

# PENGARUH TERAPI PIJAT TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI

Tri Sasmi Irva<sup>1</sup>, Oswati Hasanah<sup>2</sup>, Rismadefi Woferst<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Riau  
Email: [trisasmi@gmail.com](mailto:trisasmi@gmail.com)

## Abstract

*The purpose of this research was to determine the effect of massage therapy to improve baby's weight. The design of this study was quasy experimental with pre test and post test control group approach which divided into experimental group and control group. The samples of this study were 34 babies which aged 1-3 months in Pekanbaru by using purposive sampling method. Baby massage was implemented by mothers twice a day (morning & afternoon) in experimental group in 2 weeks. The analyze used in this study were univariate and bivariate with Mann-whitney and Wilcoxon test. The result showed a significant different in babies weight between experimental and control group ( $p= 0,01 < 0,05$ ) with 700 grams increases in baby's weight which mean that massage therapy had effect to improve baby's weight. This research recommended that massage therapy could be applied by mothers in daily living.*

*Keyword: baby, massage therapy, weight gain.*

## PENDAHULUAN

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh atau peningkatan jumlah dan ukuran sel yang dapat diukur dengan mudah seperti berat badan dan tinggi badan (James & Aswill, 2007). Menurut Moersintowati, dkk (2002) pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh karena adanya multiplikasi sel-sel dan juga bertambah besarnya sel yang bisa diukur secara kuantitatif seperti penambahan ukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkaran kepala.

Multiplikasi sel terprogram secara genetik dan dapat terjadi di seluruh tubuh, seperti peningkatan jumlah neuron, mielinisasi serabut saraf, pemanjangan otot, dan peningkatan berat badan. Multiplikasi sel mempengaruhi perkembangan yang disebabkan karena adanya perubahan fisik dalam kompleksitas struktur tubuh yang mengakibatkan seorang anak dapat berfungsi pada tingkat yang semakin tinggi (James & Ashwill, 2007). Hal ini yang menjelaskan bahwa pertumbuhan berpengaruh secara langsung dan tidak langsung terhadap perkembangan bayi.

Peningkatan dan penurunan berat badan harus diperhatikan pada saat bayi (Mansur, 2009). Berat badan yang meningkat mengindikasikan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang adekuat, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik (Depkes RI, 2006). Dengan zat gizi yang adekuat dapat memperlancar proses pertumbuhan yang seimbang untuk pengangkutan oksigen dan nutrisi agar sel-sel dapat tumbuh untuk

menjalankan fungsinya dengan normal (Hardiko, 2007).

Kenaikan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan apabila anak mendapat gizi yang baik yaitu dari bayi lahir sampai 6 bulan pertama penambahan berat badan setiap minggu 140-200 gram. Berat badan bayi menjadi 2 kali lipat berat badan lahir pada akhir 6 bulan pertama. Sedangkan pada umur 6-12 bulan penambahan berat badan setiap minggu berkisar antara 85-400 gram. Berat badan akan meningkat sebesar 3 kali berat badan lahir pada akhir tahun pertama (Wong, Hockenberry, Wilson, Perry, & Lowdermilk, 2003; Hidayat, 2008).

Saat umur 1-3 bulan bayi juga membutuhkan dekapan, sentuhan dan buaian orang tuanya terutama sang ibu (Dewi, 2013). Sentuhan merupakan salah satu jenis stimulasi. Hal ini dikemukakan oleh Widyastuti dan Widayani (2008) dimana jenis-jenis stimulasi dapat berupa stimulasi visual, pendengaran, kinetik dan sentuhan. Stimulasi sentuhan yang selama ini diberikan masyarakat kepada anaknya adalah dengan sentuhan atau pijat.

Dewasa ini, para ahli telah dapat membuktikan secara ilmiah tentang apa yang telah lama dikenal manusia, yaitu terapi sentuh dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terhadap perubahan fisiologis bayi apalagi dilakukan sendiri oleh ibu bayi. Ibu adalah orang tua paling dekat dengan bayi, dimana pijatan ibu kepada bayinya adalah sapuan lembut pengikat jalinan kasih sayang. Kulit ibu adalah kulit yang paling awal dikenali oleh bayi (Aminati, 2013). Sentuhan dan

pijatan yang diberikan ibu adalah bentuk komunikasi yang dapat membangun kedekatan ibu dengan bayi dengan menggabungkan kontak mata, senyuman, ekspresi wajah. Jika stimulasi sering diberikan, maka hubungan kasih sayang ibu dan bayi secara timbal balik akan semakin kuat (Dewi, 2010).

