

**PERBEDAAN BERAT BADAN BAYI USIA
3-5 BULAN
YANG DIPIJAT DAN TIDAK DIPIJAT
(Di Kelurahan Tawanganom Kecamatan
Magetan Tahun 2013)**

Amelia Yuliana
(Alumnus Prodi Kebidanan Magetan,
Poltekkes Kemenkes Surabaya)
Agung Suharto
(Prodi Kebidanan Magetan,
Poltekkes Kemenkes Surabaya)
Tinuk Esti Handayani
(Prodi Kebidanan Magetan,
Poltekkes Kemenkes Surabaya)

ABSTRAK

Latar belakang: Pijat bayi merupakan stimulasi taktil yang memiliki keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi. Di Kelurahan Tawanganom, Kecamatan Magetan, Kabupaten Magetan tahun 2013 pada 10 ibu yang memiliki bayi usia 3-5 bulan terdapat 60% bayi yang sudah pernah dipijat, 40% bayi yang belum pernah dipijat ke ahli fisioterapi. *Tujuan:* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat. *Metode:* Jenis penelitian ini adalah analitik dengan rancangan Quasy Experimental Design berupa Non equivalent control group design dengan populasi 20 bayi yang dipijat dan tidak dipijat. Penelitian ini menggunakan sampel total populasi. Variabel independent adalah pijat bayi, sedangkan variabel dependent adalah berat badan bayi, menggunakan skala rasio. Instrumen pengumpulan data menggunakan timbangan berat badan bayi dalam satuan gram. Uji statistik yang digunakan independent Samplet T-Test dengan probabilitas $p=0,05$. Kriteria penolakan H_0 jika $p<0,05$. *Hasil:* Rerata peningkatan berat badan bayi yang dipijat lebih besar dari pada bayi yang tidak dipijat. Rerata berat badan bayi sebelum dipijat 5840 g dan sesudah dipijat 6460 g, rerata berat badan bayi awal 4 minggu yang tidak dipijat 5810 g dan akhir 4 minggu 6080 g. Hasil Independent T-Test $p=0,000$ ($< 0,05$), maka H_0 ditolak (ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat). *Simpulan:* Ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat. *Saran:* Diharapkan orangtua bayi memijat bayinya sendiri sehingga tumbuh kembang bayi bisa optimal.

Kata kunci: Pijat bayi, berat badan bayi

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Salah satu tujuan MDGs yaitu menurunkan angka kematian balita sebesar dua pertiga dari tahun 1990 sampai dengan tahun 2015. Indikator Angka Kematian Balita yang paling penting adalah Angka Kematian Bayi (AKB). AKB merupakan salah satu tolak ukur untuk menilai sejauh mana ketercapaian kesejahteraan rakyat sebagai hasil dari pelaksanaan pembangunan bidang kesehatan. Departemen Kesehatan telah mematok target penurunan angka kematian bayi di Indonesia dari rata-rata 36 menjadi 23 per 1000 kelahiran hidup di tahun 2015. Dengan memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas dan terjangkau dapat membantu penurunan angka kematian bayi. Salah satu cara tradisional yang sering dilakukan masyarakat Indonesia untuk memelihara kesehatan bayi yaitu dengan terapi sentuhan. Terapi ini cukup efektif, efisien, ekonomis, dan aman. Apalagi kalau yang melakukan orang tua si bayi sendiri, karena merawat bayi sendiri merupakan kebahagiaan yang tidak ternilai.

Sentuhan adalah bahasa pertama bagi ibu dan bayi. Sebagai alat komunikasi utama, sentuhan memainkan peran penting dalam pembentukan hubungan awal orangtua dan anak. Sentuhan dalam bentuk pijatan lembut mengungkapkan rasa kasih sayang ibu dan mampu memenuhi kebutuhan bayi akan kontak fisik. Setiap perubahan emosional menimbulkan reaksi otot. Dengan mengurangi ketegangan otot, pijat bayi menenangkan emosi dan membantu meringankan beberapa trauma dan kecemasan yang berhubungan dengan masa kelahiran, lingkungan yang baru, dan masa penyapihan. Kulit memasok informasi terus-menerus ke sistem saraf pusat tentang lingkungan sekitar tubuh, melalui sentuhan kulit yang berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang anak (Walker, 2011: 1-2).

Pijat merupakan stimulasi taktil yang memberikan efek biokimia dan efek fisiologi pada berbagai organ tubuh. Pijat yang dilakukan secara benar dan teratur pada bayi diduga memiliki berbagai keuntungan dalam proses tumbuh kembang bayi. Pijat pada bayi oleh orangtua dapat meningkatkan hubungan emosional antara orangtua dan bayi, juga diduga dapat meningkatkan berat badan bayi (Rosalina, 2007:23).

