

## Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Umur 3 Bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar

Kasmawati Kasmawati<sup>1</sup>, Jumrana Jumrana<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Indonesia Timur Makasar, Indonesia

Alamat : RCVJ+6VR, Bua Kana, Rappocini, Makassar City, South Sulawesi 90222, Indonesia

Korespondensi Penulis : [kasmawatinizar@gmail.com](mailto:kasmawatinizar@gmail.com)

**Abstract** A 3-month-old baby is a baby who needs a lot of breast milk assistance to support his growth and development. In supporting the growth and development in question, there are many ways or efforts that can be carried out by midwives, especially in increasing the baby's weight at the age of 3 months, one of which is by doing massage. The purpose of this study is to find out whether or not there is an effect of massage on the weight of 3-month-old babies at UIT Tourism Hospital Makassar City. The type of research used is Quasy Experimental (Pseudo-Experiment) using Pretest and Posttest Experiments and Control with sampling techniques using Purposive Sampling. Based on the results of statistical tests on infants who were sampled, namely 20 babies aged 3 months using paired T test with  $\alpha = 0.05$ ,  $t$  count (11.005) >  $t$  table (1,729) were obtained. So it can be concluded that there is an effect of massage on 3-month-old babies on weight gain. All 3-month-old babies in the study sample experienced weight gain, but the difference in weight gain in the intervention group was greater than in the control group.

**Keywords** : Baby Massage, Weight, Baby Development

**Abstrak** Bayi umur 3 bulan, merupakan bayi yang membutuhkan banyak bantuan ASI dala menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang dimaksud, maka banyak cara atau upaya yang bias dilakukan oleh bidan terutama dalam meningkatkan berat badan bayi pada umur 3 bulan, yang salah satunya yaitu dengan melakukan pijatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh pijatan terhadap berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar . Jenis penelitian yang digunakan yaitu Quasy Eksperiment (Eksperimen Semu) dengan menggunakan Pretest dan Posttest Eksperimen dan Control dengan teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling. Berdasarkan hasil uji statistik pada bayi yang dijadikan sampel yaitu sebanyak 20 bayi umur 3 bulan dengan menggunakan paired T tes dengan  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $t$  hitung (11,005) >  $t$  tabel (1,729). Sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pijat bayi umur 3 bulan terhadap peningkatan berat badan. Semua bayi umur 3 bulan yang menjadi sampel penelitian mengalami peningkatan berat badan, akan tetapi selisih peningkatan berat badan pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan dengan kelompok control.

**Kata Kunci** : Pijat Bayi, Berat Badan, Perkembangan Bayi

### 1. PENDAHULUAN

#### Latar Belakang

Bayi memiliki suatu ciri yang khas yaitu selalu tumbuh dan berkembang sejak konsepsi sampai berakhirnya masa remaja. Hal ini yang membedakan bayi dengan dewasa. Bayi bukan dewasa kecil. Bayi menunjukkan ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai dengan usianya. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan dan perilaku, serta rangsangan atau stimulasi yang berguna (Kusnandi, 2018).

Masa bayi merupakan tahapan dimana pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat dimulai dari bayi itu lahir hingga nanti berusia 1 tahun. Usia perkembangan

bayi terbagi menjadi 2 yaitu neonatus dari lahir hingga berusia 28 hari dan bayi dari 29 hari hingga 12 bulan (Daniati and Novayelinda 2018). memiliki bayi dengan tumbuh kembang yang optimal adalah dambaan setiap orang tua. Proses tumbuh kembang bayi dapat berlangsung secara alami. Istilah tumbuh kembang sebenarnya mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda, tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pound, kilogram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolik (retensi kalsium dan nitrogen tubuh). Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai proses pematangan (Soetjiningsih dan Ranuh 2014).

Pijat merupakan salah satu bentuk terapi rangsang yang berfungsi sebagai salah satu teknik pengobatan penting yang sudah dikenal sejak lama. Melalui sentuhan pemijatan terhadap jaringan otot peredaran darah dapat meningkatkan jaringan otot ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki sehingga dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya (Widyastuti & Widyani, 2009). Pijatan bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan kerewelannya. Karena pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga ia menjadi tenang dan tertidur (Rahayu, 2005). Pemijatan bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya. Sejak awal kelahirannya bayi mengenali seseorang melalui sentuhan, dan memijat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Penelitian klinis menunjukkan bahwa sentuhan sayang dan pijatan membantu bayi tumbuh lebih kuat dan tidur lebih nyenyak (Astuti, 2005).

Pijat bayi tidak hanya berpengaruh pada pertumbuhan fisik dan emosional bayi. Jika pijat bayi dilakukan oleh ayahnya, maka bisa meningkatkan produksi ASI pada tubuh ibu. Ini dinyatakan dalam suatu penelitian di Australia yang mengatakan bahwa ketika seorang ayah berinisiatif memijat bayi, hal itu akan menimbulkan perasaan positif pada istri. Inisiatif ini akan membuat istri merasa disayang dan nyaman sehingga akan merangsang produksi oksitosin, sehingga berguna untuk memperlancar ASI (Panji, 2003). Selain memberikan gizi lengkap secara alami, air susu ibu memberikan juga banyak keuntungan penting. Keseimbangan yang tepat antara protein, karbohidrat, lemak, dan mineral menyebabkan air susu ibu mudah dicerna, sehingga jarang sekali menimbulkan gangguan pencernaan seperti diare dan konstipasi. Bayi-bayi yang disusui jarang sekali mengalami kelebihan berat badan. Kemungkinan menderita dehidrasi serta akibat-akibat lainnya.

Namun sayangnya masih banyak mitos-mitos di masyarakat khususnya pada perawatan bayi yang tetap dipercaya, contohnya : masih banyak ibu-ibu yang enggan untuk melakukan pijatan secara rutin kepada bayinya apalagi diawalawal kelahirannya karena mereka beranggapan bahwa bayi tidak boleh sering dipijat, badannya masih lemah atau alasan lain yang tidak pernah dibuktikan kebenarannya. Padahal sentuhan pada bayi pada awal-awal kelahirannya bisa memberikan pengaruh positif pada pertumbuhan bayi (Rahayu, 2005).

Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan, karena dalam pijat bayi terapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan, dan pijatan. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel-sel otak. Saat ini telah banyak penelitian yang menyatakan bahwa pijat bayi memiliki banyak manfaat baik fisik maupun emosional. Beberapa manfaat pijat bayi adalah diantaranya meningkatkan nafsu makan, melipat gandakan keuntungan ASI eksklusif, meningkatkan berat badan, meningkatkan daya tahan tubuh, membuat bayi tidur lebih nyenyak, dan membina keterikatan antara orang tua dan bayi. Beberapa penelitian mengatakan pijat bayi bisa merangsang nervus vagus, dimana saraf ini meningkatkan peristaltik usus sehingga pengosongan lambung meningkat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi. Disisi lain pijat juga melancarkan peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, dari rangkaian tersebut berat badan bayi akan meningkat.

*Menurut World Healthy Organization (WHO) 2018*, secara global sekitar 20-40% bayi usia 0-2 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Prevalensi masalah perkembangan bayi diberbagai negara maju dan berkembang di antaranya Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22% dan Hongkong 23%. Beberapa penelitian yang telah di evaluasi berdampak kegagalan bahkan memperpendek usia hidup.

Menurut Depkes RI (2018) menyatakan bahwa 16% bayi di Indonesia mengalami gangguan perkembangan saraf dan otak mulai ringan sampai berat. Pada masa bayi dan balita, perkembangan kemampuan berbahasa , kreativitas, kesadaran sosial, emosional dan intelejensi berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya. Kurangnya rangsangan yang diberikan pada bayi menambah keterlambatan pada bayi. Banyak riset menunjukkan bayi membutuhkan rangsangan dini diberbagai bagian tubuh dan alat-alat indera untuk membantu bayi dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan barunya. (Soetjningsih, 2014).

