

Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Ruang Perinatologi RSUD Inanta Kota Padangsidempuan

Sri Sartika Sari Dewi¹, Delfi Ramadhini², Yulinda Aswan³

^{1,2,3}Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan Indonesia

Email: srisartikasariidewi@gmail.com

Submitted : 21/10/2020

Accepted: 06/01/2021

Published: 06/03/2021

Abstract

The growth and development period of a baby is a golden period as well as a critical period for a person's development, namely the age of 0-12 months. It is said that the critical period is because at this time babies are very sensitive to the environment and need good nutrition and stimulation for their growth and development. Stimulation or stimulation can be done through massage which is useful to stimulate all the work of the sensory and motor systems. Massage in babies will also stimulate the vagus nerve to increase intestinal peristalsis, so that gastric emptying is faster and will stimulate the baby's appetite to eat more heartily in sufficient quantities. On the other hand, baby massage can also improve blood circulation and increase cell metabolism, so that the baby's weight will increase. The purpose of this study was to identify the effectiveness of infant massage in increasing infant weight. This research uses qualitative research with a quasi-experimental design. The number of samples in this study were 22 people in the intervention group. Sampling was done using accidental sampling. This research was conducted in the Perinatology Room of Inanta Hospital, Padangsidempuan City. Data analysis using *t*-dependent test. The results of the statistical test showed that the value of $p = 0.000$, it can be concluded that there is a significant difference in the baby's body weight before and after the massage in the intervention group. From the results of this study, it is known that baby massage is very effective in increasing the baby's weight. so that baby massage can also be used as an intervention in midwifery care for babies so that the baby's growth and development can be achieved optimally.

Keywords: baby massage, baby weight

Abstrak

Masa tumbuh kembang bayi merupakan masa keemasan (golden period) sekaligus masa kritis perkembangan seseorang yaitu usia 0-12 bulan. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Stimulasi atau rangsangan bisa dilakukan melalui pemijatan yang berguna untuk merangsang semua kerja sistem sensorik dan motorik. Pemijatan pada bayi juga akan merangsang nervus vagus meningkatkan peristaltik usus, sehingga pengosongan lambung lebih cepat dan akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Disisi lain pijat bayi juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan desain *quasi eksperimen*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 22 orang pada kelompok intervensi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *accidental sampling*. Penelitian ini dilakukan di Ruang Perinatologi RSUD Inanta Padangsidempuan. Analisa data menggunakan uji *t*-dependent. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p= 0.000$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan berat badan bayi sebelum dan setelah dipijat pada kelompok intervensi. Dari hasil penelitian ini, diketahui bahwa pijat bayi sangat efektif dalam meningkatkan berat badan bayi. sehingga pijat bayi dapat digunakan juga sebagai intervensi dalam asuhan kebidanan pada bayi agar tumbuh kembang bayi bisa tercapai dengan optimal.

Kata kunci: berat badan bayi, pijat bayi

PENDAHULUAN

Pijat bayi adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia yang paling populer. Pijat bayi telah lama dilakukan hamper di seluruh dunia, mempertahankan perasaan aman pada bayi. Laporan tertua tentang seni pijat untuk pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran zaman mesir kuno, Ayur- Veda buku kedokteran tertua di India (sekitar 1800 sebelum Masehi) yang menuliskan tentang pijat, diet dan olahraga sebagai cara penyembuhan utama masa itu. Sekitar 5000 tahun yang lalu para dokter di cina dari Dinasti Tang juga meyakini bahwa pijat adalah salah satu 4 teknik pengobatan penting (Roesli, 2008).