Berbagai penelitian telah banyak dilakukan untuk membuktikan keuntungan pijat bayi. Penelitian yang dilakukan oleh Dieter *et al.* (2003) meneliti efek pijat yang

dilakukan sebanyak 3 kali 15 menit tiap harinya selama 5 hari pada bayi kurang bulan. Hasilnya adalah terdapat rerata peningkatan berat badan perhari 53% lebih besar pada kelompok yang dipijat dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Kelurahan Tawanganom, Kecamatan Magetan tahun 2013 pada 10 ibu yang memiliki bayi usia 3-5 bulan ditemukan 4 bayi (40%) yang belum pernah dipijat salah satu diantaranya by R berusia 5 bulan yang berada di RW 03 Kelurahan Tawanganom, pada bulan Februari 2013 dilakukan penimbangan di posyandu dengan berat badan 8600 gram dan pada bulan Maret 2013 di timbang mengalami peningkatan 200 gram menjadi 8800 gram, sedangkan 6 bayi (60%) yang sudah pernah dipijat ke ahli fisioterapi, salah satu diantaranya by N berusia 5 bulan yang berada di RW 03 Kelurahan Tawanganom, pada bulan Februari 2013 dilakukan penimbangan di posyandu dengan berat badan 7900 gram dan pada bulan Maret 2013 di timbang mengalami peningkatan 300 gram menjadi 8200 gram. Pada 10 bayi (0%) tersebut belum pernah dilakukan pijat bayi oleh orangtuanya.

Untuk mendukung terlaksananya pijat bayi diharapkan bidan praktek mandiri mengajarkan pada ibu pijat bayi untuk dipraktekkan di rumah. Untuk para mahasiswa kebidanan diajarkan mengenai pijat bayi sehingga sebagai calon tenaga kesehatan dapat memberikan penyuluhan dan pengertian yang mendalam mengenai manfaat dan dampak yang terjadi setelah dilakukan pemijatan, dan dihasilkan bayi yang tumbuh dan berkembang secara optimal.

Salah satu manfaat pijat bayi yaitu dapat meningkatkan berat badan bayi, mengenai perbedaan berat badan bayi yang dipijat dan tidak dipijat belum banyak diidentifikasi, oleh karena itu penting dilakukan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan berat badan bayi usia 3 sampai 5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan tahun 2013.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian "Apakah ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan Kabupaten Magetan tahun 2013".

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui adanya perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan Kabupaten Magetan tahun 2013.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan rancangan *Quasy Experimental Design* berupa *Non equivalent control group design*. Penelitian diadakan di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan Kabupaten Magetan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi usia 3 sampai 5 bulan di Kelurahan Tawanganom. Besar populasi adalah 20 bayi yang dibagi menjadi 2 kelompok yang dipijat orang dan tidak dipijat. Penelitian ini menggunakan total populasi. Pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability (Non Random)*.

Pada penelitian ini variabel independen adalah pijat bayi. Pada penelitian ini variabel dependen adalah berat badan bayi usia 3-5 bulan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan berat badan bayi dalam satuan gram. Metode pengumpulan data pada penelitian ini melakukan penimbangan/mengukur berat badan bayi yang dipijat dan tidak dipijat setelah 8x pemijatan. statistik yang digunakan adalah *Independent Samplet T-Test*.

HASIL PENELITIAN

Perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat dapat diketahui dengan uji perbedaan antara sebelum dan sesudah dengan diawali uji homogenitas untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi sama atau tidak, Uji ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis *Independent Sample T-Test*.

Sebelum dilakukan uji *Independent T-Test* dilakukan uji kesamaan varian (homogenitas) dengan hasil uji *F test* nilai signifikansi *equal variance assumed* adalah $0,018 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, jadi dapat diasumsikan bahwa kedua varian berbeda. Dengan ini pengujian uji t menggunakan *equal variance not assumed*.

Dari tabel *Independent T-Test* nilai t hitung *equal variance not assumed* adalah 5,330. Kemudian pada t tabel diperoleh data sebesar 2,101, Oleh karena t hitung > t tabel ($5,330 > 2,101$) dan signifikansi $0,000 <$

0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya ada perbedaan antara rerata berat badan bayi yang dipijat dan tidak dipijat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat, dapat diketahui rerata berat badan bayi yang dipijat dan tidak dipijat. Dalam hal ini, berat badan bayi yang dipijat menunjukkan hasil berat badan bayi lebih tinggi dibanding berat badan bayi yang tidak dipijat 620:270, sedangkan hasil analisa statistik dengan *Independent T-Test* didapat nilai signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Kesimpulan dari hipotesis yaitu ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat.

Meningkatnya berat badan bayi pada bayi yang dipijat sesuai dengan teori tentang Aktivitas *Nervus Vagus* mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan. Penelitian Field dan Schanberg (1986) menunjukkan bahwa pada bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus *nervus vagus* (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan *gastrin* dan *insulin*. Dengan demikian, penyerapan makanan akan menjadi lebih baik yang dipijat meningkat lebih banyak daripada yang tidak dipijat (Roesli, 2011:11).

Aktifitas *Nervus Vagus* meningkatkan ASI. Penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas *nervus vagus* menyebabkan bayi cepat lapar, sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya. Akibatnya, ASI akan lebih banyak diproduksi. Seperti diketahui, ASI akan semakin banyak diproduksi jika semakin banyak diminta. Selain itu, ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI (Roesli, 2011:11).