Sulawesi Selatan termasuk dalam 10 besar provinsi dengan prevalensi gizi buruk dan gizi kurang yang tinggi. Sepanjang tahun 2017 terdapat 26.274 bayi dan balita yang ditimbang di posyandu mengalami masalah dalam penambahan berat badanyaitu berat

badan bayi tidak sesuai dengan usia bayi. Pada tahun 2018 kasus yang sama dilaporkan sebanyak 81.837 dan tahun 2019, jumlah ini bertambah menjadi 87.000 dari total bayi di Provinsi Sulawesi Selatan sebanyak 497.577 bayi dan balita (Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2020).

Dinas Kesehatan Kabupaten Wajo. melaporkan bahwa pada tahun 2018, hasil penimbangan bayi dan balita tercatat 2.415 bayi/balita yang mengalami gangguan kenaikan berat badan dan berdasarkan data dalam Kartu Menuju Sehat (KMS) sebagian besar berada di garis kuning bahkan di bawah garis merah (Data Dinas Kesehatan Kabupaten Wajo., 2019).

Dari hasil survey awal yang dilakukan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. pada tanggal 8 November 2019 di dapatkan data awal hasil penimbangan berat badan bayi dari mulai bulan januari sampai oktober 2019 adalah sebanyak 350 bayi yang tercatat melakukan penimbangan di posyandu dan hasilnya hanya terdapat 165 bayi atau sekitar 49% yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 185 bayi atau sekitar 51% bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Rata-rata ibu bayi tersebut tidak mengetahui cara perawatan kesehatan bayi dengan stimulus pertumbuhan bayi menggunakan pijat bayi, dan ibu bayi tidak tahu manfaat dan cara melakukannya pemijatan dan mereka juga takut terjadi masalah dengan bayinya jika salah memijat. Observasi awal yang dilakukan oleh penulis pada petugas kesehatan Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. bahwa disekitaran wilayah kerjanya belum ada yang melakukan pemijatan bayi secara spesifik yang berguna untuk meningkatkan kesehatan dan perawatan pada bayi.

Penelitian lain dilakukan oleh Kachoosangy dan Aliabadi (2011) tentang pengaruh stimulasi taktil-kinestetik terhadap perkembangan motorik pada bayi berat lahir rendah, dan didapatkan hasil bahwa bayi yang mendapatkan stimulasi taktil - kinestetik sebanyak 3 kali sehari selama 10 hari menunjukkan peningkatan perkembangan motorik, yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Menurut penelitian Field, et.al (2011) menunjukkan bahwa 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. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi prematur.

Dilihat dari uraian tentang masalah berat badan bayi seringkali menimbulkan malnutris dan kemudian tidak mengalami peningkatan dan perkembangan yang cukup baik, untuk itu pentingnya stimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi menggunakan pijat bayi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Bayi

Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.”.

### **Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.

### **Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.

#### 2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.

### **Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat ilmiah

Hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai informasi guna penelitian yang lebih mendalam mengenai pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi.

#### 2. Manfaat Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi seluruh mahasiswa UIT Makassar pada khususnya mahasiswa D-III Kebidanan dan bagi peneliti lain, sebagai bahan referensi untuk kedepannya.

#### 3. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat melengkapi informasi tentang pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi.

## **2. TINJAUAN PUSTAKA**

### **Tinjauan Umum Tentang Bayi**

#### 1. Pengertian Bayi

Bayi adalah masa tahapan pertama hidupan seorang manusia setelah lahir dari rahim seorang ibu. Pada masa ini, perkembangan otak dan fisik bayi selalu menjadi perhatian pertama (Rizema, 2012).

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Masa bayi di bagi menjadi dua priode, yaitu masa neonatal dan masa post

natal. Masa neonatal di mulai dari umur 0 sampai 28 hari, sedangkan masa post neonatal di mulai dari umur 29 hari sampai 11 bulan (Depertemen Kesehatan, 2015).

2. Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi

a. Pertumbuhan Bayi

Menurut Hellbrugge.dkk, 1988 dalam (Maryunani, 2016). Pertumbuhan adalah perubahan dari tubuh yang berhubungan dengan bertambahnya ukuran – ukuran tubuh. Pertumbuhan berat badan dan panjang badan bayi sesuai umur bayi dapat di lihat pada tabel 1

**Tabel 1 Tabel Pertumbuhan Balita**

Umur	Berat (gram)			Panjang Badan (Cm)
	Standar Atas	80 % Standar		80% Standar
Lahir	3.400	2.700	50.5	40.5
0 – 1 Bulan	4.300	3.400	55.0	43.5
2 Bulan	5.000	4.000	58.0	46.0
3 Bulan	5.700	4.500	60.0	48.0
4 Bulan	6.300	5.000	62.5	49.5
5 Bulan	6.900	5.500	64.5	51.0
6 Bulan	7.400	5.900	66.0	52.5
7 Bulan	8.000	6.300	67.5	54.0
8 Bulan	8.400	6.000	69.0	55.5
9 Bulan	8.900	7.100	70.5	56.5
10 Bulan	9.300	7.400	72.0	57.5
11 Bulan	9.600	7.700	73.5	58.5
12 Bulan	9.900	7.900	74.5	60.0
1 thn 3 Bulan	10.600	8.500	78.0	62.5
6 Bulan	11.300	9.000	81.5	65.0
9 Bulan	11.900	9.600	84.5	67.5
2 thn 0 Bulan	12.400	9.900	87.0	69.5
3 Bulan	12.900	10.500	89.0	71.5
6 Bulan	13.500	10.800	92.0	73.5
9 Bulan	14.000	11.200	94.0	75.0
3 thn 0 Bulan	14.500	11.600	96.0	77.0
3 Bulan	15.000	12.000	98.0	78.5
6 Bulan	13.500	12.400	99.5	79.5
9 Bulan	16.000	12.900	101.5	81.5
4 thn 0 Bulan	16.500	13.200	103.5	82.5
3 Bulan	17.000	13.600	105.0	
6 Bulan	17.400	14.000	107.0	85.5
9 Bulan	17.900	14.400	108.0	86.5
5 thn 0 Bulan	18.400	14.700	109.0	87.0

Sumber : WHO dan Kementerian Kesehatan RI

b. Perkembangan Bayi

Perkembangan adalah bertambah sempurnanya fungsi alat tubuh yang dapat di capai melalui tumbuh kematangan dan belajar, terdiri dari kemampuan gerak kasar dan halus, pendengaran, bicara, emosi – sosial, kemandirian, intelegensia dan perkembangan moral (Muslihatun,2015).

3. Bayi Sehat dan Bayi Sakit

a. Pada bayi sehat, umumnya di tandai oleh beberapa hal di antaranya :

- 1) Matanya yang cemerlan saat menatap
- 2) Bergerak aktif, dimana gerakanya itu melibatkan tubuh, kepala, kaki, dan tangan secara seimbang.
- 3) Cukup “rakus” mengisap ASI.
- 4) Tangisannya cukup bertenaga dan mudah di tenangkan lagi.
- 5) Suka tersenyum dan tertawa saat di tenangkan lagi.
- 6) Pernapasan 40 – 60 x/ menit dan suhu 36,5 – 37,5 c

b. Pada Bayi Sakit umumnya di tandai :

- 1) Matanya tidak emerlan dan redup
- 2) Terlihat lemas dan malas bergerak
- 3) Susah disusui atau meminum susu
- 4) Sering menangis dan sulit di tenangkan (rewel)
- 5) Lebih banyak tidur dari biasanya
- 6) Kemudian, di ikuti gejala – gejala susulan seperti kaki dan tangan terasa dingin (maupun panas), hidung berair (jika flu), batuk – batuk terkadang di sertai muntah ( jika infeksi tenggorokan, mencret – mencret (jika diare), suhu di atas 37c dan lain sebagainya. Tergantung dari penyakit yang di alaminya (Rahmawati,2015).

