

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN BAYI USIA 1-3 BULAN DI RS.
PKT BONTANG**

Niky Wahyuning Gusti¹, Arsita Pratiwi², Ulfiah Sufie³
^{1,2,3}STIKes Bhakti Pertiwi Indonesia Jalan Jagakarsa Raya
No. 37, Jagakarsa, Jakarta Selatan
[Email: nikyakaan@yahoo.com](mailto:nikyakaan@yahoo.com)

ABSTRAK

Latar Belakang: Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat penting dan salah satu aspek yang harus diperhatikan secara serius sejak usia dini. Penilaian pertumbuhan anak secara teratur melalui penimbangan setiap bulan, pengisian Kartu menuju Sehat (KMS), dan menentukan status pertumbuhan berdasarkan kenaikan BB. Salah satu rangsangan dan stimulasi yang dianjurkan adalah pijat bayi. Pijat bayi memang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Para ahli berpendapat, pemijatan bayi dapat dilakukan sedini mungkin setelah bayi dilahirkan. **Metode penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik (*explonatory study*) dengan menggunakan desain penelitian *case control*. Besarnya sampel ditentukan secara *purposive sampling* menggunakan rumus Slovin yaitu 52 orang responden. Data yang digunakan adalah data primer, dengan menggunakan analisis *Chi Square test*. **Hasil penelitian:** Hasil analisis statistik *Chi Square test* terdapat pengaruh yang signifikan antara pijat bayi dengan penambahan berat badan bayi pada usia 1- 3 bulan dengan nilai *Chi Square test* (χ^2 hitung=16,654) dan *p value* sebesar 0,000. Nilai hasil *Odd Ratio* dengan menggunakan SPSS yaitu sebesar 19,200 yang berarti bayi berusia 1-3 bulan yang dilakukan pijat bayi mempunyai potensi 19 kali lebih besar untuk mengalami penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS bila dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan pijat bayi. **Kesimpulan** penelitian ini adanya pengaruh antara pijat bayi terhadap penambahan berat badan bayi pada usia 1- 3 bulan.

Kata Kunci: pijat bayi; berat badan; pertumbuhan

ABSTRACT

**THE INFLUENCE OF BABY MASSAGE ON BODY WEIGHT OF BABIES AGED 1-3
MONTHS AT HOSPITAL. PKT BONTANG**

Background: The growth and development of children is very important and one aspect that must be seriously considered from an early age. Assessment of children's growth regularly through weighing every month, filling in for Healthy Cards (KMS), and determining growth status based on weight gain. One of the recommended stimulation and stimulation is baby massage. Baby massage is believed to be able to maintain and be able to stimulate and optimize the baby's developmental body. Experts argue, baby massage can be done as early as after the baby is born. **Training Method:** This research is an analytical survey research (*explonatory study*) by using research design *case control*. The sample size is determined by *purposive sampling*. The data used is primary data, using analysis *Chi Square test*. **Research results: Statistical analysis results:** *Chi Square test* there is a significant effect between baby massage and infant weight gain at the age of 1-3 months with a value of *Chi Square test* and *p value* of 0.000. Yield value *Odd Ratio* by using SPSS, which is 19.200, which means that infants aged 1-3 months who receive baby massage have 19 times greater potential to experience minimal weight gain according to the graph on the KMS when compared to infants who are not massaged. **The conclusion** of this study is that there is an influence between baby massage and infant weight gain at the age of 1-3 months
Keywords: baby massage; weight; growth

Latar Belakang. Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat penting dan salah satu aspek yang harus diperhatikan secara serius sejak usia dini. Namun hal itu sangat sering kali diabaikan baik oleh tenaga kesehatan maupun orang tua yang selama ini atau biasanya lebih berfokus pada penanganan saat anak sakit. Banyak hal yang harus dikenali dan dilakukan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak sejak dini agar tidak terjadi penyimpangan atau keterlambatan yang tentunya tidak diharapkan.