Jumlah bayi di Indonesia 4.372.600 jiwa dari 21.805.008 balita atau 20,05% (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2012, jumlah bayi dan balita yaitu sebanyak 10.185 jiwa, dimana jumlah bayi dan balita perempuan yaitu 5.008 jiwa, sedangkan jumlah bayi dan balita laki-laki yaitu 5.177 jiwa. Dari tahun 2012 sampai September 2013 terjadi peningkatan jumlah bayi dan balita yang mencapai 12.454 jiwa. Wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya memiliki jumlah bayi dan balita cukup besar. Di wilayah ini pada tahun 2012 sampai September 2013 tercatat 1.247 bayi dari 2.491 balita yang ada (Puskesmas Harapan Raya, 2013). Rata-rata peningkatan berat badan bayi yang menimbang di Posyandu Wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya yaitu 8 dari 12 bayi berat badannya tidak mencapai angka standar normal menurut teori. Dimana rata-rata peningkatan berat badan bayi 8 dari 12 bayi yaitu 200-500 gram tiap bulan. Sedangkan 4 bayi yang lainnya mengalami peningkatan yang normal yaitu berkisar antara 800-1000 gram tiap bulannya.

Sebagian besar ibu yang telah melahirkan tidak tahu manfaat dan cara memijat bayinya. Penyebabnya karena tidak tahu manfaat dan cara melakukannya, dan juga takut terjadi masalah dengan bayinya jika salah memijat (Jenny, 2006). Studi pendahuluan pada 20 September 2013 telah dilakukan peneliti kepada 4 orang ibu yang membawa bayinya ke salah satu posyandu di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya tentang pengalaman pijat pada bayi mereka. Keempat ibu mengatakan bahwa bayinya dipijat apabila ketika demam, sakit, sering rewel, dan ketika tidak enak badan pada tukang urut tradisional yang dipercayainya. Berdasarkan data yang didapat dari salah satu posyandu wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya bahwa berat badan bayi yang ditimbang tidak mencapai angka standar normal menurut teori. Sedangkan Ibu yang mempunyai bayi yang mengikuti posyandu mengatakan bayinya dipijat ketika demam, sakit, sering rewel, dan tidak enak badan. Ibu bayi mengatakan tidak pernah melakukan pijat sendiri terhadap bayinya,

ibu langsung membawa bayi ke tempat urut tradisional yang dikenalnya. Sehingga tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode *Quasy Ekspeiment* dengan *pre test* dan *post test control group design*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas (posyandu) Harapan Raya Pekanbaru dan pemijatan dilakukan dirumah responden. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi yang berusia 1-3 bulan pada bulan April sampai Juli 2014. Kelompok eksperimen 17 bayi dan kelompok kontrol 17 bayi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan cara menggunakan *Non Probability Sampling* yaitu jenis teknik *Purpossive Sampling*.

Setiap subjek yang memenuhi kriteria inklusi peneliti langsung meminta *inform consent* dan melakukan proses pengumpulan data dengan cara pengukuran langsung kepada responden (*pre test*) yaitu mengukur berat badan bayi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan timbangan bayi OneMed dengan akurasi pengukuran 0,05 kg untuk 0-10 kg dengan kapasitas maksimalnya 20 kg. Peneliti dibantu oleh 3 asisten peneliti yaitu mahasiswa S1 keperawatan UR.

Pada tahap pelaksanaan terapi pijat peneliti meminta responden pada kelompok eksperimen untuk membuat kontrak pertemuan dengan peneliti dan asisten peneliti untuk memberikan informasi dan demonstrasi terapi pijat melalui panduan (lembar balik dan *leaflet*) terapi pijat bayi sebanyak 2 kali pertemuan selama 30 menit sampai ibu bisa melakukan terapi pijat kepada bayinya dengan benar. Setiap asisten peneliti melakukan edukasi, dan mengontrol 4 orang responden eksperimen dan peneliti melakukan edukasi, dan mengontrol 5 orang responden eksperimen. Demonstrasi yang dilakukan peneliti menggunakan boneka bayi sebagai media untuk memijat, sedangkan ibu langsung mendemonstrasikan kepada bayinya dengan sama-sama melihat panduan terapi pijat bayi (lembar balik).