4. Peran Bidan Pada Bayi

Bulan pertama kehidupan merupakan masa transisi dan penyesuaian baik untuk orang tua maupun bayi, oleh karena itu bidan harus dapat memfasilitasi proses tersebut. Peran bidan pada bayi satu bulan pertama dalam praktiknya dilakukan secara komprehensif dan multidisipliner, yakin perawatan bayi (Muslihatun, 2015). seusai dengan keputusan Mentri Kesehatan tentang registrasi dan praktik bidan menyebutkan bahwa bidan berwenang memantau tumbuh kembang bayi melalui deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang. Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini di lakukan masyarakat adalah dengan pijat bayi. (Destyna,2015).

## Tinjauan Umum Tentang Pijat Bayi

### 1. Pengertian Pijat Bayi

Pijat bayi adalah terapi sentuhan yang dilakukan pada bayi, yang dapat memberikan jaminan adanya kotak tubuh berkelanjutan, mempertahankan perasaan aman pada bayi yang dapat mempererat tali kasih orang tua dengan bayi. Pijat bayi merupakan salah satu stimulus dari luar yang bermanfaat untuk meningkatkan berat badan bayi dan panjang badan bayi, dan juga berperan bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan emosional bayi (Sulung.dkk, 2016).

Pijat bayi merupakan metode stimulasi berupa terapi sentuhan (*touch therapy*) tertua dan terpopuler yang di kenal manusia. Pijat bayi dapat meningkatkan produksi ASI dan merangsang peningkatan nafsu makan sehingga dapat meningkatkan berat badan bayi secara optimal. Peningkatan berat badan bayi ini terjadi karena bayi yang di pijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10) yang membuat kadar enzim menyerap gastrin dan iinsulin meningkat sehingga penyerapan sari makanan menjadi lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan lebih sering menyusui (Sugiharti & Yulianti 2012).

Sebuah studi menunjukkan bahwa bayi prematur yang di pijat tiga kali sehari selama sepuluh haru mendapatkan kenaikan berat badan hampir 50 % lebih banyak dan dapat meninggalkan rumah sakit enam hari lebih cepat di bandingkan bayi prematur lainnya. bayi yang di pijat dengan baik dan teratur dapat tumbuh lebih dan berkembang lebih baik (Salma, 2015).

Menurut penelitian T.Field dan Scafidi 1986 dan 1990 mmenunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur (berat badan 1.280 dan 1.176 gr), yang di pijat selama 3 kali 15 menit selama 10 hari, terjadi kenaikan berat badan 20% - 47% lebih dari yang tidak di pijat dan terhadap bayi cukup buan yang berusia 1 – 3 bulan yang di pijat selama 15 menit sebanyak 2 kali seminggu untuk enam minggu menunjukkan kenaikan berat badan dan lebih dari bayi kontrol (Destyna, 2015).

Bayi yang di pijat mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan sari makanan pun menjadi lebih baik. Alhasil bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusui sehingga meningkatkan produksi ASI (Suparyanto, 2011). Pemijatan juga meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

### 2. Mengenali Pijat Bayi

Pijat bayi tentu saja hadir beriringan dengan lahirnya kemampuan manusia dalam melakukan terapi pijat. Karena pijat bayi juga di artikan sebagai sentuhan

komunikasi yang aman antara ibu dan bayinya. Pijat bayi merupakan pengungkapan rasa kasi sayang antara orang tua dengan bayi lewat sentuhan pada kulit. Sentuhan dan pelukan seorang ibu merupakan kebutuhan dasar bayi. Dimana semua itu memiliki dampak yang luar biasa bagi perkembangan bayi. Sentuhan yang dihadirkan dalam pijat-pijatan lembut untuk bayi merupakan sebuah stimulasi yang penting dalam tumbuh kembang bayi. Bayi yang mendapat stimulus yang terarah dan teratur akan lebih cepat berkembang di bandingkan dengan bayi yang kurang atau tidak mendapatkan stimulasi. Naluri seorang bayi merespon sentuhan ibu sebagai sebuah bentuk perlindungan, perhatian, ungkapan cinta serta sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Sentuhan yang di hadirkan kepada bayi dalam bentuk pijatan-pijatan lembut sebaiknya dilakukan oleh orang-orang terdekat bayi, baik itu ibu, ayah kakak atau nenek. Kurangnya informasi dan pengetahuan orang tua terhadap pijat ini, menjadikan banyak orang tua menganggap bahwa pijat bukanlah sebuah bentuk terapi ilmiah pada bayi yang dapat meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

### 3. Manfaat Pijat Bayi

Adapun manfaat pijat bayi menurut para ahli adalah sebagai berikut :

#### a. Manfaat Bagi Bayi

- 1) Meningkatkan bera badan
- 2) Membuat bayi semakin tenang.
- 3) Meningkatkan efektifitas istirahat (tidur bayi)
- 4) Meningkatkan pertumbuhan
- 5) Memperbaiki konsentrasi bayi .
- 6) Membantu merinngankan ketidak nyamanan dalam pencernaan tekanan emosi.
- 7) Memacu perlembangan otak dan system saraf.

#### b. Manfaat bagi orang tua

- 1) Meningkatkan kepercayaan diri.
- 2) Memudahkan orang tua mengenali bayinya.
- 3) Membina ikatan kasih sayangorang tua dan bayi.
- 4) Hiburan menyenangkan untuk keluarga (Syaukani, 2015).

Para ahli berpendapat, pemijatan bayi yang dapat dilakukan sedini mungkin setelah baik dilahirkan, leboh cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapatkan keuntungan yang lebih besar. Apabila pemijatan dilakukan sejak lahir sampai bayi berusia 6 sampai 7 bulan. (Syaukani, 2015).

#### 4. Mekanisme Pijat Bayi

##### a. Meningkatkan *nervus vagus*

Hal ini disebabkan bayi yang dipijat mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makananpun menjadi lebih baik. Hasilnya, bayi menjadi lebih cepat lapar dan karena itu akan sering menyusui sehingga meningkatkan produksi ASI (Suparyanto,2011). Pemijatan juga meningkatkan mekanisme penyerapan oleh *nervus vagus* sehingga nafsu makan akan juga meningkat dan dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani,2015).

##### b. Produksi *serotin* meningkatkan daya tahan tubuh

Aktifitas pemijatan akan meningkatkan aktifitas *neorotransmitter* serotin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan *glucocortocoid* (*adrenalin*, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar *hormon adrenalin* (*hormon stres*) penurunan kadar hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh terutama IgM dan IgG.

##### c. Pemijatan dapat mengubah gelombang otak

Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (*adrenalin*) atau konsentrasi. Hal ini di karenakan pijatan yang baik dapat mempengaruhi gelombang otak. Perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpa dan meningkatkan gelombang beta serta tetha yang dapat dibuktikan dengan penggunaan *EEG* (*electro encephalogram*) (Syaukani, 2015).

#### 5. Persiapan sebelum pemijatan

Ada baiknya sebelum melakukan pemijatan, orang tua atau pemijatan harusnya memperhatikan hal sebagai berikut :

- a. Tangan harus bersih dan dalam keadaan hangat.
- b. Kosongkan tangan dari segala perhiasan agar tidak mengakibatkan goresan pada kulit bayi dan juga pastikan kuku tidak dalam keadaan panjang.
- c. Persiapan ruangan agar terasa hangat dan hindari ruangan yang terasa pengap.
- d. Pastikan perut bayi sudah terisi dan tidak dalam keadaan kosong.
- e. Sediakan waktu untuk tidak diganggu minimal 15 menit guna melakukan seluruh tahap – tahap pijatan.
- f. Duduklah pada posisi yang nyaman.
- g. Baringkan bayi di atas permukaan yang rata, lembut dan bersih.
- h. Siapkanlah handuk, popok, baju ganti dan minyak bayi (baby oil atau lotion).