Upaya pemeliharaan kesehatan anak ditujukan mempersiapkan generasi akan datang yang sehat, cerdas, dan berkualitas serta untuk menurunkan angka kematian. Upaya ini dilakukan sejak janin masih dalam kandungan, dilahirkan, setelah dilahirkan dan sampai usia 18 tahun. Penimbangan sangat penting untuk pertumbuhan, untuk dipantau secara intensif sehingga bila berat badan anak tidak naik atau jika ditemukan penyakit akan dapat dilakukan upaya pemulihan dan pencegahan seperti pada gizi kurang atau gizi buruk.¹

Pemantauan pertumbuhan adalah serangkaian kegiatan yang terdiri dari penilaian pertumbuhan anak secara teratur melalui penimbangan setiap bulan dengan pengisian Kartu Menuju Sehat (KMS), menentukan status pertumbuhan berdasarkan kenaikan BB, dan menindaklanjuti setiap kasus gangguan pertumbuhan. Tindak lanjut hasil pemantauan pertumbuhan berupa konseling, pemberian makanan tambahan, pemberian suplemen gizi dan rujukan.²

Meskipun pertumbuhan ekonomi terjadi secara dramatis di Indonesia, kekurangan gizi tetap menjadi masalah yang signifikan dan terlihat sedikit mengalami penurunan. Indonesia menderita kekurangan gizi yang cukup tinggi (defisiensi gizi makro dan mikro) yang diiringi dengan meningkatnya prevalensi obesitas - yang disebut sebagai 'Beban Ganda

Masalah Gizi' (*Double Burden of Malnutrition*).³

Wilayah Asia Tenggara dan Pasifik memiliki hampir setengah dari populasi di seluruh dunia, yang menderita Beban Ganda Masalah Gizi. Tidak ada wilayah lain yang memiliki prevalensi berat badan lebih (gemuk) yang meningkat secepat di wilayah Asia Tenggara dan Pasifik ini dan Indonesia adalah salah satu contoh utama. Beban Ganda Masalah Gizi di Indonesia terjadi di sepanjang siklus kehidupan, dimulai lebih awal dengan 12% anak di bawah lima tahun menderita kurus (*wasting*), sementara 12% lainnya mengalami kegemukan (*overweight*).³

Kekurangan gizi dan kegemukan selama masa kanak-kanak dikaitkan dengan tingkat mortalitas dan morbiditas yang lebih tinggi. Kurang gizi menyebabkan 45% kematian pada anak usia di bawah lima tahun di seluruh dunia.³

Tingkat kematian pada anak dengan gizi buruk akut (*Severe Acute Malnutrition/SAM*) adalah 11,6 kali lebih tinggi dibandingkan pada anak dengan gizi baik, dan mereka yang bertahan hidup dari keadaan gizi buruk akut dapat terus mengalami masalah perkembangan di sepanjang hidup mereka. Bukti global menunjukkan bahwa *wasting* (kurus) meningkatkan risiko *stunting* pada anak, gangguan perkembangan kognitif, dan penyakit tidak menular di masa dewasa. Indonesia memiliki tingkat kekurangan gizi akut tertinggi keempat di dunia, dengan sekitar tiga juta anak balita mengalami *wasting* (kurus), diantaranya yakni 1,4 juta anak mengalami sangat. Data tahun 2013 menunjukkan bahwa enam provinsi memiliki prevalensi lebih dari 15% yang dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat yang sangat tinggi oleh WHO.⁴

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019, jumlah bayi 0 tahun dengan jenis kelamin laki laki sebanyak 2.423.786 KH dan perempuan sebanyak 2.322.652 KH. Jumlah

seluruh bayi adalah sebanyak 4.746.438 KH, dengan indeks BB/U pada balita 0-23 bulan mendapatkan persentase gizi buruk sebesar 3,8%, gizi kurang sebesar 11,4%, gizi baik 83,50%, dan gizi lebih sebesar 1,60%.⁵

Prevalensi status gizi (BB/U) pada anak umur 0-59 bulan (Balita) di Provinsi Kalimantan Timur yang mengalami gizi buruk sebesar 3,21%, gizi kurang 11,49%, gizi baik 80,82%, dan gizi lebih 4,48%. Sedangkan prevalensi status gizi (BB/U) pada anak umur 0-59 bulan (Balita) menurut Kabupaten/Kota Bontang, Balita yang mengalami gizi buruk sebesar 1,66%, gizi kurang 5,74%, gizi baik 90,03%, dan gizi lebih 2,57%.⁶

Salah satu penyebab permasalahan berat badan adalah nafsu makan anak yang turun. Dengan demikian salah satu rangsangan dan stimulasi yang dianjurkan adalah pijat bayi. Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia ialah pada waktu dilahirkan, yaitu pada waktu melalui jalan lahir ibu. Pijat bayi telah dipraktekkan hampir diseluruh dunia sejak dahulu kala, termasuk Indonesia. Seni pijat bayi diajarkan secara turun-temurun.⁷