Ibu bayi mendapatkan lembar observasi penelitian, dimana orang tua wajib mengisi lembar tersebut dan mengikuti instruksi mengenai terapi pijat yang diberikan kepada bayinya selama 2x15 menit dalam satu hari (pagi dan sore hari) selama 2 minggu. Pada saat mengunjungi rumah responden,

peneliti dan asisten peneliti menanyakan kendala dalam melakukan pemijatan, dan peneliti memberikan kesempatan kepada orang tua untuk bertanya mengenai kondisi bayinya. Pada saat bertepatan dengan waktu pemijatan, peneliti melihat ibu melakukan terapi pijat kepada bayinya, dan memperbaiki kesalahan-kesalahan cara pemijatan.

Pada tahap *post test* peneliti mengukur kembali berat badan bayi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil pengukuran ini dilakukan pada kelompok eksperimen setelah ibu responden melakukan terapi pijat kepada bayinya selama 2 x 15 menit (pagi dan sore) dalam 2 minggu. Sedangkan pada kelompok kontrol setelah 2 minggu penelitian, peneliti mengukur berat badan bayi dan memberikan edukasi dan pengajaran tentang terapi pijat bayi dengan menggunakan lembar balik dan *leaflet*.

Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian yang telah dilakukan pada bulan April sampai Juni 2014. Adapun hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

### 1. Analisa Univariat

#### Tabel 1.

*Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Umur (n=34)*

Umur	Jumlah	Persentase
1 bulan	16	47,1
2 bulan	11	32,4
3 bulan	7	20,6
Jumlah	34	100,0

Pada tabel 1 diketahui bahwa dari total 34 responden bayi yang diteliti, didapatkan hasil mayoritas responden berumur 1 bulan yaitu 16 orang (47,1%).

#### Tabel 2.

*Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin (n=34)*

Jenis kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	19	55,9
Perempuan	15	44,1
Jumlah	34	100,0

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa dari 34 responden, mayoritas responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 19 orang (55,9%).

#### Tabel 3.

*Distribusi berat badan sebelum (pre test) dan sesudah (post test) pada kelompok eksperimen dan kontrol*

Kelompok	Jumlah	Pre test		Post test	
		Median	Min-Maks	Median	Min-Maks
- Eksperimen	17	4900	3400-5800	5600	4200-6400
- Kontrol	17	4000	3400-5000	4500	3900-5500

Berdasarkan tabel 3 distribusi *median* berat badan bayi sebelum diberikan terapi pijat pada kelompok eksperimen sebesar (4900) dengan minimum-maksimum 3400-5800. Distribusi *median* berat badan bayi sesudah diberikan terapi pijat pada kelompok eksperimen lebih tinggi (5600) dengan minimum-maksimum 4200-6400 dari pada *median* berat badan bayi pada kelompok kontrol (4500) dengan minimum-maksimum 3900-5500.

### 2. Analisa Bivariat

#### Tabel 4.

*Homogenitas karakteristik responden pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol*

Karakteristik	Kelompok eksperimen		Kelompok kontrol		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%
Umur responden:						
1 bulan	8	47,1	8	47,1	16	47,1
2 bulan	5	29,4	6	35,3	11	32,4
3 bulan	4	23,5	3	17,6	7	20,6
Jumlah	17	100	17	100	34	100
Jenis kelamin:						
Laki-laki	11	67,7	8	47,1	19	55,9
Perempuan	6	35,3	9	52,9	15	44,1
Jumlah	17	100	17	100	34	100

Berdasarkan tabel 4 di atas, dari hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* dan *kolmogorov-smirnov* untuk melihat homogenitas antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil yang didapatkan pada tabel 4 adalah kedua karakteristik responden seperti umur dengan *p value* 1,000, dan jenis kelamin dengan *p value*

0,491 ( $p \text{ value} > 0,05$ ) antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak ada perbedaan yang signifikan. Hal ini berarti karakteristik responden antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah homogen.