- i. Mintalah izin pada bayi sebelum melakukan pemijatan dengan cara membelai wajah dan kepala bayi sambil mengajaknya bicara (Syaukani, 2015).
6. Teknik Memijat bayi
- a. Pijatan pada kaki

Ada beberapa teknik pijatan yang dipraktekan dalam memijat kaki bayi:

- 1) Perahan (seperti memerah susu)

Pertama kali, peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul pada olahraga *softball*, kemudian gerakkan tangan kebawah secara bergantian, seperti memerah susu.

- 2) Peras dan putar

Pegang kaki bayi pada pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan kemudian peras dan putar kaki bayi dengan lembut di mulai pangkal paha kearah kaki perlahan.

- 3) Pijatan pada telapak kaki

Urutlah telapak kaki bayi dengan kedua ibu jari secara bergantian dan perlahan yang diawali dengan memijat tumit kaki menuju jari – jari diseluruh telapak kaki.



**Gambar 1 : Pijatan pada kaki**

sumber:Langkah-langkah memijat bayi dan johnson's bayi

(<https://www.johnsonsbaby.co.id>)

- b. Pijatan pada perut

Pemijatan pada perut harus dilakukan dengan ekstra hati – hati, apa lagi bagi orang tua yang baru memiliki bayi dan baru mempraktekkan pijatan pada bayi. Gerakan pijatan dapat dilakukan pada perut bayi yaitu gerakan mengayuh sepeda dengan melakukan gerakan memijat pada bayi seperti mengayuh sepeda, dimulai dari bagian atas kebawah perut, gerakan ini dilakukan secara bergantian dengan tangan kanan dan kiri.



**Gambar 2 : pijatan pada perut**

*sumber: Langkah-langkah memijat bayi dan johnson's bayi  
(<https://www.johnsonsbaby.co.id>)*

c. Pijatan Pada tangan

1) Pijatan pada ketiak

Buatlah gerakan memijat pada daerah ketiak atas kebawah.

2) Peras dan putar

Peras dan putarlah lengan bayi dengan lembut mulai dari pundak kepergelangan tangan

3) Membuka tangan

Pijat telapak tangan dengan kedua ibu jari dari pergelangan tangan kearah jari-jari



**Gambar 3 : Pijatan Pada Tangan**

*sumber: Langkah-langkah memijat bayi dan johnson's bayi  
(<https://www.johnsonsbaby.co.id>)*

d. Pijatan daerah muka

Pijatan pada muka bayi akan merelaksasikan dan melemaskan otot –otot wajah bayi akan terlihat lebih ceriah :

1. Pijitan pada dahi

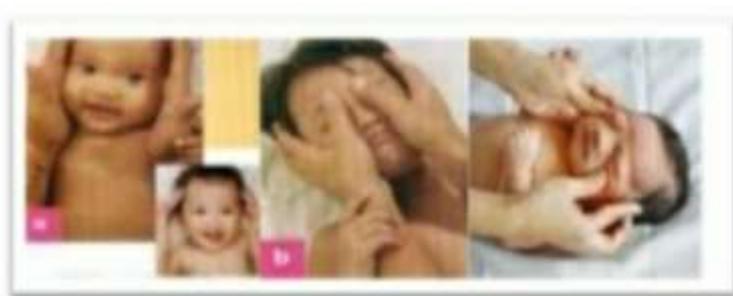
Pertama, letakkan jari – jari kedua tangan pada pertengahan dahi, lalu tekanan jari – jari dengan lembut mulai dari tengah dahi keluar kesamping kanan dan kiri.

2. Pijatan pada alis

Letakkan kedua ibu jari di antara kedua alis mata dengan menggunakan kedua ibu jari untuk memijat secara lembut pada alis mata dan di atas kelopak mata. Mulai dari tengah kesamping seolah menyetrika alis.

3. Belakang telinga

Dengan mempergunakan ujung – ujung jari, berikan tekanan yang lembut pada daerah belakang telinga kanan dan kiri (Syaukani, 2015).



**Gambar 4 : pijatan pada wajah**

*sumber: Langkah-langkah memijat bayi dan johnson's bayi*

*(<https://www.johnsonsbaby.co.id>)*

## **Tinjauan Umum Tentang Hubungan Peningkatan Berat Badan Dengan Pijat Bayi**

### **1. Pengertian Berat Badan Bayi umur 3 bulan**

Berat badan merupakan salah satu parameter pertumbuhan seorang bayi, disamping faktor tinggi badan (Hendarto, 2011). Berat badan yang tidak sesuai dengan umur, tidak ada kenaikan berat badan dalam jangka waktu tertentu (1-3) bulan atau berat badan berlebih, bisa menjadi petunjuk adanya gangguan kesehatan (Handajani, 2012). Pada kondisi tertentu seperti terserang infeksi misalnya diare, konsumsi makan yang menurun sangat mudah mempengaruhi berat badan yang pada akhirnya dapat menurunkan keadaan gizi (Retnowali, 2010). Infant exercise merupakan salah satu cara yang dapat di gunakan untuk meningkatkan berat badan bayi. Namun saat ini pengaruh infant exercise terhadap peningkatan berat badan sesuai umur pada bayi (3-6) bulan belum diketahui.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Wates Negoro kecamatan Ngoro didapatkan 4 bayi dari 14 bayi yang berumur 3-6 bulan mengalami gizi kurang. Sebagaimana Negara berkembang yang lain, di Indonesia masalah kesehatan dan pertumbuhan bayi sangat dipengaruhi oleh dua masalah utama yaitu keadaan gizi yang tidak baik dan penyakit infeksi. Bayi yang menderita kurang gizi mempunyai

kemungkinan yang lebih besar untuk menderita infeksi yang menyebabkan terjadinya diare atau campak yang tidak jarang membawa kematian. Penelitian yang dilakukan di berbagai Negara menunjukkan bahwa kematian bayi akan menjadi lebih tinggi jika jumlah penderita gizi buruk meningkat (Moehji, 2011). Narendra (2012) menyatakan bahwa di Indonesia masih terdapat kekurangan gizi kronis akibat gangguan pertumbuhan yang menurut UNICEF sebesar 46% pada kelompok bayi. Berdasarkan survey yang dilakukan Retnowati (2014) status gizi Balita di Jatim tahun 1999 sejumlah 3,8% balita mengalami gizi lebih, 68,4% gizi baik, 22,31% gizi kurang dan 0,52% mengalami gizi buruk.

Berat badan merupakan hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, cairan tubuh dan lain-lain. Berat badan dipakai sebagai indikator yang terbaik saat ini untuk mengetahui keadaan gizi dan pertumbuhan bayi (Soetjiningsih, 2010). Suatu pengamatan yang dilakukan setelah perang di Jerman waktu terjadi kelaparan, bayi-bayi mengalami keterlambatan pertumbuhan 10-20 bulan dibandingkan dengan bayi-bayi yang tumbuh normal (Narendra, dkk, 2013). Setiap bentuk gangguan gizi merupakan pertanda awal dari terganggunya kekebalan tubuh terhadap penyakit infeksi. Dua puluh lima persen bayi mengalami masalah kesulitan makan dan meningkat sebesar 40-70% pada bayi yang lahir prematur atau dengan penyakit kronis (Judarwanto, 2017).

### **Tinjauan Umum Tentang Hubungan Panjang Badan (Tinggi Badan) Dengan Pijat Bayi**

1. Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh dalam arti sebagai atau seluruhnya karena adanya multiplikasi (bertambah banyak) sel-sel tubuh dan juga karena bertambah besarnya sel, seperti bertambahnya ukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkungan kepala (Nursalam, 2010).

