



AUTHOR

ALDI FEBRIAN WIEMINATY

**PIJAT BAYI SEBAGAI ALTERNATIF INTERVENSI
UNTUK MENINGKATKAN BERAT BADAN**

JURNAL KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN

P-ISSN 2502-5635, E-ISSN 2774-9894 | VOL. 6 NO. 1 | FEBRUARI 2021

ABSTRAK

Background: Berat badan bayi merupakan masalah yang cukup sering dijumpai pada bayi dan perlu ditingkatkan karena berat badan merupakan tolak ukur pertumbuhan dan perkembangan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan berat badan bayi dengan cara terapi pijat.

Method: Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen. Sample penelitian ini terdiri dari 16 responden yang diambil dengan cara purposive sampling dan dianalisa dengan menggunakan independent sample t test.

Result: Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dengan nilai sebesar 0,039.

Conclusion: Pijat bayi merupakan intervensi yang sangat efektif dalam peningkatan berat badan bayi karena pijat bayi tersebut dapat menstimulasi nafsu makan bayi menjadi meningkat. Oleh karena itu dianjurkan para orang tua yang memiliki masalah anak dengan berat badan untuk melakukan pijat bayi.

Keyword: pijat bayi, berat badan bayi

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat penting, oleh karena itu sebagai orang tua harus menyediakan sarana dan memenuhi segala kebutuhan anak agar setiap tahapan perkembangan bisa dilalui dengan baik. Banyak hal yang dapat mengganggu perkembangan anak usia dini, jika gangguan dan masalah kesehatan tersebut tidak segera ditangani akan menyebabkan berbagai macam gangguan kesehatan yang dapat menghambat tumbuh kembang anak sehingga akan menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang kurang optimal.

Salah satu permasalahan yang sering dijumpai pada bayi adalah berat badan. Banyak sekali factor yang dapat mempengaruhi berat badan bayi, dimana tentunya saja masalah berat badan akan menimbulkan berbagai masalah kesehatan pada bayi tersebut. Salah satu penyebab

kurangnya berat badan pada bayi adalah kurangnya nafsu makan. Ada beberapa teori yang menyebutkan bahwa cara untuk merangsang berat badan bayi adalah dengan terapi pijat bayi (Harahap, 2019).

Pijat bayi merupakan sebuah cara untuk mengungkapkan rasa sayang orang tua kepada anaknya dengan perantara berupa pijatan-pijatan lembut melalui sentuhan-sentuhan pada kulit bayi. Sentuhan dan stimulasi-stimulasi lembut tersebut merupakan kebutuhan dasar bayi yang dapat merangsang dan mestimulasi nafsu makan bayi. Sehingga dengan adanya pijat bayi maka akan menyebabkan peningkatan nafsu makan yang akhirnya akan meningkatkan berat badan bayi (Harahap, 2019)

Sentuhan sentuhan lembut sangatlah dibuthkan oleh bayi. Beberapa penelitian

menunjukkan bahwa sentuhan yang dilakukan pada bayi dapat merangsang tumbuh kembang bayi serta dapat membangun kedekatan antara bayi dengan orang. Sehingga bayi yang tidak dilakukan pijat bayi kemungkinan akan mengalami masalah-masalah tumbuh kembang bahkan masalah psikologis. Sentuhan (pijatan) pada bayi dapat menstimulasi organ dan syaraf pada bayi, sehingga dengan adanya stimulasi tersebut dapat meningkatkan nafus makan, meningkatkan aktivitas otot, perubahan mood, perilaku, kontraksi otot bahkan dapat mencegah terjadinya depresi pada bayi. Oleh karena itu terapi pijat bayi

memang sangat dianjurkan pada bayi, terutama bayi-bayi yang mengalami berbagai macam masalah kesehatan (Daniarti, 2011).

Para ahli berpendapat, sebaiknya pemijatan pada bayi dilakukan sejak dini bahkan sejak lahir agar bisa merangsang tumbuh kembang bayi. Selain itu, ada baiknya juga jika pemijatan pada bayi dilakukan dini, bisa dilakukan sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan (Harahap, 2019).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan pendekatan quasy eksperimen dengan 2 kelompok, yang terdiri dari 16 responden yang diambil dengan tehnik purposive sampling. Setelah data terkumpul kemudian data dianalisa menggunakan independent sample t test.



HASIL

1. Pijat Bayi pada Kelompok Kontrol

Table 1. Distribusi pijat bayi pada kelompok control dan intervensi

pijatkontrol * pijatintervensi Crosstabulation				
Count				
		Pijatintervensi		Total
		naik	tepat	
Pijatkontrol	naik	7	0	7
	tetap	3	6	9
Total		10	6	16

Berdasarkan tabel diatas tentang distribusi pijat bayi pada kelompok kontrol, didapatkan bahwa sebagian besar berat badan bayi adalah tetap. Berat badan bayi pada kelompok control yang berat badannya tetap adalah sebanyak 9 responden.

