

**PENGARUH FREKUENSI PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT  
BADAN BAYI USIA 1-6 BULAN DI BIDAN PRAKTIK MANDIRI  
LISMARINI PALEMBANG TAHUN 2017**

**Yona Sari<sup>1</sup>, Shendhy<sup>2</sup>,**

Dosen Tetap Prodi DIII Kebidanan<sup>1</sup>, Mahasiswi Prodi DIII Kebidanan<sup>2</sup>, STIKES Abdurahman<sup>1,2</sup>  
Email : yonaasari@gmail.com

**ABSTRACT**

*Baby massage is a gentle touch to the whole baby body where the baby feels comfortable, calm at the massage. Massage mechanisms can raise the baby's weight because the massaged baby has an increase in vagus nerve tone (the 10th brain nerve) which causes an increase in the enzyme absorption rate of gastrin and insulin, which causes the baby's appetite to increase which is why the weight of the massaged baby becomes faster Than not a massage. The research objective was to determine the effect of infant massage frequency to weight gain in infants aged 1-6 months Practice Midwife Lismarini Am.Keb Mandiri Palembang Year 2017. This study Analytical Survey conducted by using cross sectional approach. Samples used as many as 30 babies Sampling technique using Accidental Sampling technique. The statistical test Chi-Square with a limit of significance  $\alpha = 0,05$ . Hasil revealed that there were 19 infants (63.3%) who did the massage, and 11 infants (36.7%) were rarely do massage. Sleanjutnya there are 17 infants (56.7%) who gained weight and were 13 infants (43.3%) who did not gain weight, the statistical test Chi-Square  $p$  value = 0.027 a smaller value of  $\alpha = 0,05$  ( $p$  value  $\leq \alpha$ ). From the results of the study it can be concluded that the significant relationship between the frequency of infant massage to the baby's weight gain in Midwife Practice Mandiri Lismarini Am.Keb Palembang City Year 2017.*

**Keywords** : Weight gain, baby massage

**ABSTRAK**

Pijat bayi adalah sentuhan lembut ke seluruh tubuh bayi dimana bayi merasa nyaman, tenang pada saat dipijat. Mekanisme pijat dapat menaikkan berat badan bayi karena bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus *nervus vagus* (saraf otak ke-10) yang menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, yang menyebabkan nafsu makan bayi bertambah itulah sebabnya berat badan bayi yang dipijat menjadi lebih cepat naik dari pada yang tidak dipijat. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 1-6 bulan di Bidan Praktik Mandiri Lismarini Palembang Tahun 2017. Penelitian ini dilakukan secara *Survey Analitik* dengan menggunakan pendekatan *Cross sectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 30 bayi Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Uji statistik *Chi-Square* dengan batas kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan terdapat 19 bayi (63,3%) yang melakukan pijat, dan 11 bayi (36,7%) yang jarang melakukan pijat. Sleanjutnya terdapat 17 bayi (56,7%) yang mengalami kenaikan berat badan dan sebanyak 13 bayi (43,3%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan, hasil uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai  $p$  value = 0,027 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $p$  value  $\leq \alpha$ ). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ad hubungan yang bermakna antara frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di Bidan Praktik Mandiri Lismarini Am.Keb Kota Palembang Tahun 2017.

**Kata Kunci** : Kenaikan Berat Badan, Pijat Bayi

## PENDAHULUAN

Bayi adalah individu usia 0-12 bulan yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat disertai dengan perubahan dalam kebutuhan. Adapun pertumbuhan dan perkembangan bayi dibagi menjadi empat yaitu bagian yaitu, yang pertama sosial yang meliputi bagaimana bayi anda berinteraksi dengan wajah manusia dan suara, yang kedua yaitu bahasa yang meliputi perkembangan bahasa reseptif (seberapa baik bayi benar-benar mengerti) adalah ukuran yang lebih baik kemajuan dari perkembangan bahasa ekspresif (seberapa baik bayi benar-benar berbicara), yang ketiga yaitu, perkembangan motorik kasar meliputi memegang kepala mereka ke atas, duduk, berguling, dan, berjalan, yang terakhir yaitu meliputi perkembangan motorik halus koordinasi mata tangan, mencapai atau menggenggam, dan memanipulasi benda-benda (Nursalam, 2007).

Menurut Hidayat (2009) masa bayi merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak usia perkembangan bayi terbagi 2 yaitu, neonatus sejak lahir sampai usia 28 hari dan bayi dari usia 29 hari sampai 12 bulan, sedangkan menurut pendapat lain mengatakan bayi adalah anak usia 0-12 bulan setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya. Dimana pertumbuhan yang meliputi perubahan yang meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, pertumbuhan gigi dan, struktur tulang (Roesli, 2009).