Pertumbuhan merupakan perubahan secara fisiologis sebagai hasil dari kematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal dalam perjalanan waktu tertentu. Pertumbuhan (*growth*)

Berkaitan dengan perubahan yang bersifat kuantitatif yang mengacu pada jumlah besar, besar, dan luas, serta bersifat konkret yang biasanya menyangkut ukuran dan struktur biologis (Mansur, Herawati, 2009).

Pertumbuhan ialah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interceluler, yang berarti bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh dalam arti sebagai atau keseluruhan (Narendra, 2013).

2. Ciri-ciri pertumbuhan menurut Narendra (2010) antara lain:

a. Perubahan ukuran

Perubahan terlihat jelas pada pertumbuhan fisik dengan bertambahnya umur bayi, terjadi pula penambahan berat badan, tinggi badan, lingkaran kepala dan lain-lain. Organ tubuh seperti jantung, paru-paru atau usus akan bertambah besar, sesuai dengan peningkatan kebutuhan tubuh.

b. Perubahan proporsi

Proporsi tubuh seorang bayi baru lahir sangat berbeda dibandingkan tubuh bayi atau orang dewasa. Pada bayi baru lahir, kepala relative mempunyai proporsi yang lebih besar dibanding dengan umur-umur lainnya Titik pusat tubuh bayi baru lahir kurang lebih setinggi umbilicu, sedangkan pada orang dewasa titik pusat tubuh terdapat kurang lebih setinggi simpisis pubis.

c. Hilangnya ciri-ciri lama

Selama proses pertumbuhan terdapat hal-hal yang terjadi perlahan-lahan, seperti menghilangnya kelenjar timus, lepasnya gigi susu dan menghilangnya refleks-refleks primitif

d. Timbulnya ciri-ciri baru

Timbulnya ciri-ciri baru adalah sebagai akibat pematangan fungsi-fungsi organ perubahan fisik yang penting selama pertumbuhan adalah munculnya gigi tetap yang menggantikan gigi susu yang telah lepas dan munculnya tanda-tanda seks sekunder seperti tumbuhnya rambut pubis dan aksila, tumbuhnya buah dada pada Wanita

3. Pola pertumbuhan

Pola pertumbuhan menurut Narendra (2010) antara lain :

a. Pola pertumbuhan umum

Yang khas pada pertumbuhan umum ialah tinggi badan. Sampai usia 2 tahun, pertambahan tinggi badan berlangsung cepat, setelah itu pertumbuhan berlangsung stabil dibawah pengaruh hormon pertumbuhan sampai pubertas. Mulai masa pubertas, hormone kelamin berpengaruh sehingga pertumbuhan berlangsung dengan cepat sampai berhenti pada masa akhir baligh. Umumnya pertumbuhan organ tubuh mengikuti pola pertumbuhan ini.

b. Pola pertumbuhan organ limfoid

Organ limfoid secara cepat mengalami pertumbuhan, sehingga pada usia sekitar 12 tahun mencapai 200% dan berangsur menurun sampai usia dewasa menjadi 100%. Dengan keadaan ini, bayi-bayi pada, masa pubertas relatif lebih kuat daya tahan tubuhnya.

c. Pola pertumbuhan otak dan kepala

Pertumbuhan otak dan kepala terjadi paling cepat di banding bagian tubuh lainnya sejak kehidupan intrauterine, bahkan berlanjut sampai tahun-tahun pertama kehidupan, sehingga pada usia tahun pertumbuhannya telah mencapai hamper 90% otak orang dewasa.

d. Pola pertumbuhan organ reproduksi

Selama masa bayi, pertumbuhan dan perkembangan organ kelamin sangat lambat, baru pada masa pubertas terjadi percepatan yang luar biasa mengejar ketinggalannya di masa bayi sehingga dalam waktu singkat menjadi matang. Pertumbuhan organ reproduksi ini sejalan pula dengan perkembangan kemampuan seksual seseorang.

4. Deteksi pertumbuhan

a. Ukuran antropometri

1) Berat badan

Kenaikan berat badan normal bayi pada triwulan adalah sekitar 750-1000 gram/bulan, pada triwulan II sekitar 500-600 gram/bulan, pada triwulan ke III sekitar 350-450 gram/bulan, dan pada triwulan IV sekitar 250-350 gram/bulan. Selain dengan perkiraan tersebut, BB juga dapat dipikirkan dengan menggunakan rumus atau pedoman dari Behrman (1992), yaitu:

a) Berat badan lahir rata-rata: 3,25 kg

b) Berat badan usia 3-12 bulan,

c) Berat badan usia 1-6 tahun,

$$(\text{Umur (bulan)} \times 2) + 8 = 2n + 8$$

Keterangan: n adalah usia bayi

Untuk menentukan usia bayi dalam bulan, bila lebih 15 hari, dibulatkan ke atas, sedangkan bila kurang atau sama dengan 15 hari dihilangkan (Nursalam, 2010).

2) Tinggi badan

Tinggi badan untuk bayi kurang dari 2 tahun sering disebut dengan panjang badan. Pada bayi baru lahir, panjang badan rata-rata adalah sebesar +

50 CM. Menurut Behrman (1992), menyebutkan bahwa seperti halnya berat seperti halnya berat badan, tinggi badan juga dapat diperkirakan berdasarkan rumus, yaitu:

- a) Perkiraan panjang lahir : 50 cm
- b) Perkiraan panjang badan usia 1 tahun =  $1,5 \times$  panjang badan lahir
- c) Perkiraan tinggi badan usia 2-12 tahun =  $(\text{umur} \times 6) + 77 = 6n + 77$

Keterangan: n adalah usia bayi dalam tahun, bila usia lebih 6 bulan dibulatkan ke atas, bila 6 bulan atau kurang, dihilangkan.

Tinggi badan merupakan indikator yang baik untuk pertumbuhan fisik yang sudah lewat dan untuk perbandingan terhadap perubahan relative, seperti nilai berat badan dan lingkaran lengan atas (Nursalam, 2010).

### 3) Langkah kepala

Secara normal, ukuran lingkaran kepala adalah 34-35 cm. Kemudian akan bertambah usia 0,5 cm/bulan pada bulan pertama atau menjadi + 44 cm dan pada tahun-tahun pertama lingkaran kepala bertambah tidak lebih dari 5 cm/tahun, setelah itu usia 18 tahun lingkaran kepala hanya bertambah + 10 cm. pengukuran lingkaran kepala dapat diukur dengan menggunakan pita pengukuran yang disebut meteran (Nursalam, 2010).

### 4) Lingkaran lengan atas (Lila)

Saat lahir, lingkaran lengan atas sekitar 11 cm dan pada tahun pertama, lingkaran lengan atas menjadi 16 cm. Keuntungan dari pengukuran lila adalah murah, mudah, alatnya bias dibuat sendiri, dan siapa saja dapat melakukannya. Namun kadang-kadang hasil pengukuran kurang akurat karena sukar untuk mengukur lila tanpa mengukur jaringan (Nursalam, 2010).

## b. Keseluruhan fisik

Dengan pemeriksaan fisik, dapat diketahui apakah seorang bayi berada dalam keadaan sakit atau sehat. Di lapangan, pemeriksaan fisik jarang dilakukan untuk menentukan keadaan pertumbuhan bayi, padahal perlu diketahui kemungkinan terdapatnya gangguan pada fisik meliputi keseluruhan fisik, jaringan otot, jaringan lemak, rambut dan gigi (Nursalam, 2007).