Tanpa disadari ketika memandikan bayi, mengeringkan tubuhnya dengan menggosok punggungnya, atau bermain-main dengan cara memijat kakinya, sebenarnya banyak rangsangan yang dilakukan padanya. Memberikan rangsangan pada bayi memang banyak caranya. Salah satu diantaranya melalui pijatan (stroking). Pijat merupakan bentuk ideal untuk merealisasikannya, sebab saat memijat bayi, ibu "melatih" dirinya untuk lebih mengenal bayinya. Dengan memijat bagian demi bagian tubuh bayi secara lembut, ibu belajar mengenali tubuh dan bahasa tubuh bayinya secara individual. Dari sini akan diketahui pijatan mana yang menyenangkan bagi bayi dan mana yang tidak disukainya.⁸

Para ahli berpendapat, pemijatan bayi dapat dilakukan sedini mungkin setelah bayi dilahirkan. Lebih cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapat keuntungan yang lebih besar. Apalagi jika dapat dilakukan setiap hari dari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan.

Namun pengetahuan tentang pijat bayi ini masih belum diketahui oleh masyarakat,

dikarenakan masyarakat masih mempercayakan pijat bayi kepada dukun bayi dan kurangnya pengetahuan masyarakat untuk melakukan pijat bayi kepada tenaga kesehatan. Faktor lain yang menyebabkan masyarakat lebih memilih pijat bayi kepada dukun bayi adalah faktor adat istiadat yang masih di pegang teguh dan berkembang secara turun temurun. Serta, adanya keyakinan bahwa dukun bayi dianggap lebih mengerti dan mahir dalam melakukan pijat bayi yang sudah dipraktekkan sejak berabad-abad silam.⁹

Pijat bayi memang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Namun tanpa teknik pemijatan yang benar, pijat bayi justru membahayakan, bahkan dapat menimbulkan kematian pada bayi. Hingga saat ini belum semua dukun bayi memahami teknik pijat bayi yang benar. Sering dijumpai, kepala bayi menjadi obyek pemijatan. Selain itu seringkali teknik pemijatan bayi hampir sama dengan pemijatan ibu bayi karena menjadi satu dengan paket pertolongan persalinan.¹⁰

Dalam Sustainable Development Goals (SDG's) pada tahun 2015-2030 bertujuan untuk menurunkan AKI, AKB dan AKABA seperti yang disebutkan pada tujuan ketiga yaitu kesehatan yang baik. Kesehatan yang baik ini memiliki arti untuk menurunkan AKI, AKB, dan AKBA. Berdasarkan data kematian pada tahun 2015, angka kematian bayi 22,23 per 1000 KH, angka kematian balita mencapai 26,9 per 1000 KH.¹¹

Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, angka kematian neonatum merupakan salah satu target indikator SDGs dengan target penurunan menjadi 12 per 1000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Kematian neonatum turun dari 19 per 1000 kelahiran hidup menjadi 15 per 1000 kelahiran hidup. Kematian bayi turun dari 32 per 1000 kelahiran hidup menjadi 24 per 1000 kelahiranhidup, dan kematian balita dari 40 per 1000 kelahiran hidup menjadi 32 per 1000 kelahiranhidup.¹²

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan/penambahan berat badan pada bayi pada usia 1-3 bulan.

Tinjauan Pustaka. 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.¹³

Adapun manfaat pijat bayi adalah sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan pertumbuhan dan berat badan bayi. Bayi yang dipijat mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik. Bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI.¹⁴
- 2) Mengurangi kadar bilirubin. Beberapa hari setelah lahir, bayi bisa menjadi kuning. Berubahnya warna kulit bayi menjadi kuning ini bisa disebabkan oleh meningkatnya kadar bilirubin. Dalam suatu penelitian, diketahui bahwa bayi kuning yang mendapatkan pijatan selama 15-20 menit dan fototerapi terlihat mengalami perbaikan yang lebih cepat daripada bayi yang hanya mendapatkan fototerapi. Hal ini menunjukkan bahwa manfaat pijat pada bayi juga turut berpengaruh pada penurunan kadar bilirubinnya.¹⁴
- 3) Meningkatkan produksi ASI dan gerak peristaltik untuk pencernaan. Pijat bayi dapat menyebabkan bayi lebih rileks dan dapat bersistirahat dengan efektif, hal ini berdampak positif ketika bayi bangun dan membawa energi yang cukup untuk beraktivitas. Dengan aktivitas yang optimal, bayi akan cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus dalam menggerakkan sel peristaltik untuk

mendorong makanan ke saluran pencernaan. Dengan semakin banyak dihisap, ASI pun terstimulasi untuk diproduksi.¹⁴