**Tabel 5.**  
*Tabel uji homogenitas pre test pada kelompok eksperimen dan kontrol*

Skor berat badan bayi sebelum diberikan terapi pijat	Jumlah	Median	p value
- Kelompok eksperimen	17	4900	0,179
- Kelompok kontrol	17	4000	

Berdasarkan tabel 5 di atas, dapat dilihat *median pre test* pada kelompok eksperimen sebesar 4900 dan sebesar 4000 pada kelompok kontrol. Hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji *t independent* diperoleh  $p \text{ value} = 0,179$  ( $p > 0,05$ ), berarti berat badan bayi pada kelompok eksperimen dan kontrol sebelum diberikan terapi pijat adalah homogen.

Setelah dilakukan uji normalitas dan didapatkan distribusi data tidak normal, maka dilakukan uji alternatif uji t tidak berpasangan yaitu dengan uji *Mann-Whitney* dan uji t berpasangan yaitu dengan uji *Wilcoxon*. Kemudian angka yang diambil untuk uji alternatif adalah *median* karena jika distribusi data tidak normal, dianjurkan untuk memilih median sebagai ukuran pemusatan dan minimum-maksimum sebagai ukuran penyebaran (Dahlan, 2011).

**Tabel 6.**  
*Perbedaan berat badan bayi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan terapi pijat*

Variabel	Jumlah	Median	Min-Maks	p value
<i>Post test</i>				
- Kelompok eksperimen	17	5600	4200-6400	0,01
- Kelompok kontrol	17	4500	3900-5500	

Berdasarkan tabel 6, didapatkan *median* berat badan bayi pada saat dilakukan *post test* pada kelompok eksperimen adalah (5600) dengan minimum-maksimum (4200-6400), sedangkan

pada kelompok kontrol didapatkan *median* (4500) dengan minimum-maksimum (3900-5500). Hasil uji alternatif *Mann-Whitney* didapatkan pada kelompok eksperimen dan kontrol  $p \text{ value}$  sebesar 0,01 ( $p < 0,05$ ) berarti ada pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi.

**Tabel 7.**  
*Perbedaan berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi terapi pijat*

Variabel	Jumlah	Median	Min-Maks	p value
Kelompok eksperimen				
- <i>Pre test</i>	17	4900	3400-5800	0,00
- <i>Post test</i>	17	5600	4200-6400	

Berdasarkan tabel 7 di atas, didapatkan *median* perbedaan berat badan bayi pada kelompok eksperimen pada saat *pre test* adalah (4900) dengan minimum-maksimum (3400-5800), sedangkan pada *post test* didapatkan median (5600) dengan minimum-maksimum (4200-6400). Hasil uji alternatif *Wilcoxon* didapatkan pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan berat badan bayi sebesar 700 gram setelah dilakukan pemijatan selama 2 minggu dengan  $p \text{ value}$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang bermakna adanya peningkatan yang signifikan antara *median* berat badan bayi sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi pijat bayi.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik responden

#### a. Umur

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 1-3 bulan diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 1 bulan sebanyak (47,1%). Menurut WHO, usia bayi pada beberapa bulan pertama kehidupannya yakni usia 1 sampai dengan 6 bulan merupakan tahap usia yang sangat penting bagi bayi, karena pada usia ini bayi memerlukan makanan yang bergizi tinggi untuk mencapai tingkat pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal.

#### b. Jenis kelamin

Hasil analisa terhadap keseluruhan responden yang diteliti dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 55,9% (19 responden). Masa paku tumbuh (*growth spurt*) pada laki-laki lebih besar dibanding dengan anak perempuan (Widyastuti & Widyani, 2009). Menurut Sacharin (1996)

bayi perempuan yang lahir cukup bulan lebih ringan sekitar 14 gram dibandingkan dengan anak laki-laki yang lahir cukup bulan. Satoto (1990) dalam penelitiannya memperlihatkan bahwa anak laki-laki cenderung memiliki tumbuh kembang yang lebih baik dibanding anak perempuan karena pengaruh perilaku ibu dan keluarga dalam mengasuh anak, khususnya dalam mengasuh anak, khususnya dalam memberikan prioritas makanan bergizi dan kesehatan.

2. Peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Berdasarkan tabel 5, dapat dilihat bahwa *median* berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum diberikan terapi pijat adalah 4900, sedangkan *median* pada kelompok kontrol adalah 4000. Hal ini sejalan dengan penelitian Sunarsih (2010) berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden kelompok eksperimen berat badan sebelum pemijatan menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai berat badan antara 4010-5000 gram dengan jumlah 6 bayi yaitu dengan persentase 40%.

Sedangkan *median* berat badan bayi pada kelompok eksperimen sesudah diberikan terapi pijat adalah 5600, sedangkan *median* pada kelompok kontrol adalah 4500. Hal ini menunjukkan bahwa *median* peningkatan berat badan setelah dilakukan terapi pijat menjadi lebih meningkat baik pada kelompok eksperimen maupun pada kelompok kontrol. Hal ini sesuai dengan teori Nursalam, Susilaningrum, & Utami (2005) pada usia bayi 0-10 hari, berat badan bayi akan mengalami penurunan yang sifatnya normal, yaitu sekitar 10% dari berat badan lahir. Hal ini disebabkan karena keluarnya *meconium* dan air seni yang belum diimbangi asupan yang mencukupi, misalnya produksi ASI yang belum lancar. Umumnya, berat badan akan kembali mencapai berat lahir pada hari ke-10. Pada penelitian ini sebagian besar responden berusia 1 bulan, dimana bulan pertama kehidupan bayi mengalami adaptasi terhadap lingkungan, perubahan sirkulasi darah, serta mulai berfungsinya organ-organ tubuh, dan pada pasca neonatus bayi akan mengalami pertumbuhan yang sangat cepat (Potter & Perry, 2005).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Daniati (2010) tentang pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus yang dilakukan selama 3 kali dalam 10 hari dimana terdapat perbedaan berat badan yang signifikan pada kedua kelompok terapi yaitu kelompok intervensi 3.696,67 gram dan kelompok kontrol 3.243,33 gram.

3. Analisa Bivariat

- a. Perbedaan peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen (n=17) dan kelompok kontrol (n=17) setelah diberikan terapi pijat.

Berdasarkan uji *Mann-Whitney*, didapatkan *median* peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi terapi pijat sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol tanpa diberikan terapi pijat sebesar 4500. Dapat dilihat *median* peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, dengan *p value* = 0,01 <  $\alpha$  (0,05) maka  $H_0$  ditolak, yang bermakna bahwa terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi.

Penelitian yang dilakukan oleh Serrano, Doren dan Wilson (2010) yaitu pemijatan yang dilakukan oleh ibu kepada bayinya (bayi cukup bulan) setelah 15 hari kelahiran bayi, membuktikan bahwa terdapat peningkatan berat badan yang lebih besar dari pada bayi yang tidak mendapatkan pemijatan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Spitz (2002), membuktikan bahwa bayi yang banyak memperoleh sentuhan, khususnya dari ibu jarang mengalami *simpton hospitalimus* yaitu gangguan seperti di radang telinga tengah, campak, gangguan usus dan lain sebagainya.

Hasil penelitian Mersmann (1999) mengungkapkan bahwa pemijatan pada bayi, sangat berperan dalam meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) dari pada kelompok kontrol yang tidak diberikan pemijatan. Secara teori dapat dijelaskan bahwa sebagian besar sistem saraf adalah sistem otonom, salah satu diantaranya adalah persarafan pada saluran cerna. Suplai saraf *parasimpatis* dihantarkan dari abdomen melalui saraf *vagus*. Saraf *vagus* adalah saraf ke-10 yang mengatur fungsi organ tubuh

termasuk dibagian dada dan perut. Rangsangan pada saraf *vagus* (saraf parasimpatis) akan merangsang lambung untuk mengeluarkan hormon *gastrin*. Hormon *gastrin* akan merangsang pengeluaran *insulin*, *asam khidroklorida*, *pepsinogen*, *enzim pankreas*, *mukus*, peningkatan aliran empedu hati dan merangsang motilitas lambung. Hormon *gastrin* juga mempermudah *relaksasi reseptif* lambung (relaksasi sementara) sehingga lambung dapat menambah volumenya dengan sangat mudah tanpa peningkatan tekanan. Pengeluaran *insulin* akan mempermudah untuk memetabolisme glukosa. Sekresi *asam hidroklorida*, *pepsinogen*, *enzim pankreas*, peningkatan aliran empedu hati akan mempermudah pencernaan makanan. Saat makanan sampai pada *duodenum* maka akan merangsang pengeluaran *cholecystokinin*, hal ini akan merangsang motilitas usus. Sehingga dengan adanya peningkatan motilitas lambung dan usus akan mempermudah pencampuran, pendorongan makanan dan penyerapan nutrisi menjadi lebih baik (Guyton, 2012; Guyton & Hall, 2006).