### **3. KERANGKA KONSEP**

#### **Dasar Pemikiran Variabel Penelitian**

Pijat bayi adalah terapi sentuhan yang dilakukan pada bayi, yang dapat memberikan jaminan adanya kotak tubuh berkelanjutan, mempertahankan perasaan aman pada bayi yang dapat memperlambat tali kasih orang tua dengan bayi. Pijat bayi merupakan salah satu stimulus dari luar yang bermanfaat untuk meningkatkan berat badan bayi, dan juga berperan bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan emosional bayi.

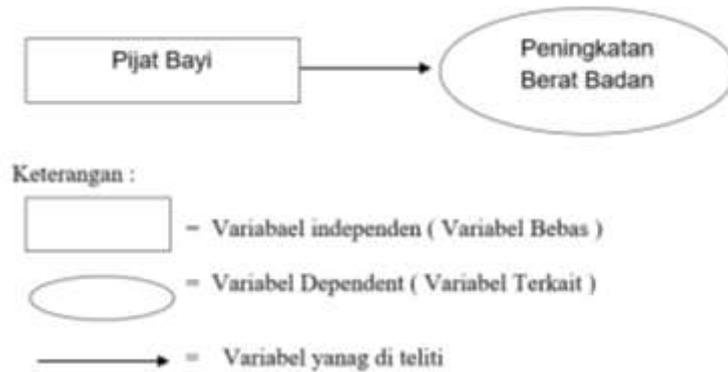
Pemijatan bayi dapat mempengaruhi beberapa faktor salah satunya yaitu peningkatan berat badan dan panjang badan bayi. Dimana peningkatan berat Badan ini merupakan hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh dan dimana penimbangan berat badan ini merupakan salah satu kegiatan untuk memperbaiki gizi pada bayi ataupun bayi.

Perubahan berat badan merupakan indikator yang sangat sensitif untuk memantau pertumbuhan dan kesehatan bayi. Bayi baru lahir hingga bayi berusia 1 tahun harus di timbang setiap bulan sekali. Bayi umur 1- 2 tahun harus di timbang setidaknya setiap 3 bulan sekali.

#### **Kerangka Konsep Penelitian**

Kerangka konsep penelitian pada dasarnya adalah kerangka hubungan antara konsep-konsep yang ingin di amati atau di ukur melalui penelitian-penelitian yang akan di lakukan. Konsep merupakan abstraksi yang terbentuk oleh generalisasi dari hal-hal khusus. Oleh karena konsep merupakan abstraksi maka konsep tidak dapat di amati atau di ukur, (Notoadmojo, 2015).

Sesuai dengan tujuan penelitian, kerangka konsep dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan berat badan bayi dan peningkatan panjang badan 3 - 6 bulan di Puskesmas Mamajang. Variabelnya adalah peningkatan berat badan bayi dan peningkatan panjang badan bayi.



**Gambar 5 Kerangka Konsep**

### **Defenisi Operasional dan Kriteria Objektif**

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik variabel yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena. Definisi operasional ditentukan berdasarkan parameter yang dijadikan ukuran dalam penelitian (A. A. A, Hidayat. 2012).

#### **1. Pijat bayi**

Pijat bayi merupakan salah satu stimulus dari luar yang bermanfaat untuk meningkatkan berat badan bayi dan panjang badan bayi, dan juga berperan bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan emosional bayi.

Kriteria objektif :

- a. Bayi yang dipijat : selama 15 menit sebanyak 4 kali dalam seminggu
- b. Bayi yang tidak dipijat : selama 15 menit sebanyak kurang dari 4 kali dalam seminggu.

#### **2. Peningkatan Berat badan bayi**

Bayi yang naik berat badanya adalah bayi yang ditimbang di Puskesmas Mamajang Kota Makassar yang berat badannya naik dan mengikuti garis pertumbuhan di KMS di suatu wilayah kerja pada kurung waktu tertentu.

Kriteria Objektif :

- a. Meningkat : jika berat badan bayi naik  $\geq 200$  gram / per minggu
- b. Tidak meningkat : jika berat badan bayi tidak meningkat  $< 200$  gram / per minggu

### Hipotesis Peneliti

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar..

2. Hipotesis Nol (Ho)

Tidak ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.

## 4. METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen (eksperimen semu), dengan menggunakan pretest dan posttest. Penelitian quasi eksperimen (eksperimen semu) adalah desain penyusunan di mana penulis melakukan intervensi/perlakuan pada subjek (Sulistyaningsih, 2011).

Adapun rancangan penelitiannya, yaitu sebagai berikut :

Tabel 5

Kelompok	Pretet	Perlakuan	Posttest
Kel. Perlakuan	O1	X	O2
Kel. Kontrol	O1		O2

Keterangan :

O1 = Pretest

X = Perlakuan

O2 = Posttest

Eksperimen ini dilakukan pada bayi usia 3 bulan yang berada di wilayah kerja Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kemudian dilakukan pretest pada seluruh sampel (menimbang berat badan awal) dengan menggunakan timbangan bayi yang sudah terstandarisasi dan sudah digunakan untuk menimbang berat badan bayi secara berulang yang sebelumnya sudah ditera (skala 0) untuk mendapatkan hasil yang sama, selanjutnya kelompok intervensi diberikan terapi pijat bayi sedangkan pada kelompok control tidak

### Teknik Pengambilan Sampel

Penarikan sampel penelitian dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu penarikan sampel sesuai dengan kriteria yang ditentukan oleh peneliti sendiri. Kriteria sampel sebagai berikut

1. Kriteria Inklusi
  - a. Umur 3 bulan
  - b. Bayi dalam keadaan sehat
  - c. Bayi yang di beri ASI
  - d. Bayi berat badannya normal
  - e. Ibu bersedia jadi responden

2. Kriteria Eksklusi Bayi

Kriteria eksklusi (kriteria yang tidak layak di teliti) adalah menghilangkan/mengeluarkan subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dan studi (Setiadin, 2013).

- a. Bayi tidak berumur 3 bulan
- b. Bayi tidak dalam keadaan sehat
- c. Bayi yang tidak diberi ASI
- d. Bayi berat badannya tidak normal
- e. Ibu tidak bersedia jadi responden

### **Jenis Data**

Angket / daftar ceklis penelitian adalah alat pengumpulan data dirancang oleh calon peneliti sesuai dengan kerangka konsep dalam bentuk kuisisioner baik variabel independen (peningkatan berat badan dan panjang badan) maupun variabel dependen (pijat bayi), dengan mengacu pada teori-teori yang ada pada bab II (Tinjauan pustaka), yang disesuaikan dengan keadaan Ibu dilapangan.

### **Prosedur Pengumpulan Data**

1. Mengajukan surat permohonan izin untuk mengadakan penelitian dari institusi ke dinas kesehatan kota, kemudian dinas kesehatan kota memberikan rekomendasi penelitian ke Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.
2. Setelah mendapat persetujuan, peneliti mencari sampel secara acak sesuai jumlah yang dibutuhkan.
3. Dilakukan penjelasan tentang penelitian dan tujuan penelitian kepada responden.
4. Penjelasan *Informed Consent* tentang penelitian dan tujuannya. Bagi mereka yang setuju, diminta menandatangani tanda persetujuan yang telah disiapkan oleh calon peneliti.
5. Untuk memulai pengisian dengan wawancara sendiri-sendiri tidak secara berkelompok. Setelah dijawab oleh setiap responden, lembar obserfasi/daftar ceklis dikumpul pada saat itu juga kemudian dianalisis.

## Instrumen Penelitian

Jenis instrumen penelitian yang dapat digunakan dapat diklasifikasikan menjadi lima bagian, yang meliputi pengukuran, biofisiologi, observasi, wawancara, kuesioner, dan skala (Nursalam, 2017). Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah observasi, wawancara, timbangan, meteran, dan alat pencatat.