Dari teori dan kenyataan yang diperoleh dari hasil penelitian dapat di ketahui bahwa pijat bayi yang dilakukan secara rutin memiliki pengaruh yang berbeda terhadap peningkatan berat badan bayi. Bayi yang dipijat selama 4 minggu memiliki peningkatan lebih besar dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat, dikarenakan hormon stress pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga reproduksi ASI dan berat badan bayi akan meningkat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian perbedaan berat badan bayi yang dipijat dan tidak dipijat di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan Kabupaten Magetan dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Rerata berat badan bayi usia 3-5 bulan sebelum dipijat 5840 g dan sesudah dipijat 6460 g.
2. Rerata berat badan bayi usia 3-5 bulan awal 4 minggu yang tidak dipijat 5810 g dan akhir 4 minggu yang tidak dipijat 6080 g.
3. Ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan sebelum dan sesudah dipijat.
4. Ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan awal 4 minggu dan akhir 4 minggu yang tidak dipijat.
5. Ada perbedaan berat badan bayi usia 3-5 bulan yang dipijat dan tidak dipijat.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti ingin memberikan saran kepada berbagai pihak yang terkait sebagai berikut:

1. Bagi masyarakat
Diharapkan bagi masyarakat untuk melanjutkan pijat bayi secara rutin sampai bayi usia 2 tahun, karena pijat bayi terbukti memberikan efek yang baik bagi pertumbuhan bayi dan juga dapat menjaga kekebalan tubuh bayi.
2. Bagi institusi pendidikan
Diharapkan pendidik dapat memberikan demonstrasi gerakan-gerakan pijat bayi kepada mahasiswa sehingga mahasiswa dapat mengaplikasikannya di lahan praktek.
3. Bagi Bidan
Diharapkan bidan membekali ibu-ibu hamil untuk mengisi waktu luang tentang pijat bayi pada saat ANC, sehingga ibu dapat mengaplikasikannya setelah bayi lahir.
4. Bagi peneliti berikutnya
Diharapkan dilaksanakan penelitian lanjutan tentang pijat bayi yang lebih berkualitas, misalnya dengan menggunakan desain yang lebih baik berupa *true experiment design*, menggunakan populasi yang lebih luas dan sample yang lebih representatif, dengan metode pijat bayi yang lebih baik dan faktor-faktor lain yang belum sempat diteliti karena keterbatasan peneliti, mengingat pijat bayi sangat bermanfaat di bidang kesehatan yang terbukti dapat meningkatkan berat badan bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2010. *Apa itu MDGs*. <http://mdgsindonesia.org/official/>. (diakses 4 April 2013)
- Anonim. *Memnatau Berta badan Bayi*. <http://www.jurnalkesehatan.info>. (diakses 4 April 2013)
- Arikunto. 2005. *Manageman Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dewi, N.Nyoman. 2011. *Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Lahir Cukup Bulan*. <http://etd.ugm.ac.id> (diakses 11 Maret 2013).
- Hidayat, A. Aziz Alinul. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- _____. 2008. *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak Untuk Pendidikan Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Maharani, Sabrina. 2009. *Pijat dan Senam Sehat Untuk Bayi*. Jogjakarta: Kata Hati.
- Muscari, Mary E. 2005. *Keperawatan Pediatrik*. Jakarta: EGC
- Nasar, Sri. 2005. *Makanan Bayi & Ibu Menyusui*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Notoatmojdo, Soekidjo. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Piyatno, Dwi. 2008. *Mandiri Belajar SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Prasetyono, D.S. 2009. *Teknik-Teknik Tepat Memijat Bayi Sendiri*. Jogjakarta: DIVA Press
- Riksani, Ria. 2012. *Cara Mudah & Aman Pijat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat
- Roesli, Utami. 2011. *Pedoman Pijat Bayi*. Edisi Revisi XIII. Jakarta: Trubulus Agriwidya
- Rosalina. 2007. *Fisiologi Pijat Bayi*. Jakarta: Trisakti Multi Media Johnson & Johnson Indonesia.
- Santi, Enidya. 2012. *Buku Pintar Pijat Bayi Untuk Tumbuh Kembang Optimal Sehat & Cerdas*. Yogyakarta: Pinang Merah Publisher.
- Soetjningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Subakti, Yazid dan Deri Rizki Anggraini. 2009. *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Jakarta: PT Wahyu Media
- Sugiyono. 2011. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.
- Sukmadinata. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Suparyanto. 2010. *Konsep Berat Badan Bayi*. <http://dr-suparyanto.blogspot.com>. (diakses 30 Maret 2013)
- Suryanah. 1996. *Keperawatan Anak Untuk Siswa SPK*. Jakarta: EGC
- Walker, Peter. 2011. *Panduan Lengkap Pijat Bayi*. Jakarta: Puspa Swara.
- Widyastuti, D, dan Widyani, R. 2008. *Panduan Perkembangan Anak 0 Sampai 1 Tahun*. Jakarta: Puspa Swara.
- Wong, L.Donna., dkk. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Wong*. Edisi 6. Vol.1. Jakarta: EGC