2. Pijat Bayi pada Kelompok Intervensi

Berdasarkan tabel diatas tentang distribusi pijat bayi pada kelompok intervensi, didapatkan bahwa sebagian besar berat badan bayi adalah naik. Berat badan bayi pada kelompok intervensi yang berat badannya naik adalah sebanyak 10 responden.

3. Pijat bayi sebagai alternative intervensi untuk meningkatkan berat badan

t-test equality of means			
		Sig. (2-tailed)	Std. error difference
Pijat bayi	Equal variances assume	,039	3.8953
	Equal variances not assumed	,034	3,7782

Berdasarkan uji statistic sample independent t test ($\alpha = 0,05$) diperoleh P value = 0,039 dimana P value < 0,05. Sehingga dapat kita simpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi dalam meningkatkan berat badan bayi.

PEMBAHASAN

Menurut hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar berat badan bayi meningkat setelah dilakukan pijat bayi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi memiliki berat badan yang berkisar antara 4010-5000gram dan setelah dilakukan pijat, berat badan menjadi naik.

Selain itu, sebagian besar berat bayi pada kelompok intervensi setelah dilakukan pijat bayi didapatkan berat badan rata-rata 5600, sedangkan rata-rata berat badan pada kelompok kontrol adalah 4500. Hal tersebut membuktikan bahwa BB bayi pada kelompok intervensi setelah dilakukan pijat bayi mengalami kenaikan.

Hal ini sesuai dengan teori Nursalam, bahwa berat badan bayi akan mengalami penurunan berat badan, dan hal tersebut bersifat normal, dimana terjadi penurunan berat badan bayi baru lahir sekitar 10% (Irva, 2014). Penyebabnya adalah karena keluarnya mekonium yang kadang tidak dibarengi dengan asupan asi yang adekuat sehingga berat badan bayi mengalami penurunan yang cukup banyak, namun hal tersebut pada hari kesepuluh berat badan bayi biasanya akan kembali normal. Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini sebagian besar responden berusia 1 bulan, sehingga proses tumbuh kembang terjadi cepat dan sangat penting sehingga sebagian besar responden mengalami penurunan berat badan.

Menurut Guyton (Kalsum, 2014) bahwa pemijatan pada bayi akan merangsang berbagai macam nervus, salah satunya adalah nervus vagus, dimana nervus tersebut berfungsi dalam peristaltic usus, sehingga penyerapan makanan yang membawa nutrisi untuk meningkatkan berat badan sangat berpengaruh. Semakin tinggi penyerapan nutrisi

oleh bayi maka akan semakin besar pula peningkatan berat badan bayi, meskipun hal tersebut tidak selalu menunjukkan perubahan yang pasti karena masih banyak factor-faktor yang mempengaruhinya, misalkan adanya mikroorganisme didalam usus yang juga bisa mengganggu penyerapan nutrisi pada bayi. Sehingga, perlu dilakukan stimulasi agar penyerapan nutrisi terus optimal dengan cara melakukan pijat bayi. Pemijatan pada bayi dapat menyeimbangkan penyerapan nutrisi dan kemungkinan adanya mikroorganisme yang mengganggu proses penyerapan nutrisi tersebut.

Selain menstimulasi nafsu makan, pijat bayi juga mempunyai banyak sekali manfaat lainnya, misalnya adalah dapat meningkatkan kualitas tidur, membuat bayi semakin tenang, mengurangi depresi pada bayi, meningkatkan kemampuan system pencernaan bayi, meningkatkan konsentrasi bayi, meningkatkan gerakan peristaltic usus dalam hal pencernaan, meningkatkan perkembangan otak, mengoptimalkan nervus vagus, meningkatkan



system imunitas bayi, mendekatkan hubungan antara bayi dengan orang tua, memudahkan bagi orang tua untuk lebih kenal dan dekat dengan bayinya, dan yang paling penting adalah sangat

efektif untuk meningkatkan berat badan, serta menumbuhkan rasa cinta dan kasih sayang antara bayi dengan orang tua.

KESIMPULAN

1. Pada bayi di kelompok kontrol, berat badan bayi sebagian besar tetap.
2. Pada kelompok intervensi, sebagian besar berat badan bayi meningkat setelah dilakukan pijat bayi.
3. Ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

SARAN

Pijat merupakan terapi yang sangat penting dilakukan pada bayi, karena dengan adanya pijat bayi dapat merangsang nafsu makan pada bayi, oleh karena itu dianjurkan bagi orang tua untuk melakukan pijat pada bayi, terutama pada bayi-bayi yang mempunyai permasalahan pada nafsu makan.

DAFTAR PUSTAKA

- Irva, dkk. 2014. Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. JOM PSIK. Vol 1 No 2.
- Kalsum, U. 2014. Peningkatan Berat Badan Bayi melalui Pemijatan. Jurnal Keperawatan Indonesia. Vol 17 No 1
- Daniarti, M. 2011. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Neonatus. Jurnal ners Indonesia. Vol 2 No 1
- Harahap. 2019. Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. Jurnal Kesehatan Prima. Vol 13 No 2.