Pada penyusunan instrumen penelitian, di tahap awal perlu dituliskan data-data tentang karakteristik responden: umur, pekerjaan, sosial ekonomi, jenis kelamin dan data demografinya (Nursalam, 2017).

## Cara Pengolahan dan Penyajian Data

### 1. Pengolahan Data

Data yang di peroleh dilakukan pengolahan data agar dapat dilakukan analisis sehingga menghasilkan informasi yang benar, Ada 4 tahapan pengolahan data yang harus dilalui yaitu :

#### a. Edit Data (*Editing*)

Pada tahap ini peneliti terlebih dahulu memeriksa kelengkapan isian kuisisioner yang telah disisi responden. Jika ditemukan ada ketidak lengkapan, maka peneliti perlu menanyakan pada pegumpul data, untuk kelengkapan data yang ada secepatnya atau mencari responden lain dimana karakteristiknya tidak jauh berbeda dengan respoden awal sebagai pengganti.

#### b. Mengkode Data (*Coding*)

Pada tahap ini, peneliti memberikan kode – kode tertentu pada data – data yang sudah dikumpulkan dengan tujuan memudahkan pengelolah data selanjutnya.

#### c. Poses (*Processing*)

Setelah semua kuisisioner terisi dengan benar, serta sudah melewati pengkodean, maka langkah selanjutnya adalah proses data agar data yang sudah di entri dapat di analisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara memasukkan data dari kuisisioner kepaket program kompoter.

#### d. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Pemersihan data merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di entri apakah ada kesalahan atau tidak dengan cara :

##### 1) Mengetahui Kehilangan Data

Cara mendeteksi adanya kehilangan data adalah dengan melakukan list (distribusi frekuensi) dan variabel yang ada.

2) Mengetahui Variasi Data

Dengan mengetahui variasi data akan diketahui apakah data yang dimasukkan benar atau salah, cara mendeteksi dengan cara mendeteksi dengan mengeluarkan distribusi frekuensi masing – masing variabel.

3) Mengetahui Konsistensi Data

Dengan cara menghubungkan dua variabel maka dapat mengetahui atau mendeteksi adanya ketidak konsistensi data (Dewi Sri, 2014).

2. Analisis Data

Analisis data di lakukan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi di sertai dengan penjelasan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dengan analisis bivariat.

a. Analisis Univariat

Data yang di peroleh dari hasil pengumpulan data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan diagram. Dalam penelitian ini dilakukan analisis univariat secara deskriptif sederhana berupa pesentase. Rumus yang digunakan adalah :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

f = Frekuensi setiap kategori variabel

P = Persentase

n = Jumlah sampel

b. Analisis Bivariat

Uji statistik dengan menggunakan Microsoft excel dan *Paired Test* untuk menguji perbedaan dari data *dependen* (sampel terikat). Taraf kesalahan atau tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) yang digunakan adalah 0,05.

Adapun rumus yang digunakan adalah :

Untuk mengetahui hubungan dari tiap variabel *independen* dan *dependen*, menggunakan uji statistik *chi-square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  dengan rumus :

$$X^2 = \frac{(O-E)^2}{E}$$

**Keterangan :**

$X^2$  : Statistik chi-square

O : Frekuensi hasil observasi

E : Frekuensi yang diharapkan

Untuk menentukan derajat kebebasan (*degree of freedom*) dengan menggunakan rumus  $df = (b-1)(K-1)$ .

Kriteria pengujian:

- a. Jika  $p \text{ value} < 0,05$  atau nilai  $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dan panjang badan bayi Umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar..
- b. Jika  $p \text{ value} > 0,05$  atau nilai  $t \text{ hitung} < t \text{ tabel}$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang berarti tidak ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dan panjang badan bayi Umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.

**Etika Penelitian**

Etika dalam penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan sebuah penelitian mengingat sebuah penelitian akan sangat berhubungan langsung dengan manusia, maka dari segi peneliti harus di perhatikan karena manusia mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian. Dalam penelitian ini sebelum peneliti mendatangi calon partisipan untuk meminta kesediaannya menjadi partisipan peneliti. Peneliti harus melalui beberapa tahap pengurusan, sebagai berikut :

Peneliti meminta persetujuan dari Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. Setelah mendapat persetujuan dari pihak Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. peneliti mendatangi calon responden untuk menjadi responden peneliti dengan memperlihatkan etika-etika dalam melakukan penelitian menurut Anggraeni & Saryono (2013), sebagai berikut :

1. *Informend Consent* (lembar persetujuan)

Sebelum melakukan penelitian dengan menyebarkan kuisioner pada subjek, peneliti menjelaskan tujuan penelitian yang akan dilakukan penelitian.

2. *Anonimity* (Tanpa nama)

Merupakan masalah etika dalam penelitian kebidanan dengan cara tidak mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur. Untuk menjaga kerahasiaan, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden, tetapi lembar tersebut di beri kode.

### 3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Merupakan masalah etika dengan menjamin kerahasiaan dari hasil penelitian baik informasi maupun masalah – masalah lainnya. Kerahasiaan informasi responden di jamin oleh peneliti hanya kelompok data tertentu yang akan di laporkan sebagai hasil penelitian.

## 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar April 2024 dengan mengambil sampel sebanyak 45 bayi dan analisis sesuai dengan tujuan penelitian, hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel yang dilengkapi dengan penjelasan sebagai berikut:

#### 1. Analisis Univariat

##### a. Hasil uji deskriptif pijat bayi

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Berat Badan bayi

Metode		n	%
Intervensi	Rendah	9	45
	Tinggi	1	5
Kontrol	Rendah	2	10
	Tinggi	8	40
Jumlah n		20	

Sumber data: Hasil Olah SPSS, 2024

Berdasarkan tabel 3 dari jumlah responden 20 bayi terdiri dari kelompok intervensi kategori rendah terdapat 9 bayi atau 45%, kategori tinggi 1 bayi atau 5% sedangkan kelompok kontrol kategori rendah terdapat 2 bayi atau 10% dan kategori tinggi 8 bayi atau 40%.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peningkatan Berat Badan bayi

Peningkatan BB bayi	N	%
Tidak meningkat	4	20
Meningkat	16	80
Jumlah n	20	100,0

Sumber data: Hasil Olah SPSS, 2024

Berdasarkan Tabel di atas Hasil Uji Berat badan Bayi sebelum di pijat bahwa banyak bayi kategori rendah 4 bayi presentase sebesar 20% sedangkan dalam kategori tinggi sebesar 16 bayi atau dengan persentase 80% dari 20 bayi yang di uji.

2. Analisis Bivariat

- a. Pengaruh pijat bayi umur 3 bulan terhadap peningkatan berat badan bayi di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar

Tabel 5  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Uji Normalitas

Kelompok	Shapiro-Wilk		
	Statistic	N	Sig.
BB BAYI Intervensi	0,963	10	0,824
BB BAYI kontrol	0,918	10	0,340
Jumlah N	20		

Sumber data: Hasil Olah SPSS, 2024

Berdasarkan tabel uji normalitas shapiro wilk bahwa diketahui signifikan BB bayi intervensi 0,824 dan kelompok kontrol 0,340 lebih besar dari 0,05 maka dapat di simpulkan bahwa data berat badan bayi berdistribusi normal.

- b. Pengaruh pijat bayi umur 3 bulan terhadap peningkatan berat badan bayi di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar.

Tabel 6  
Distribusi Frekuensi Responden kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Responden	Mean	n	Sig. (2-tailed)
Berat Badan bayi interval	2865,00	10	0,000
Berat badan bayi kontrol	3320,00	10	
Jumlah n	20		

Sumber data: Hasil Olah SPSS, 2024

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 20 orang responden yang terbagi dalam kelompok intervensi yakni yang tidak diberikan pijat bayi dan kelompok kontrol yang diberikan pijat bayi, terdapat bobot berat badan bayi intervensi sebesar 2865,00. mengalami peningkatan

berat badan dengan bobot berat badan bayi sebesar 3320,00 yang terdiri dari 10 bayi intervensi dan 10 bayi kontrol.