- 4) Memacu perkembangan otak dan sistem saraf. Rangsangan yang diberikan pada kulit bayi akan memacu proses myelinisasi (penyemburnaan otak dan sistem saraf) sehingga dapat meningkatkan komunikasi ke tubuh bayi dan keaktifan sel neuron. Myelinisasi yang berlangsung lebih cepat memungkinkan otak bayi semakin terpacu untuk berfungsi sempurna dalam mengkoordinasikan tubuh. Bayi lebih sigap dan lincah dalam menanggapi apa yang dihadapinya.¹⁴
- 5) Meningkatkan aliran oksigen dan nutrisi menuju sel. Pemijatan dapat memperlancar proses pengangkutan oksigen ke sel-sel yang akan dituju. Pengangkutan oksigen ini penting agar sel-sel dapat menjalankan fungsinya dengan normal. Aliran oksigen ke sel-sel saraf yang tidak lancar dapat menyebabkan rasa sakit, menurunnya konsentrasi, dan kesiagaan. Stimulasi pemijatan juga memperlancar mengalirnya nutrisi ke seluruh sel. Nutrisi ini penting agar sel-sel dapat tumbuh dan menjalankan fungsinya. Dengan pemijatan akan memperlancar peredaran darah yang mengalir keseluruh tubuh, termasuk ke otaknya. Salah satu zat penting yang dibawa oleh darah adalah oksigen. Ketika suplai oksigen untuk otak bayi tidak lancar maka fungsi otak untuk berpikir dan konsentrasi akan terganggu. Semakin baik aliran darah ke otak, semakin berkecukupan kebutuhan oksigen otak yang terpenuhi. Terpenuhinya oksigen di otak secara cukup membuat konsentrasi dan kesiagaan bayi semakin baik.¹⁴

Kontra indikasi pemijatan adalah jangan dilakukan pada bayi yang suhu tubuhnya tinggi dan jangan dilakukan pada bayi yang sedang sakit.

Pemijatan dapat dilakukan kapanpun, namun waktu yang dianjurkan adalah :

- 1) Pagi hari Pemijatan dapat dilakukan pagi hari sebelum mandi, sebab sisa-sisa minyak pijat akan lebih mudah

dibersihkan, selain itu pemijatan pada pagi hari memberikan nuansa ceria bagi bayi.

- 2) Malam hari Pemijatan malam hari sangatlah baik. Sebab, setelah pemijatan biasanya bayi akan santai dan mengantuk, hal ini berguna untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak.
- 3) Pemijatan dilakukan 15 menit setelah si kecil makan Pemijatan segera setelah makandapat menyebabkan gangguan pencernaan, bahkan muntah. Hal ini terjadi karena lambung masih belum siap diguncang dan gerak peristaltik masih berlangsung untuk mengantar makanan kesaluran pencernaan.¹⁴

Peter Walker (2011) menyatakan pemilihan waktu yang tepat untuk memijat bayi adalah dengan menentukan apakah ia

akan menikmatinya atau tidak. Waktu yang baik untuk memijat adalah malam hari, setelah bayi mandi atau di siang hari, dan ketika santai.

Tempat pemijatan untuk bayi adalah ruangan yang hangat tapi tidak panas, ruangkering dan tidak pengap, ruangan tidak berisik, ruangan yang penerangannya cukup, dan ruangan tanpa aroma menyengat dan mengganggu.¹⁵

Kartu Menuju Sehat merupakan gambar kurva berat badan anak berusia 0–5 tahun terhadap umurnya. Dalam aplikasi dengan menggunakan KMS menjadikan tumbuh normal jika grafik pertumbuhan berat badan anak sejajar dengan kurva baku. Berikut adalah tabel Kenaikan Berat Badan Minimal (KBM) berdasarkan usia:

Tabel 1. Kenaikan Berat Badan Minimal Berdasarkan Umur¹⁶

Usia (Bulan)	Kenaikan Berat Badan Minimal (gr)
1	800
2	900
3	800
4	600
5	500
6 – 7	400
8 – 11	300
12 – 24	200

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan menurut Sulistyawati¹⁷ yaitu:

