyediakan fasilitas pelayanan kesehatan yang berhubungan dengan pemantauan tumbuh kembang bayi salah satu diantaranya fasilitas pelayanan pijat bayi.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayidi Klinik Pratama HS Mangkuprawira pada bulan Maret sampai April 2017, maka dapat

disimpulkan sebagai berikut : Ada hubungan yang signifikan antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi di Klinik Pratama Mangku Prawira. Pada bayi yang dipijat secara sistematis dan teratur dengan frekuensi 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan mengalami peningkatan berat badan lebih banyak di bandingkan dengan bayi yang dipijat dengan tidak sistematis. Pada bulan Maret – April 2017 di Klinik Pratama Mangku Prawira terdapat 30 bayi dipijat. Dari 30 bayi yang dipijat terdapat 21 bayi yang dipijat secara sistematis dan teratur dengan frekuensi 2 kali dalam 1 minggu selama 1 bulan didapatkan bahwa semua bayi mengalami kenaikan berat badan sebanyak sama dengan atau lebih dari 1000 gram. Sedangkan bayi yang dipijat tidak dengan sistematis mengalami kenaikan antara 700- 900 gram.

6. Daftar Pustaka

- Departemen Kesehatan RI. 2016. Buku Kader Posyandu dalam Usaha Perbaikan Gizi Keluarga. Jakarta. Departemen Kesehatan RI
- Hady, Abd. 2014. Pengaruh Pemijatan pada Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan di Wilayah Kerja Puskesmas Weoe Kecamatan, Wewiku Kabupaten Belu. *Jurnal Kesehatan*. Vol.4(1): 114-118.
- Irva, tri dkk. 2014. Pengaruh Terapi Pijat terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jom PSIK*. Vol.1(2): 1-9.
- Moersintowati, 2013. *Kartu Menuju Sehat*, Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Notoadmojo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Notoadmojo, S. 2014. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. PT. Rineka Cipta. Jakarta
- Roesli, U. 2012. *Pedoman Pijat Bayi Premature dan Bayi 0 – 3 Bulan*, PT Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Roesli, U. 2014. *Asi Eksklusif*, PT Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Riyanto, Agus. 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Sabri luknis and Hastono Priyo Sutanto. 2014. *Statistik Kesehatan*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Subakti and Deri Rizky, 2008. *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Wahyu Media : Jakarta.
- Sulung, Neila dkk, 2015. *Efektivitas Massage Baby terhadap Peningkatan Berat Bayi Usia 3 - 4 Bulan di BPS*