Berdasarkan hasil uji T statistik menggunakan paired sampel Test bahwa diketahui nilai Signifikan Berat badan bayi intervensi dan kontrol 0,000 lebih kecil dari  $\alpha=0,05$  menunjukkan maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, hal ini menunjukkan ada artinya dapat di simpulkan bahwa pijatan bayi terhadap peningkatan Berat badan bayi berpengaruh signifikan.

## **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa 20 bayi di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar melakukan pemijatan. Setelah dilakukan Csquare rata-rata sebelum pijat 2865,00 mean, sesudah di pijat mean 3320 mean, peningkatan berat badan bayi kategori rendah 4 bayi presentase sebesar 20% sedangkan dalam kategori tinggi sebesar 16 bayi atau dengan persentase 80% dari 20 bayi yang di uji.

Faktor yang dapat mempengaruhi penigkatan berat badan pada bayi diantaranya adalah pengetahuan ibu mengenai gizi, status kesehatan, psikologi bayi, serta faktor pribadi dan kesukaan belum dapat disingkirkan sebagai faktor perancu penelitian ini. Status sosial ekonomi dan budaya pangan mempunyai tanggung jawab yang cukup besar terhadap status kesehatan bayi. Namun, secara khusus penelitian ini membuktikan bahwa pemberian pijat bayi dapat membantu mengoptimalkan pertumbuhan bayi dengan peningkatan berat badan bayi.

Berdasarkan hasil uji pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi bahwa dapat di buktikan dengan hasil analisis nilai signifikan sebelum dan setelah melakukan pijatan pada bayi selama 3 bulan pada Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan setelah peneliti lakukan uji, telah diketahui bahwa pijat bayi memberikan manfaat terhadap pertumbuhan bayi terutama peningkatan berat badan bayi. Faktor lain manfaat pijat bayi juga telah dibuktikan efektifitasnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi oleh beberapa peneliti dari berbagai universitas dan dan para ahli menyatakan bahwa bayi yang rutin diberikan pijat bayi akan memiliki sistem imunitas yang lebih tinggi (bayi tidak gampang sakit) dan menunjukkan sikap perkembangan motorik yang lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak diberikan pijat bayi. oleh karena itu, perlu adanya penerapan stimulasi bayi menggunakan pijat bayi agar pertumbuhan dan perkembangan bayi lebih optimal.

“Panji M.2003. *Pertumbuhan Berat Badan Bayi*. Dalam <http://fordearest.wetpaint.com/page/berat+badan+dan+tabel+pertumbuhan>. Diakses 1 agustus 2019.”

## **6. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. Maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut ada: pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi umur 3 bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar dengan presentase keberhasilan 80% peningkatan berat badan bayi.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan serta kesimpulan yang telah diuraikan maka saran penulis adalah :

#### **1. Saran untuk responden**

Diharapkan dapat menerapkan pijat bayi ini dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan berat badan bayi umur 3 bulan.

#### **2. Saran bagi profesi bidan**

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan yang cukup bagi tenaga bidan di ruang perinatal akan besarnya manfaat terapi pijat bayi dalam menaikkan berat badan bayi BBLR sehingga mampu menyeimbangkan tumbuh kembang bayi di kemudian hari. Bidan tenaga yang di harapkan mengerti dan mampu bagaimana melakukan tugas penatalaksanaan pijat bayi yang baik dan benar sehingga dapat meminimalisir faktor resiko yang kemungkinan dapat muncul

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Widyastuti, D., & Widyani, R. (2009). *Panduan perkembangan bayi 0-1 tahun*. Jakarta: Puspa Swara.
- Widayanti, M., Rahayu, D. E., & Suwoyo. (2006). Hubungan pijat bayi dengan pola tidur bayi usia 3-6 bulan di Bidan Praktek Swasta (BPS) Ny. Nur Musriah Kota Kediri. *Poltekkes Depkes Malang*, 6(2), 79-83.

- Tri Sasmi, I., Oswati, H., & Rismadefi. (2014). Pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi. *JOM PSIK*, 1(2).
- Suparyanto. (2011). Pijat bayi. Diakses pada 15 September 2019.
- Sulung, N., & Gayatri, C. D. A. (2016). Efektivitas baby massage terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3-4 bulan di BPS Bunda Kecamatan Mandiangin Koto Selayan Bukittinggi tahun 2014. Diakses pada 25 Agustus 2019.
- Sulistyaningsih. (2011). Metodologi penelitian kebidanan kuantitatif-kualitatif. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiharti, N., & Yuliati, A. (2012). Pengaruh pemijatan pada bayi usia 4-6 bulan terhadap peningkatan berat badan di Desa Pundong Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. Diakses pada 29 Agustus 2019.
- Soetjningsih. (2010). Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya. Jakarta: Agung Seto.
- Soetjningsih, & Ranuh. (2014). Tumbuh kembang bayi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Setiadi. (2013). Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Rizema Putra, S. (2012). Asuhan neonates bayi dan balita untuk keperawatan dan kebidanan. Yogyakarta: D-Medika.
- Rahayu, A. (2005). Pedoman merawat bayi. Jakarta: Erlangga.
- Panji, M. (2003). Pertumbuhan berat badan bayi. Dalam <http://fordearest.wetpaint.com/page/berat+badan+dan+tabel+pertumbuhan>. Diakses pada 1 Agustus 2019.
- Nursalam. (2017). Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2010). Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2015). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Muslihatun, W. N. (2015). Asuhan neonatus bayi dan balita. Yogyakarta: Fitramaya.
- Maryunani, A. (2016). Ilmu kesehatan bayi dalam kebidanan. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Mansur, H. (2009). Psikologi ibu & bayi untuk kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- Machfoedz, I. (2017). Metodologi penelitian kuantitatif & kualitatif (Cetakan ke-12). Yogyakarta: Fitramaya.
- Kusnadi. (2018). Metode pembelajaran kolaboratif: Penggunaan tools SPSS dan video scribe. Tasikmalaya, Indonesia: Edu Publisher.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Diakses pada 31 Januari 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
- Kachoosangy, R. A., & Aliabadi, F. (2011). Effect of tactile-kinesthetic stimulation on motor development of low birth weight neonates. *Iranian Rehabilitation Journal*, 9.
- Judarwanto, W. (2017). Mengatasi kesulitan makan pada bayi. Jakarta: Puspa Sehat.
- Hendarto, H. (2011). Gangguan haid atau pendarahan uterus abnormal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Field, T., Diego, M., Medina, L., Delgado, J., & Hernandez, A. (2011). Yoga and massage therapy reduce prenatal depression and prematurity. University of Miami School of Medicine: NIH Public Access.
- Dewi, S. M. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu terhadap pijat bayi usia 0-12 bulan di Kompleks TNI AL Sabang. Diakses pada 28 Agustus 2019.
- Destyna. (2015). Efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi premature di ruang perinatologi Rumah Sakit Imelda Medan. Diakses pada 23 Agustus 2019.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Buku kesehatan ibu dan bayi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2012). Angka kematian bayi (AKB) atau infant mortality rate. Diakses pada 25 Agustus 2019.
- Daniati, M., & Novayelinda, R. (2008). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan neonatus. *Jurnal Ilmiah*, 11-20.
- Behrman, R. E. (2016). Ilmu kesehatan bayi (Edisi ke-2). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Astuti, D. (2005). Panduan praktis memijat buah hati Anda. Yogyakarta: Nusa Pressindo.
- Anggraeni, D. M., & Saryono. (2013). Metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam bidang kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- A.A.A, Hidayat. (2012). Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah. Jakarta: Salemba Medika.