- 1) Faktor herediter. Menurut Marlow faktor herediter merupakan faktor pertumbuhan yang dapat diturunkan yaitu suku, ras, dan jenis kelamin. Jenis kelamin ditentukan sejak dalam kandungan. Anak laki-laki setelah lahir cenderung lebih besar dan tinggi daripada anak perempuan, hak ini akan nampak saat anak sudah mengalami prapubertas. Ras dan suku bangsa juga mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan. Misalnya suku bangsa Asia memiliki tubuh yang lebih pendek dari pada orang Eropa atau suku Asmat dari Irian berkulit hitam.
- 2) Faktor lingkungan
 - a) Lingkungan pra-natal. Kondisi lingkungan yang mempengaruhi fetus

dalam uterus yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin antara lain gangguan nutrisi karena ibu kurang mendapat asupan gizi yang baik, gangguan endokrin pada ibu (diabetes mellitus), ibu yang mendapatkan terapi sitostika atau mengalami infeksi rubella, toxoplasmosis, sifilis, herpes. Faktor lingkungan lain adalah radiasi yang dapat menyebabkan kerusakan pada organ otak janin.

- b) Lingkungan post-natal. Lingkungan yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi setelah bayi lahir adalah :
 - (1) Nutrisi. Nutrisi adalah salah satu komponen penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan.

Terdapat kebutuhan zat gizi yang diperlukan seperti protein, lemak, mineral, vitamin dan air. Apabila kebutuhan tersebut tidak atau kurang terpenuhi maka dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Asuhan nutrisi yang berlebihan juga berdampak buruk bagi kesehatan anak, yaitu terjadi penumpukan kadar lemak yang berlebihan dalam sel atau jaringan bahkan pembuluh darah.

- (2) Budaya lingkungan. Budaya keluarga atau masyarakat akan mempengaruhi bagaimana mereka dalam mempersepsikan dan memahami kesehatan dan perilaku hidup sehat. Pola perilaku ibu hamil dipengaruhi oleh budaya yang dianutnya, misalnya larangan untuk makan makanan tertentu padahal zat gizi tersebut dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Keyakinan untuk melahirkan di dukun beranak daripada ditenga kesehatan. Setelah anak lahir dibesarkan dilingkungan atau berdasarkan lingkungan budaya masyarakat setempat.
- (3) Status sosial ekonomi keluarga. Anak yang dibesarkan di keluarga yang berekonomi tinggi untuk pemenuhan kebutuhan gizi akan tercukupi dengan baik dibandingkan dengan anak yang dibesarkan dikeluarga yang berekonomi sedang atau kurang. Demikian juga dengan status pendidikan orang tua, keluarga dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima arahan terutama tentang peningkatan pertumbuhan dan perkembangan anak, penggunaan fasilitas kesehatan dan lain-lain dibandingkan dengan keluarga dengan latar belakang pendidikan rendah.
- (4) Iklim atau cuaca. Iklim tertentu akan mempengaruhi status kesehatan anak misalnya musim penghujan

akan dapat menimbulkan banjir sehingga menyebabkan sulitnya transportasi untuk mendapatkan bahan makanan, timbul penyakit menular, dan penyakit kulit yang dapat menyerang bayi dan anak-anak. Anak yang tinggal di daerah endemik demam berdarah, jika terjadi perubahan cuaca wabah deman berdarah akan meningkat.

- (5) Olahraga atau latihan fisik. Manfaat olahraga atau latihan fisik yang teratur akan meningkatkan sirkulasi darah sehingga meningkatkan suplai oksigen ke seluruh tubuh, meningkatkan aktivitas fisik dan menstimulasi perkembangan otot dan jaringan.
- (6) Posisi anak dalam keluarga. Posisi anak sebagai anak tunggal, anak sulung, anak tengah, atau anak bungsu akan mempengaruhi pola perkembangan anak tersebut diasuh dan dididik dalam keluarga.
- (7) Status kesehatan. Status kesehatan anak dapat berpengaruh pada pencapaian pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini dapat terlihat apabila anak dalam kondisi sehat dan sejahtera maka percepatan pertumbuhan dan perkembangan akan lebih mudah dibandingkan dengan anak dalam kondisi sakit.
- (8) Faktor hormonal. Faktor hormonal yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak adalah somatotropon yang berperan dalam mempengaruhi pertumbuhan tinggi badan, hormon tiroid dengan menstimulasi metabolisme tubuh, glukokortikoid yang berfungsi menstimulasi pertumbuhan sel interstisial dari testis untuk mereproduksi testostosterone dan ovarium untuk memproduksi estrogen selanjutnya hormon tersebut akan menstimulasi perkembangan seks baik pada anak laki-laki maupun perempuan sesuai dengan peran hormonnya.