Penelitian Dewi (2011) membuktikan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi cukup bulan yang mendapatkan pemijatan sekali sehari selama 4 minggu, didapatkan *median* peningkatan berat badan bayi antara kelompok yang dipijat sebesar 1230 gram dan kelompok kontrol 830 gram.

Penelitian yang dilakukan Yuliana, Suharto, dan Handayani (2013) kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormon stres pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat.

Hal ini juga juga dibuktikan oleh Cahyanto (2008) dan kepada 20 responden selama 7 hari pemijatan diperoleh 90% responden mengalami kenaikan berat badan. Sedangkan penelitian Sunarsih (2010) pada bayi 0-3 bulan, rata-rata berat badan bayi

pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan pemijatan adalah 4560 gram dan rata-rata sesudah dilakukan pemijatan adalah 5350 gram yang berarti mengalami peningkatan berat badan sebesar 17,35%.

Penelitian yang dilakukan Kristanto (2008) kepada 20 bayi yaitu dimana pemijatan dilakukan selama 6 minggu, didapatkan peningkatan yang signifikan pada panjang badan bayi (kelompok perlakuan pada minggu ke-4, kelompok kontrol pada minggu ke-5) dan juga terjadi peningkatan yang signifikan pada berat badan (kelompok perlakuan pada minggu ke-5, kelompok kontrol pada minggu ke-6). Kristanto menyimpulkan bahwa peningkatan panjang badan yang signifikan disebabkan oleh adanya sekresi *neurochemical beta-endorphine* akibat dari dilakukannya terapi sentuh yang selanjutnya akan menyebabkan disekresikannya hormon pertumbuhan. Adanya peningkatan berat badan yang signifikan, disebabkan oleh adanya perangsangan *nervus vagus* yang kemudian meningkatkan kadar enzim penyerapan *gastrin* dan *insulin*.

Sedangkan dari beberapa penelitian berikut manfaat lain dari terapi pijat selain meningkatkan berat badan bayi yaitu seperti penelitian yang dilakukan Fitriani dan Nurhidayati (2007) kepada 20 bayi berusia diatas 6 bulan, didapatkan hasil bahwa 14 bayi dengan peningkatan nafsu makan lebih dari biasa, 3 bayi dengan peningkatan nafsu makan lebih sedikit dan 3 bayi dengan nafsu makan tetap, dengan demikian pengaruh semakin sering bayi dipijat dengan frekuensi yang teratur, peningkatan nafsu makan bayi akan terus baik.

Penelitian yang dilakukan Cristanti (2012) kepada ibu bayi usia 1-12 bulan dengan riwayat BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah) menyatakan bahwa ada pengaruh yang amat sangat bermakna pendidikan kesehatan tentang pijat bayi usia 1-12 bulan dengan riwayat BBLR terhadap perilaku ibu memijat bayinya di wilayah kerja Puskesmas Jangkar Kabupaten Situbondo. Penelitian Hayati (2012) menyebutkan pijat bayi berpengaruh dalam meningkatkan kuantitas tidur bayi umur 3-6 bulan yang dipijat 2 kali sehari selama 15 hari pada pagi hari sebelum

mandi dan malam hari sebelum tidur. Penelitian Kundarti (2010) menyatakan bahwa terdapat perbedaan peningkatan berat badan dan lama tidur bayi usia 1-3 bulan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang dipijat selama 4 minggu. Penelitian Sari (2013) tentang pengaruh pijat bayi baru lahir terhadap *bonding attachment* yang dilakukan 2 kali sehari selama 15 menit, didapatkan peningkatan *bonding attachment* ibu terhadap bayi setelah di intervensi pada kelompok yang melakukan pijat bayi, dimana penilaian *bonding attachment* dilihat dari tingkah laku ibu saat menyusui bayinya.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi yang dilakukan sendiri oleh ibu. Manfaat lain setelah dilakukan pemijatan membuat bayi nyaman (relaksasi) dan mengantuk (cepat tertidur). Kebanyakan bayi tidur dalam waktu lama setelah pemijatan. Selain lama, bayi tidur lebih lelap (tenang), tidak rewel, pola tidur lebih baik dan meningkatkan kesiagaan saat bangun. Sedangkan manfaat lainnya yang dirasakan oleh ibu yaitu bayi lebih kuat menyusui kepada ibunya, terjalin *bonding attachment* lebih dekat antara ibu dan bayi.