Pemerintah telah memberikan perhatian terhadap bayi melalui peran bidan sendiri yang tertuang dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007. Tentang Standar Profesi Bidan yang menyebutkan bahwa bidan mempunyai kewenangan untuk melaksanakan pemantauan dan menstimulasi tumbuh kembang bayi dan anak. Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang selama ini dilakukan adalah pijat bayi (Kepmenkes RI, 2007). Pemijatan pada bayi juga akan merangsang nervus vagus. Saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus, sehingga pengosongan lambung lebih cepat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Selain itu nervus vagus juga dapat memacu produksi enzim pencernaan makanan maksimal. Disisi lain pijat bayi juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat (Health and Bainbridge, 2009).

Pelaksanaan pijat bayi di Indonesia khususnya di masyarakat desa masih dipegang oleh dukun bayi. Selama ini pemijatan tidak hanya dilakukan bila bayi

sehat, tetapi juga pada bayi sakit atau rewel dan sudah menjadi rutinitas perawatan bayi setelah lahir. Menurut Sari (2004, dalam Prasetyono, 2009). Pijat bayi sebagai salah satu bentuk bahasa sentuhan ternyata memiliki efek yang positif untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, para pakar telah membuktikan bahwa terapi sentuh dan pijat menghasilkan perubahan psikologi yang menguntungkan berupa peningkatan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, dan kecerdasan emosi yang lebih baik (Roesli, 2008 dalam Prasetyono, 2009).

Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuh dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi. Penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi memperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol kenaikan berat badan sebesar 6,16%, sedangkan pada kelompok yang dipijat 9,44% (Kurnia, 2009, dalam Prasetyono, 2009).

Dari hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di ruang perinatologi RSUD Inanta Kota Padangsidempuan pada tanggal 29 Juli 2019 peneliti mendapatkan informasi dari kepala ruangan perinatologi bahwa pijat bayi tidak pernah dilakukan pada bayi baru lahir. Perawatan yang dilakukan hanya memandikan dan membersihkan tali pusat. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan bBayi Di Ruang Perinatologi RSUD Inanta Kota Padangsidempuan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan desain *quasi*

eksperimen, untuk mengetahui efektifitas pijat bayi terhadap berat badan bayi.

Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 22 orang pada kelompok intervensi, dengan metode pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Penelitian ini dilakukan di Ruang Perinatologi RSUD Inanta Padangsidimpuan. Analisa data univariat dan bivariat dengan menggunakan bantuan program SPSS. Analisa data bivariat menggunakan uji-*dependent*.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi, yang berisi tentang data demografi, yaitu usia bayi, berat badan bayi waktu lahir, anak ke dalam keluarga. Selanjutnya untuk mengobservasi peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan yaitu dengan menggunakan timbangan berat badan *BabyScale Sella* yang sudah terstandarisasi dan sudah digunakan untuk menimbang berat badan bayi secara berulang yang sebelumnya sudah ditera (skala 0) untuk mendapatkan hasil yang sama.

Pijat bayi dilakukan 1 kali sehari dalam 15 menit selama 10 hari dan peningkatan berat badan bayi diobservasi selama 10 hari. Dalam memberikan pemijatan peneliti bekerjasama dengan anggota peneliti. Terlebih dahulu peneliti mengajarkan tata cara pijat bayi kepada anggota peneliti. Setelah 10 hari dilakukan penimbangan kembali terhadap kelompok intervensi untuk mengetahui berat badan bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik data demografi bayi di ruang perinatologi seperti yang terlihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Data

Demografi Bayi Di Ruang Perinatologi RSUD Inanta (n=22)

No	Karakteristik	Responden	
		Mean	SD
1	Berat badan lahir	1745 gr	283.1
2	Anak ke	2	1.12
3	Usia	2 hari	1.4

Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa rata-rata berat badan lahir responden pada kelompok intervensi adalah 1745 gr dengan standar deviasi 283.1. Berdasarkan urutan anak dalam keluarga rata-rata responden adalah anak ke 2 dengan standar deviasi 1.12. Berdasarkan usia rata-rata usia responden adalah hari dengan standar deviasi 1.4.