Untuk mengetahui tumbuh kembang anak terutama pertumbuhan fisiknya digunakan parameter antropometri. Berat badan merupakan salah satu ukuran antropometri yang terpenting karena dipakai untuk memeriksa kesehatan anak pada semua kelompok umur. Karena pada usia bayi beberapa hari bayi akan mengalami penurunan berat badan sekitar 10% dari berat lahir hal ini disebabkan oleh keluarnya mekonium dan air seni yang belum diimbangi asupan yang mencukupi, misalnya produksi ASI yang belum lancar. Umumnya berat badan akan kembali normal pada hari ke-10 pada bayi sehat, kenaikan berat badan normal pada triwulan I sekitar 700-1000 gram/bulan, pada triwulan II sekitar 500-600

gram/bulan, triwulan III sekitar 350-450 gram/bulan, dan triwulan IV sekitar 250-350 gram/bulan (Hidayat, 2009).

Upaya pemerintah dalam bidang kesehatan yang telah dilakukan di berbagai tingkat pelayanan kesehatan, diantaranya Gerakan Nasional Bina Keluarga Balita Selain itu, upaya pemerintah untuk mencegah gangguan pertumbuhan pada bayi yaitu dengan pemberian ASI eksklusif, pemberian imunisasi pada bayi, pemenuhan gizi pada bayi, selain itu, upaya dalam mengoptimalkan perkembangan pada bayi dapat dilakukan dengan melakukan stimulasi secara optimal (Rohmah, 2011).

Saat ini berbagai terapi telah dikembangkan, baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengatasi masalah tidur bayi adalah dengan pijat bayi, pijat bayi adalah gerakan usapan lembut dan lambat pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, wajah, tangan, dan, punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsangan raba, rangsangan ini adalah yang paling penting dalam perkembangan. Sensasi sentuhan merupakan sensorik yang paling berkembang saat lahir (Riksani, 2012).

Pijat bayi bermanfaat untuk meningkatkan jumlah dan *sitotoksitas* dari system imunitas (sel pembunuh alami), merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, membantu relaksasi, mengurangi depresi dan ketegangan, meningkatkan kesiagaan, mengurangi rasa sakit, mengurangi kembung dan kolik, meningkatkan volume ASI, meningkatkan berat badan, meningkatkan pertumbuhan (Rizka, 2010).

Fenomena yang terjadi di masyarakat masih banyak ditemukan bayi ataupun anak yang kenaikan berat badanya belum optimal mencapai berat badan ideal sesuai anak. Berdasarkan RISKESDAS 2013 prevalensi berat kurang pada balita secara nasional pada tahun 2013 adalah 19,6% terdiri dari 5,7% gizi buruk dan 13,9% gizi kurang. Jika dibandingkan dengan angka prevalensi nasional tahun 2007 18,4% dan tahun 2010 17,9% terlihat meningkat perubahan terutama pada prevalensi gizi buruk yaitu 5,4% tahun 2007, 4,9% tahun 2010 5,3% tahun 2013. Diantara 33

provinsi di Indonesia 19 provinsi memiliki prevalensi gizi buruk-kurang di atas prevalensi nasional yaitu berkisar antara 21,2 % sampai dengan 33,1% Sumsel termasuk salah satu dari 19 provinsi yang memiliki prevalensi gizi buruk-kurang yaitu menempati urutan ke 18 (Hikmah,2010).

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui “Pengaruh Frekuensi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi 1-6 Bulan di Bidan Praktik Mandiri Lismarini Palembang Tahun 2017”

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Survey Analitik* dengan pendekatan *crosssectional*. Sampel penelitian ini adalah bayi yang berusia 1-6 bulan yang melakukan pijat bayi di BPM Lismarini Palembang Tahun 2017 berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Accidental sampling*. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat. Dengan menggunakan uji *Chi-Square*, dengan batas kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan frekuensi pijat bayi di Bidan Praktik Mandiri Lismarini Palembang Tahun 2017**

No	Frekuensi pijat bayi	Jumlah	
		Frekuensi	Persentase
1.	Sering	19	63,3
2.	Jarang	11	36,7
Jumlah		30	100

Dari tabel 1. diatas dapat dilihat bahwa dari 30 bayi yang melakukan pijat terdapat 19 bayi (63,3 %) yang sering melakukan pijat bayi dan sebanyak 11 bayi (36,7 %) yang jarang melakukan pijat bayi.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kenaikan berat badan bayi di Bidan Praktik Mandiri Lismarini Palembang Tahun 2017**

No	Kenaikan Berat bayi	Jumlah	
		Frekuensi	Persentase
1.	Naik	17	56,7
2.	Tidak	13	43,3
Jumlah		30	100

Dari tabel 2. diatas dapat dilihat bahwa dari 30 bayi, terdapat 17 bayi (56,7 %) yang mengalami kenaikan berat badan dan sebanyak 13 bayi (43,3 %) yang tidak mengalami kenaikan berat badan.