- b. Perbedaan berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan intervensi terapi pijat

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa *median* peningkatan berat badan bayi sebelum diberikan terapi pijat sebesar 4900 dan sesudah diberikan terapi pijat sebesar 5600. Dapat dilihat bahwa peningkatan berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebesar 700 gram dan didapatkan *p value* = 0,000 atau *p value* < 0,05 berarti adanya peningkatan yang signifikan antara *median* berat badan bayi sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi pijat bayi.

Berat badan bayi pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan. Hal ini disebabkan berat badan yang meningkat mengindikasikan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang adekuat, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik (Depkes RI, 2006).

Dengan zat gizi yang adekuat dapat memperlancar proses pertumbuhan yang seimbang untuk pengangkutan oksigen dan nutrisi agar sel-sel dapat tumbuh untuk menjalankan fungsinya dengan normal (Hardiko, 2007).

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik umur responden mayoritas berada pada usia 1 bulan dengan jumlah 16 bayi (47,1%) dan mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 bayi (55,9%). *Median* berat badan bayi pada kelompok eksperimen setelah diberikan terapi pijat sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol sebesar 4500 berdasarkan uji dari uji *Mann-Whitney* didapatkan *p value* sebesar 0,01 ( $p < 0,05$ ) sehingga pemberian terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi. Berdasarkan uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat didapatkan *p value* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang bermakna adanya peningkatan berat badan, peningkatan berat badan yang terjadi yaitu sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan.

## SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan anak dan maternitas khususnya di komunitas masyarakat serta bagi ibu yang memiliki bayi dapat mengaplikasikan terapi pijat dalam kehidupan sehari-hari.

---

<sup>1</sup>**Tri Sasmi Irva:** Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

<sup>2</sup>**Oswati Hasanah:** Dosen Departemen Keperawatan Anak Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

<sup>3</sup>**Rismadefi Woferst:** Dosen Departemen Keperawatan Medikal Bedah Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminati, D. (2013). *Pijat dan senam untuk bayi dan balita*. Yogyakarta: Brilliant Books.
- Cristanti, Y. (2012). *Pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat bayi usia 1-12 bulan dengan riwayat BBLR terhadap perilaku ibu memijat bayi di wilayah kerja Puskesmas*