Tabel 2. Distribusi Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pemijatan di Ruang Perinatologi RSUD Inanta (n=22)

No	Variabel	Kelompok Intervensi	
		Mean	SD
1	Berat badan responden sebelum dipijat	1768 gr	256.12
2	Berat badan responden setelah dipijat	2128 gr	251.55

Berdasarkan tabel 2. rata-rata berat badan bayi sebelum dipijat pada kelompok intervensi adalah 1768 gr dengan standar deviasi 256.12 dan rata-rata berat badan bayi setelah dipijat adalah 2128 gr dengan standar deviasi 251.55.

Analisa Bivariat

Analisa ini digunakan untuk menguji efektifitas pijat bayi dalam meningkatkan berat badan bayi. Untuk uji *t-dependent* dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pemijatan di Ruang Perinatologi RSUD Inanta (n=22)

No	Variabel	Mean	SD	Perbedaan		P value
				Mean	SD	
1	Berat badan responden sebelum dipijat	1768 gr	256.12			0.000
2	Berat badan responden Setelah dipijat	2128 gr	251.55	360 gr	112.328	0.000

Berdasarkan tabel 3. diperoleh rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pemijatan adalah 1768 gr dengan standar deviasi 256.12 dan rata-rata berat badan bayi setelah dipijat adalah 2128 gr dengan standar deviasi 251.55. Terlihat perbedaan mean sebelum dipijat dan setelah dipijat adalah 360 gr dengan standar deviasi 112.328. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p= 0.000$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan berat badan bayi sebelum dan setelah dipijat pada kelompok intervensi.

Interpretasi dan diskusi hasil

Hasil penelitian data demografi responden didapat rata-rata berat badan responden adalah 1745 gr dengan standar deviasi 283.1, rata-rata anak ke 2 dengan standar deviasi 1.12 dan rata-rata usia responden 2 hari dengan standardengan standar deviasi 251.55, Selanjutnya hasil uji statistik *t-dependent* diperoleh kesimpulan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan dengan taraf signifikan 0.000($P<0.05$).

Oleh karena itu, penelitian ini sesuai dengan pernyataan bahwa ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuh dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi (Dasuki, 2003, dalamPrasetyono,2009).

Demikian juga, penelitian di Australia yang di ungkapkan oleh Lana Kristiane F.Flores membuktikan bahwa bayi yang depresi dan ketenangan, membuat bayi tidur lelap, mengurangi rasa sakit,

dipijat oleh orang tuanya akan mempunyai kecenderunganpeningkatan berat badan, hubungan emosional, dan sosial yang lebih baik (Roesli, 2001, dalam Prasetyono, 2009).

Menurut Roesli (2001) Pijat bayi adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia serta telah dipraktikkan sejak berabad-abadtahunsilam secaraturun temurun oleh dukun bayi.

Roesli (2001) mengatakan, para pakar dewasa ini telah dapat membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuh khususnya pijat bayi, ternyata bermanfaat. Pijat bayi terbukti dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan, yang dapat diukur secara ilmiah. Pengukuran secara ilmiah ini antara lain dengan cara mengukur kadar *cortisol* ludah, kadar *cortisol* plasma secara *radioimmunoassay*, kadar hormon stres atau *catecholamine* air seni, dan pemeriksaan EEG (*electroencephalogram*). Dampak biokimia yang positif yang terjadi pada bayi prematur yang dipijat adalah penurunan kadar hormon stres dan penigkatan kadar zat daya tahan tubuh terutama IgG, IgA dan IgM. Sedangkat dampak klinis yang positif adalah peningkatan jumlah sel daya racun dari sistem imunitas, mengubah gelombang otak secara positif, memperbaiki sirkulasi darah dan pernafasan, merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, meningkatkan berat badan, mengurangi

mengurangi kembung dan sakit perut, meningkatkan hubungan orang tua dan bayi, meningkatkan volume air susu ibu.

