

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN

Bety Mayasari
(STIKES Dian Husada Mojokerto)

Dian Fitra Arismawati
(STIKES Dian Husada Mojokerto)

ABSTRAK

Pijat bayi merupakan terapi atau suatu pemijatan yang telah diketahui oleh manusia sejak lama, dilakukan secara periodik untuk memelihara kesehatan bayi yang dikenal sebagai teknik pijat bayi untuk mengekspresikan cinta dari ibu. Pijat bayi memiliki banyak manfaat seperti membantu bayi tidur nyenyak pada malam hari, relaks, mengembangkan kecerdasan dan kemampuan motorik maupun fungsi ginjal, pernafasan, sirkulasi darah dan system imun.

Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui adakah pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan di desa Kemasantani Kecamatan Gondang Kabupaten Mojokerto.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimental yang pra eksperimental, dengan metode pra-pasca tes dalam satu kelompok (one-group pra-post design). Dalam penelitian ini sampel diambil dengan teknik consecutive sampling, variabel dalam penelitian ini ada 2 yaitu variabel independent (variabel bebas) adalah pijat bayi dan variabel dependent (variabel tergantung) adalah peningkatan Berat Badan Bayi. Cara pengambilan data dengan menggunakan lembar observasi secara langsung kepada responden. Pengolahan data menggunakan uji statistic Chi Square (X^2). Hasil penelitian menunjukkan bahwa berat badan bayi pada kelompok perlakuan dan kelompok control sebelum dilakukan pijat adalah semua normal yaitu antara 2500 – 4000 gram, dan pada berat badan bayi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah dipijat meningkat. Dengan sebagian besar respondent mengalami peningkatam BB sebanyak 11,76 % atau 600 gram. Hasil uji T menunjukkan $p < \alpha$, dan artinya ada efek dari pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

Berdasarkan hasil penelitian, orang tua responden diharapkan untuk melakukan pijat bayi dengan teknik yang benar sehingga mereka bias mendapatkan keuntungan besar untuk kesehatan bayi mereka.

Kata Kunci : Pijat Bayi dan Berat Badan Bayi

PENDAHULUAN

Pemijatan pada bayi merupakan stimulasi tumbuh kembang pada bayi yang mempunyai banyak manfaat terhadap bayi diantaranya membuat bayi merasa nyaman, relaks, melancarkan peredaran darah, dan bayi merasa disayangi (Utami Roesli, 2007). Namun fakta di lapangan sebagian besar bayi tidak dipijat karena orang tua bayi tidak mengetahui teknik memijat yang benar, kebanyakan bayi dipijat pada saat sakit atau terjatuh dan tidak dilakukan orang tua tetapi dilakukan oleh orang yang dipercaya bisa memijat.

Beberapa Rumah Sakit di AS, Cina, Filipina, Hongkong, sudah memasukan pijat bayi ke dalam pelayanan kesehatan (Subakti, 2008). Penelitian T. Field & Scafidi dari Universitas Miami, menunjukkan bahwa 20 bayi prematur mengalami kenaikan berat badan 20% - 47% per hari setelah dipijat 3 x 15 menit selama 10 hari. Dinas kesehatan Kota Probolinggo tercatat sebesar 30 bayi (0-3 bulan) atau sebesar 25% telah dilakukan pemijatan pada bayi. Di posyandu Sukorame Kota Kediri saat ini sebesar 30 bayi usia (0-4 bulan) atau sebesar 70% telah dilakukan pijat bayi dirumah kader posyandu tersebut. Pemijatan ini sudah dilakukan sejak bulan Maret 2009. Di Rumah Bersalin Ida, Kota Boyolali tercatat 32 bayi atau sebesar 70% bayi yang dipijat oleh bidan tersebut. Sedangkan di klinik Kids Center Kota Mojokerto telah diadakan pijat bayi oleh fisioterapi dan tercatat sekitar 40 bayi atau sebesar 12% bayi yang dipijat dalam tiap bulan. Di Rumah bersalin Hikmah Kota Mojokerto berdasarkan wawancara dari 15 orang tua bayi, 10 atau (66%) belum mengetahui besarnya manfaat pijat bayi, sedangkan 5 orang tua atau (34%) sudah mengetahui besarnya manfaat pijat bayi dan sudah mempraktekan menurut mereka bayi yang dipijat tidurnya lebih pulas.

Ibu yang bayinya di pijat akan meningkatkan ikatan kasih sayang ibu dan bayinya, sedangkan bayi yang dipijat akan menyebabkan bayi cepat lapar, sehingga lebih sering menyusu. Produksi asi yang lancar dari ibu dan bayi yang sering menyusu akan mempercepat terjadinya penambahan berat badan pada bayi yang dipijat (Utami Roesli, 2007). Sentuhan pada kulit akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi gelombang oksigen yang lebih baik. Rasa nyaman akibat pijat akan meningkatkan kualitas tidur. Pada saat tidur sekitar 80% terjadi pertumbuhan otak dan fisik. Pada saat itu otak akan memproduksi hormon pertumbuhan. Pijat merangsang hormon tiroid yang berfungsi pada metabolisme protein, karbohidrat dan lemak. Meningkatnya tonus nervus vagus membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin naik sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik. Dengan demikian maka berat badan akan mengalami peningkatan (Irfan, 2008). Pengamatan terhadap bayi prematur yang diberi pijatan secara teratur setiap hari menunjukkan perkembangan fisik dan emosional yang lebih baik dari pada bayi-bayi yang tidak dipijat. Bayi cukup bulan usia 1 - 3 bulan yang dipijat mengalami kenaikan berat badan lebih tinggi dari bayi yang tidak dipijat (Diana, 2007). Sehingga bayi yang tidak dipijat sering didapati bayi rewel, tidur tidak nyenyak

dan malas menyusu akibatnya berat badan pun sulit untuk meningkat.