- Jangkar Kabupaten Situbondo*. Diperoleh tanggal 13 Juli 2014 dari <http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/21027/gdlhub%20%28334%29%201.pdf?sequence1>.
- Dahlan, M.S. (2011). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan*. Ed.5. Jakarta: Salemba Medika.
- Daniati, M. (2010). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus*. Skripsi. PSIK UR. Tidak dipublikasikan.
- Dewi, N.N. (2011). *Pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi lahir cukup bulan*. Diperoleh tanggal 23 Juli 2013 dari [http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian\\_detail&sub=PenelitianDetail&act=view&yp=html&buku\\_id=50432&obyek\\_id=4](http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail&sub=PenelitianDetail&act=view&yp=html&buku_id=50432&obyek_id=4).
- Dewi, S. (2013). *Pijat dan asupan gizi tepat untuk melejitkan tumbuh kembang anak*. Jogjakarta : Pustaka Baru Press.
- Dewi, V. N. L. (2010). *Asuhan neonatus bayi dan anak balita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2013). *Data Jumlah bayi dan balita tahun 2012*. Pekanbaru: Dinkes Kota Pekanbaru.
- Fitriani, L, Nurhidayati, N. (2007). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi usia diatas 6 bulan di poliklinik fisioterapi handicamp International Wedi Klaten tahun 2007*. Diperoleh tanggal 7 juli 2014 dari <http://journal.akbideub.ac.id/index.php/jkeb>.
- Guyton, AC, Hall, JE. (2006). *Fisiologi kedokteran*. Alih bahasa: Setiawan I, Tengadi LMAKA, Santoso A. Jakarta: EGC.
- Guyton, AC. (2012). *Fisiologi kedokteran*. Alih bahasa: Andrianto.P. Ed.3. Jakarta: EGC.
- Hardiko, S. R. (2007). *Mengenal pertumbuhan si buah hati*. Jakarta: Cempaka Putih.
- Hayati. (2012). *Efektifitas pijat bayi terhadap kuantitas tidur pada bayi umur 3-6 bulan*. Skripsi. PSIK UR. Tidak dipublikasikan.
- Hidayat, A. A. (2008). *Pengantar ilmu kesehatan anak untuk pendidikan kebidanan*, Jakarta: Salemba Medika.
- James, S. R., & Ashwill, J. W. (2007). *Nursing care of children principles & practice, third edition*. Canada: Saunders Elsevier.
- Kundarti, F. I. (2010). *Pengaruh pemijatan terhadap kenaikan berat badan dan lama tidur bayi usia 1 sampai 3 bulan*. *Jurnal Penelitian Suara Forikes*. Diperoleh tanggal 23 November 2013.
- Kristanto, H. (2008). *Pengaruh terapi sentuh terhadap antropometri pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Pesantren I Kediri*. Diperoleh tanggal 7 Juli 2014 dari <http://eprints.uns.ac.id/10539/1/78721807200903211.pdf>.
- Mansur, H. (2009). *Psikologi ibu dan anak untuk kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Moersintowati, B., Nerendra., Sularyo, T. S., Soetjningsih, Suyitno, H., Ranuh I. G. N. G., & Wiradisuria, S. (2002). *Buku ajar I tumbuh kembang anak dan remaja ed.1*. Jakarta: Sagung Seto.
- Nursalam., Susilaningrum, R., & Utami, S. (2005). *Asuhan keperawatan Bayi dan anak untuk perawat dan bidan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses, dan praktik*. Edisi 4 volume 1. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- PSIK-UR. (2013). *Pedoman penulisan skripsi & penelitian*. Buku panduan tidak dipublikasikan.
- Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. (2013). *Data statistik bayi balita dan ibu hamil tahun 2013*. Pekanbaru: UPTD Harapan Raya Pekanbaru.
- Sacharin, R.M. (1996). *Prinsip keperawatan pediatrik*. Edisi 2. Jakarta: EGC.
- Sari, D. A. (2013). *Pengaruh pijat bayi baru lahir terhadap bounding attachment*. Skripsi. PSIK UR. Tidak dipublikasikan.
- Satoto. (1990). *Pertumbuhan dan perkembangan anak umur 0-18 bulan di Kecamatan Mlonggo Kabupaten Jepara, Jawa Tengah disertai Doctor pada Universitas Diponegoro Semarang*. Diperoleh tanggal 15 Juli 2014 dari <http://eprints.undip.ac.id/17930>.
- Serrano MS, Doren FM, & Wilson L. (2010). *Teaching chilean mothers to massage at age 2 and 4 month's*. Diperoleh tanggal 12 Juli 2014 dari <http://journals.lww.com/jpnnjournal/Abstract/2010/04000>.
- Sunarsih, T. (2010). *Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi umur 0-3 bulan di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta tahun*



2010. Diperoleh tanggal 7 juli 2014 dari <http://e-journal.respati.ac.id>.
- Widyastuti, D & Widyani, R. (2008). *Panduan perkembangan anak 0-1 tahun*. (ed.8). Jakarta: Puspa Swara.
- Widyastuti, D & Widyani, R. (2009). *Panduan perkembangan anak 0-1 tahun*. Jakarta: Puspa Swara.
- Wong, Hockenberry, Wilson, Perry., & Lowdermilk. (2003). *Maternal child nursing care*. (3<sup>rd</sup> ed). Missouri: Mosby Elsevier.
- Yuliana, A, Suharto, A. & Handayani, T.E. (2013). *Perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang di pijat dan tidak di pijat*. Diperoleh tanggal 23 Juli 2014 dari <http://suaraforikes.webs.com/volume4%20nomor4.pdf#page=46>.