Adapun manfaat pijat bayi secara umum adalah kekuatan dan kelenturan pikiran, tubuh dan emosi dapat ditingkatkan, tidur dapat berkualitas, restrukturisasi tulang, otot dan organ yang dapat dibantu, cedera lama dan baru dapat disembuhkan, konsentrasi dan ingatan dapat ditingkatkan (Gichara, 2006).

Selain manfaat diatas, terdapat manfaat lain seperti adalah meningkatkan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lebih lelap, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, meningkatkan produksi ASI (Roesli, 2001).

Dari hasil penelitian ini terlihat perbedaan peningkatan berat badan bayi yang dipijat dan yang tidak dipijat, yang mana diperoleh hasil bahwa terjadi kenaikan berat badan bayi sebesar 8,52%.

Penelitian ini juga, di dukung dengan penelitian T.Field dan Scafidi (1986 dan 1990, dalam Roesli, 2008, hal 12) yang menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur (berat badan 1.280 dan 1.176 gr), yang dipijat selama 3 kali 15 menit selama 10 hari, terjadi kenaikan berat badan 20% - 47% per hari, lebih dari yang tidak dipijat.

SIMPULAN

Hasil penelitian, dari karakteristik responden diperoleh rata-rata berat badan lahir responden adalah 1754 gr, rata-rata urutan anak dalam keluarga anak ke 2, dan berusia 2 hari dan. Sebelum dilakukan pemijatan rata-rata berat badan bayi adalah 1768 gr dengan standar deviasi 256.12. Setelah dilakukan pemijatan diperoleh rata-rata berat badan bayi adalah 2128 gr dengan standar

deviasi 251.55. Nilai rata-rata perbedaan antara sebelum dan setelah dipijat adalah 360 gr dengan standar deviasi 112.328. Hasil uji statistik diperoleh nilai $P=0.000$. Maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan pada berat badan sebelum dan setelah dilakukan pemijatan.

SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemijatan memberikan manfaat untuk meningkatkan berat badan bayi di Ruang Perinatologi RSUD Inanta Kota Padangsidimpuan. Oleh karena itu, penting untuk diinformasikan dan diterapkan bahwa pemijatan adalah salah satu intervensi non-farmakologi untuk meningkatkan berat badan bayi di berbagai tatanan pelayanan kesehatan baik di Rumah Sakit, Klinik, Puskesmas maupun dimasyarakat. Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat melanjutkan penelitian yang sejenis, tetapi pemijatan dilakukan pada kelompok yang berbeda yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, agar diperoleh hasil yang lebih efektif serta dapat memperbesar jumlah sampel dalam penelitian tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Chapman, V. (2006). *Asuhan Kebidanan Persalinan & Kelahiran*. Jakarta: EGC
- Field, T & Scafidi (1986 & 1990) dalam Roesli, U. (2008). *Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Gichara, J. (2006). *Manfaat Pijat Untuk Ibu Hamil, Pasca Melahirkan & Bayi*. Jakarta: Paps Sinar Sinanti.
- Johnson, R & Taylor, W. (2005). *Buku Ajar Praktik Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Kartika. (2008). *Sehat Setelah Melahirkan*. Sidewayah-Klaten: Kawan Kita

- Kurnia, S. Nova. (2009). *Menghindari Gangguan Saat Melahirkan & Panduan Lengkap Mengurus Bayi*. Yogyakarta : Panji Pustaka
- Maryunani, A. (2009). *Asuhan Kegawatdaruratan Dan Penyulit Pada Neonatus*, Jakarta: Trans Info Media.
- Prasetyono, D.S. (2009). *Teknik-Teknik Tepat Memijat Bayi Sendiri*. Yogyakarta: Diva Press.
- Roesli, U. (2008). *Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Subakti, Y. (2008). *Keajaiban Pijat Bayi & Balita*. Jakarta: PT. Wahyu Media.
- Surasmi, A. (2003). *Perawatan Bayi Resiko Tinggi*, Jakarta: EGC.