(9) Stimulasi. Stimulasi adalah perangsangan yang datang dari lingkungan luar anak antara lain berupa latihan dan bermain, pijat dan baby spa merupakan salah satu bentuk stimulasi pada bayi.¹⁷

Penelitian ini termasuk jenis penelitian yang bersifat survei analitik (*explonatory study*) dengan menggunakan desain penelitian *case control* untuk melihat hubungan variabel bebas yaitu pijat bayi dengan variabel terikat yaitu penambahan berat badan bayi pada usia 1-3 bulan.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi dan balita (usia 0-2 tahun) yang dilakukan vaksinasi di unit Poli Vaksin RS. PKT Bontang yaitu 60 orang bayi rata-rata perbulan.

Peneliti mengambil sampel dari semua bayi yang melakukan vaksinasi di RS. PKT yang berusia 1-3 bulan. Untuk menghindari kesalahan dalam pemilihan sampel dan hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian, peneliti menentukan kriteria inklusi. Besarnya sampel penelitian ditentukan secara *purposive sampling* yaitu dengan menetapkan kasus dan kontrol dari data primer dan sekunder. Perhitungan besar sampel menggunakan

formula studi kasus kontrol dengan rumus Slovin¹⁸ sebagai berikut :

$$x = \frac{N}{1 + N (d^2)}$$

Dari hasil perhitungan jumlah sampel yang dilakukan didapatkan 52,17 dan dibulatkan menjadi 52 yang selanjutnya dapat dijadikan sebagai jumlah sampel pada penelitian yang dibuat. Jumlah sampel penelitian ini dibagi dalam 2 kategori yaitu kategori 1 terdiri dari 26 orang bayi yang diberikan intervensi pijat bayi dan kategori 2 terdiri dari 26 orang bayi yang tidak diberikan intervensi pijat bayi.

Hasil penelitian. Analisis univariat. Karakteristik responden dalam penelitian ini dilakukan melalui hasil analisis univariat, yakni analisis yang dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing kategori berdasarkan karakteristik yang ada, yaitu jenis kelamin bayi, usia bayi, kenaikan berat badan bayi baik yang dilakukan intervensi pijat bayi maupun bayi yang tidak dilakukan intervensi pijat bayi.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Bayi

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	22	42,3
Perempuan	30	57,7
Total	52	100

Berdasarkan tabel diatas, responden yang paling banyak adalah berjenis kelamin

perempuan yaitu sejumlah 30 orang bayi (57,7%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Bayi

Usia Bayi	Frekuensi	Persentase (%)
1 bulan	13	25
2 bulan	17	32,7
3 bulan	22	42,3
Total	52	100

Berdasarkan tabel diatas, responden yang paling banyak berusia 3 bulan yaitu sebesar 42,3% atau 22 orang bayi.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Penambahan Berat Badan Bayi

Penambahan Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
Penambahan BB minimal sesuai dengan grafik KMS.	34	65,4
Tidak terjadi penambahan BB minimal sesuai dengan grafik KMS.	18	34,6
Total	52	100

Berdasarkan tabel diatas, penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik KMS mempunyai frekuensi terbanyak yaitu 34 orang bayi dari 52 orang bayi atau sebesar 65,4%.

Analisis bivariat. Hasil analisis bivariat dengan menggunakan *chi square test* ini berguna untuk menguji ada tidaknya hubungan/pengaruh pijat bayi dengan penambahan berat badan bayi usia 1-3 bulan.

Tabel 5 Distribusi Silang antara Intervensi yang Diberikan dengan Penambahan Berat Badan Bayi

Intervensi yang Diberikan	Penambahan Berat Badan Bayi				Total		Chi Square	p value	Odd Ratio
	Tidak terjadi penambahan BB minimal sesuai dengan grafik KMS.		Penambahan BB minimal sesuai dengan grafik KMS.						
	N	%	N	%	n	%			
Tidak dilakukan dipijat bayi	16	30,77	10	19,23	26	50	14,359	0,000	19,20
Dilakukan pijat bayi	2	3,85	24	46,15	26	50			
Total	18	34,62	34	65,38	52	100			

Berdasarkan tabulasi silang diatas, bayi yang dilakukan intervensi berupa pijat bayi mengalami penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik KMS mempunyai frekuensi terbanyak yaitu 24 orang bayi (46,15%).