**Tabel 3. Pengaruh frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 1-6 bulan di Bidan Praktik Mandiri Lismarini Palembang Tahun 2017**

No	Frekuensi	Kenaikan Berat Badan Bayi				Jumlah	P Value
		Naik		Tidak			
		n	%	n	%		
1.	Sering	14	46,7	5	16,7	19	63,3
2.	Jarang	3	10,0	8	26,7	11	36,7
Jumlah		17	56,7	13	43,3	30	100

Dari tabel 3. diatas diketahui dari 19 bayi yang sering melakukan pijat bayi terdapat 14 bayi (46,7%) yang mengalami kenaikan berat badan dan terdapat 5 bayi (16,7%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan, sedangkan dari 11 bayi yang jarang melakukan pijat bayi, terdapat 3 bayi (10,0%) yang mengalami kenaikan berat badan dan terdapat 8 bayi (26,7%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan.

Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai *p value* = 0,023 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $p \text{ value} \leq \alpha$ ). Dengan demikian  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi.

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini dari 19 bayi yang sering melakukan pijat bayi, terdapat 14 bayi (46,7%) yang mengalami kenaikan berat badan dan terdapat 5 bayi (16,7%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan, sedangkan dari 11 bayi yang jarang melakukan pijat bayi, terdapat 3 bayi (10,0%) yang mengalami kenaikan berat badan dan terdapat 8 bayi (26,7%) yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Pada masa bayi dan balita sangat diperlukan rangsangan dan stimulasi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak agar anak berkembang secara optimal.

Dalam penelitian ini hasil uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai  $p$  value = 0,023 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $p$  value  $\leq \alpha$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa 20 bayi prematur (berat badan 1280 dan 1176 gram), mengalami kenaikan berat badan 20%-47% perhari lebih dari yang tidak dipijat (Rizka,2010). Pada penelitian lain yang berjudul pengaruh Pemijatan Terhadap Peningkatan berat badan bayi usia 1-3 bulan di Kelurahan Sumbersari Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, diketahui bahwa bayi yang dipijat selama 15 menit sebanyak 2 kali seminggu selama 6 minggu juga didapatkan kenaikan berat badan 50% yang lebih dari kontrol. Bayi-bayi yang dipijat selama 5 hari saja, daya tahan tubuhnya akan mengalami peningkatan sebesar 40% dibanding bayi-bayi yang tidak dipijat (Hikmah,2010).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan di klinik baby spa ananda ambarawa, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada frekuensi baby spa terhadap berat badan pada bayi usia 7-12 bulan di klinik baby spa ananda ambarawa dengan  $p$  value  $0,000 < \alpha$   $0,05$  yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara frekuensi baby spa dengan berat badan pada bayi usia 7-12 bulan (Roesli, 2008).

Menurut teori 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 (Riksani,2012).

Baby spa atau pijat bayi dianjurkan untuk dilakukan tidak terlalu sering, cukup satu minggu satu kali dan dilakukan secara teratur. Waktu yang dibutuhkan untuk baby spa sekitar 30-35 menit yang terdiri dari lamanya berenang dilakukan selama 10-15 menit dan waktu yang digunakan untuk pijat selama 15-20 (Soedjatmiko, 2006).

## KESIMPULAN

Ada pengaruh frekuensi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 1-6 bulan di Bidan Praktik Mandiri Lismarini, Am. Keb. Kota Palembang, dengan nilai  $p$ -value  $0,023 < 0,05$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- Hidayat, Aziz Alimul. 2009. *Ilmu Kesehatan Anak untuk Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hikmah, Ema. 2010. *Pengaruh Terapi Sentuhan Terhadap Suhu Dan Frekuensi Nadi Bayi Prematur Yang Dirawat Di Ruang Perinatologi RSUD Kabupaten Tangerang*. Thesis tidak diterbitkan. Depok : Fakultas Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Anak Universitas Indonesia.

- Nursalam, 2007. *Perkembangan Bayi*.  
<http://www.babys-grow.com>. di akses  
tanggal 03-04- 2017
- Riksani, Ria. (2012). *Cara Mudah dan Aman  
Pijat Bayi*. Jakarta : Dunia Sehat
- Rizka, A.A. 2010. *Pengantar Ilmu  
Keperawatan Anak Untuk Pendidikan  
Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Roesli, Utami. 2008. *Pedoman Pijat Bayi*,  
Cetakan Kesepuluh Edisi Revisi. Jakarta:  
PT. Trubus Agriwidya
- Roesli, Utami. 2009. *Pedoman Pijat Bayi (Edisi  
Revisi)*. PT. Trubus Agriwidya.  
Jakarta
- Rohmah, 2011 *Manfaat Pijat bayi*. Jakarta  
Timur :Wahyu Media.
- Soedjatmiko. 2006. *Pentingnya Stimulasi Dini  
Untuk Merangsang Perkembangan Bayi  
dan Balita Terutama pada Bayi Resiko  
Tinggi*. Sari Pediatri. Vol 8