Begitu besar manfaat pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi terutama terhadap peningkatan berat badan pada masa awal setelah bayi dilahirkan seharusnya para orang tua melakukan pemijatan pada bayinya sesuai teknik yang benar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimental yang pra eksperimental, dengan metode pra-pasca tes dalam satu kelompok (*one-group pra-post design*). Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik consecutive sampling yang memenuhi kriteria. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Data yang diperoleh dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi yang ada di Wilayah Desa Kemasantani Kecamatan Gondang Mojokerto

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

1. Hasil Pengukuran Berat Badan Bayi Sebelum Dipijat Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol Berat badan bayi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum dipijat semua normal yaitu antara 2500 – 4000 gram.
2. Hasil Pengukuran Berat Badan Lahir Setelah Dipijat Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol. Berat badan bayi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mengalami peningkatan, sebagian besar responden mengalami peningkatan sebesar 11,76% atau 600 gram.
3. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan. Berdasarkan hasil uji T nilai p adalah 0,028 sedangkan nilai kemaknaan atau α adalah $< 0,05$. Karena nilai p lebih kecil dari pada nilai α ($p = 0,028 < \alpha = 0,05$) maka keputusan yang diambil adalah menolak H_0 dan menerima H_a . Berarti ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan.

Menurut Utami Roesli (2007) Ibu yang bayinya di pijat akan meningkatkan ikatan kasih sayang ibu dan bayinya, bayi yang dipijat akan menyebabkan bayi cepat lapar, sehingga lebih sering menyusu. Produksi asi yang lancar dari ibu dan bayi yang sering menyusu akan mempercepat terjadinya penambahan berat badan pada bayi yang dipijat. Karena pada kelompok kontrol peningkatan berat badan bayi hanya dipengaruhi oleh status gizi ibu pada saat kehamilan dan asupan gizi atau ASI setelah bayi lahir. Sedangkan kelompok perlakuan juga mendapat pengaruh dari pijatan dimana setelah mendapatkan pijatan bayi tersebut didapati merasa nyaman, dapat tidur nyenyak, peredaran darah lancar, sistem pencernaan juga baik, sehingga bayi cepat merasa lapar dan sering menyusu hal ini akan mempercepat peningkatan berat badan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol bayi yang mendapatkan pijatan kualitas dan kuantitas tidurnya lebih baik sehingga metabolisme makanan lebih cepat, bayi

akan lebih sering menyusu dan berat badan lebih cepat meningkatnya. Hasil pengukuran berat badan bayi setelah dipijat pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol semua mengalami peningkatan, namun sebagian besar responden mengalami peningkatan sebesar 11,76% atau 600 gram sehingga terdapat pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dengan hasil uji T berdasarkan $p = 0,028$. 1) Bagi Tenaga Kesehatan penting untuk diinformasikan dan diterapkan bahwa pemijatan adalah salah satu cara untuk meningkatkan berat badan bayi di berbagai pelayanan kesehatan baik di Rumah Sakit, Klinik, Puskesmas maupun di masyarakat. 2) Bagi Pendidikan Kesehatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemijatan efektif dalam meningkatkan berat badan bayi, maka penting dalam memberikan materi mengenai cara meningkatkan berat badan pada bayi dengan menggunakan teknik pemijatan. 3) Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat melanjutkan penelitian yang sejenis, tetapi pemijatan dilakukan pada waktu yang berbeda antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, agar dapat memperbesar jumlah sampel dalam penelitian tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Audrey. 2009. *Sentuhan Yang Menyehatkan*. Jakarta : <http://www.indonesia.com>.
- Alimul Azis, Hidayat .2003. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah I*. Jakarta : Salemba Medika.
- _____. 2005. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak I*. Jakarta : Salemba Medika.
- Bellamy. 2007. *Perkembangan Fisik Bayi*. Jakarta : <http://ctputih.blogspot.com>
- Cipto Suro. 2007. *Pertumbuhan Berat Badan Bayi*. Jakarta : www.info-bunda.com
- Departemen Kesehatan RI. 2005. *Klasifikasi Status Gizi Anak Bawah Lima*. Jakarta : www.depkesri.go.id
- Diana. 2007. *Ragam Manfaat Terapi Sentuh bagi Bayi*. Jakarta : <http://www.gayahidupsehatonline.com>.
- lis. 2007. *Tinggi, Kasus Bayi Premature di Indonesia*. Jakarta : <http://www.pdpersi.co.id>.
- Irfan. 2008. *Tata Cara Memijat Bayi*. Jakarta : <http://www.republika.co.id>.
- Jumari. 2003. *Pijatan Bayi Penting bagi Pertumbuhan*. Jakarta : <http://www.sriwijaya.post.com>.
- Lisa. 2008. *Manfaat Pijat Bayi*. Jakarta : <http://www.pontianakpost.com>.
- Murjito. 2007. *Pijat Bayi*. Jakarta : <http://rsjlawang.com>.
- Notoadmodjo, S. 2003. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- _____. 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prof. Moore. 2012. *Faktor Yang Mempengaruhi Berat Badan Bayi*. Jakarta. <http://parenting.lintas>.
- Roesli, Utami. 2007. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta : Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.

- Rosalina, I. 2007. *Fisiologi Pijat Bayi*. Bandung :Triaksa Multi Media dan Johnson & Johnson Indonesia.
- Sri Kardjati. 2005. *Pertumbuhan Berat Badan Bayi*. Jakarta :[www. Info-Bunda.com](http://www.Info-Bunda.com)
- Sugiyono. 2000. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung :Cv. Alfa Beta.
- WHO. 2007. *Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi* : Geneva