Dari tabel 5.4 diatas juga diperoleh nilai *Chi-Square* (x^2 hitung) dengan menggunakan SPSS adalah 14,359, dengan menggunakan tingkat kepercayaan (α) 0,05 maka didapatkan hasil x^2 tabel adalah 3,841. Hasil analisis yang diperoleh adalah x^2 hitung > x^2 tabel (14,359 > 3,841). Sedangkan nilai signifikansi yang didapat, dari nilai *Chi-Square* (x^2 hitung) adalah sebesar 0,000. Karena nilai *p* value lebih kecil dari α (0,000 < 0,05) dan x^2 hitung > x^2 tabel (14,359 > 3,841), maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu adanya pengaruh dilakukan

pijat bayi terhadap penambahan berat badan bayi pada usia 1-3 bulan di RS. PKT Bontang tahun 2021.

Selain itu, didapatkan pula hasil *Odd Ratio* dengan menggunakan SPSS yaitu sebesar 19,200. Hal ini berarti bahwa bayi berusia 1-3 bulan yang dilakukan pijat bayi mempunyai potensi 19 kali lebih besar untuk mengalami penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS bila dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan pijat bayi.

Pembahasan hasil penelitian. Dalam penelitian ini, didapatkan hasil bahwa bayi yang dilakukan intervensi berupa pijat bayi mengalami penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik KMS mempunyai frekuensi terbanyak yaitu 24 orang bayi (46,15%) dari 52 orang bayi yang diteliti.

Selain itu, dalam penelitian ini juga diperoleh nilai *Chi-Square* (x^2 hitung) 14,359 > *Chi-Square* (x^2 tabel) yaitu 3,841 dan nilai *p value* lebih kecil dari α ($0,000 < 0,05$). Sehingga dapat dinyatakan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh dilakukan pijat bayi terhadap penambahan berat badan bayi pada usia 1-3 bulan di RS. PKT Bontang tahun 2021.

Adapun ilmu yang mendukung hasil penelitian ini adalah bahwa peningkatan berat badan bayi tentunya sangat dipengaruhi oleh pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontiniu. Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi lebih baik hasilnya bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI.⁹ Pemijatan juga meningkatkan penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkatkan yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi.¹⁹

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Eny Astuti yang berjudul Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-3 Bulan di BPS TMM Djamini Damun Surabaya pada bulan Maret-Juni 2016 yang mendapatkan hasil penelitian H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-3 bulan di BPS TMM Djamini Damun. Kenaikan berat badan bayi dalam hal ini dikarenakan adanya pemijatan yang dilakukan oleh ibu yang dilatih. Penelitian ini dilaksanakan secara analitik eksperimental dengan rancangan pra-eksperimental, dengan menggunakan uji *t* sebagai metode analisis data.

Hasil penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan Novy Ramini Harahap yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 Tahun 2018, didapatkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 0-6 bulan.¹

Selain itu hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Afipah

Septalina Hutasuht²⁰ yang mendapatkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 1-3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Pasir Kota Tanjung Balai Tahun 2018 dan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti, Melania Asi, Heyrani tentang "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Pada Bayi Umur 1-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Lalowaru Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2018" juga menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan bayi pada bayi yang dipijat dan tidak.²¹

Penelitian pijat bayi juga dilakukan oleh Universitas Gajah Mada pada tahun 2012, pijat bayi merupakan peluang yang berpengaruh terhadap peningkatan berat badan sebesar 2,68%. Kenaikan berat bayi berat lahir rendah yang diberikan perlakuan pijat selama 10 hari lebih besar dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan pijat. Penelitian yang dilakukan oleh UGM ini mendukung hasil penelitian yang saat ini didapatkan oleh peneliti, yaitu *odd ratio* 19,200 berarti bahwa bayi berusia 1-3 bulan yang dilakukan pijat bayi memiliki potensi 19 kali lebih besar untuk mengalami peningkatan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS bila dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan pijat bayi.

Di dalam penelitian ini masih ada 2 orang bayi yang dilakukan pijat bayi tetapi penambahan berat badannya tidak mencapai standar kenaikan berat badan minimal sesuai grafik pada KMS. Hal ini dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, salah satunya adalah frekuensi dan teknik menyusui yang masih kurang tepat.

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan yaitu:

- 1) Peneliti hanya mengambil responden yang dibatasi dengan usia bayi, peneliti juga tidak meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya penambahan berat badan bayi.

- 2) Peneliti hanya melakukan penimbangan 2 kali yaitu berat badan awal dan berat badan 1 bulan setelah dilakukan intervensi berupa pijat bayi. Yang seharusnya evaluasi penimbangan berat badan dilakukan setiap minggu.

Kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian ini, ada beberapa kesimpulan yang dapat diambil, yaitu:

- 1) Adanya pengaruh pijat bayi terhadap penambahan berat badan bayi pada usia 1-3 bulan di RS. PKT Bontang tahun 2021.
- 2) Proporsi bayi usia 1-3 bulan yang dilakukan intervensi berupa pijat bayi mencapai penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS yaitu sebanyak 24 orang bayi, sedangkan 2 orang bayi tidak mencapai penambahan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS.
- 3) Bayi berusia 1-3 bulan yang dilakukan pijat bayi memiliki potensi 19 kali lebih besar untuk mengalami peningkatan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS bila dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan pijat bayi.

Saran. Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan, adapun saran yang dapat diberikan adalah :

- 1) Bagi profesi bidan dan perawat. Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan yang cukup bagi tenaga bidan dan tenaga perawat tentang besarnya manfaat terapi pijat bayi dalam menaikkan berat badan bayi. Bidan dan tenaga perawat diharapkan mengerti dan mampu melakukan pijat bayi yang baik dan benar, sehingga dapat meminimalisir faktor resiko yang kemungkinan dapat terjadi.
- 2) Bagi RS. PKT Bontang. Sosialisasi pijat bayi ini hendaknya dapat dilakukan bukan hanya di RS. PKT Bontang unit Flamboyan, tetapi juga dapat dilakukan di semua SBU (*Strategic Business Unit*) RS. PKT. Sosialisasi hendaknya dapat dibarengi dengan pemberian informasi yang cukup tentang ASI eksklusif, manajemen laktasi, dan penerapan pola gizi makanan yang sehat dan seimbang

pada ibu-ibu menyusui, sehingga dalam proses laktasi, asupan gizi bagi si bayi dapat tercukupi secara optimal.

- 3) Bagi masyarakat. Keluarga yang memiliki bayi dan balita hendaknya rutin mengimplementasikan pijat bayi ini karena manfaat salah satunya adalah penambahan berat badan bayi dan balita akan mencapai kenaikan berat badan minimal sesuai dengan grafik pada KMS, sehingga dapat meminimalkan terjadinya stunting.
- 4) Bagi peneliti selanjutnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data/informasi bagi peneliti selanjutnya. Peneliti lain diharapkan dapat lebih mengembangkan variabel-variabel maupun faktor-faktor lain selain dari variabel yang telah penulis teliti. Di samping itu, pengambilan sampel penelitian hendaknya dapat lebih diperbanyak lagi dari apa yang telah ada, sehingga hasil penelitian yang dilakukan akan lebih mampu menangkap fenomena dan dapat menghasilkan analisa secara lebih komprehensif.

Daftar Pustaka

1. Harahap, N., R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), pp. 100. Diperoleh dari: <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/index> [diakses pada 09 Agustus 2019].
2. Indriyani, Irma (2016) *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 1-6 Bulan Di Posyandu Desa Pesantunan Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes*. Bachelor Thesis, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
3. Kementerian PPN/Bappenas. (2019). *Pembangunan Gizi di Indonesia*. Kajian Sektor Kesehatan. Direktorat Kesehatan Dan Gizi Masyarakat Kedepujian Pembangunan Manusia, Masyarakat Dan Kebudayaan Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/ Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, Cetakan Pertama, Jakarta.

4. WHO. (2018). NLiS. Dikutip dari *Stunting, Wasting, Overweight And Underweight - Nutrition Landscape Information System (NLiS)*: <http://apps.who.int/nutrition/landscape/help.aspx?menu=0&helpid=391&lang=EN>.
5. Kurniawan, Rudi., dkk (ed). (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, Bab V Kesehatan Keluarga*. Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, hlm. 120-145.
6. Riskesdas. (2018). *Laporan Provinsi Kalimantan Timur Riskesdas 2018*. Jakarta : Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
7. Roesli, Utami. (2013). *Pedoman Pijat Bayi Prematur Dan Bayi Usia 0 – 3 Tahun*. Jakarta: Trubus Agrowida.
8. Hermawan, R. (2013). *Makalah Pijat Bayi*. [online] <https://studylibid.com/doc/4286084/makalah-pijat-bayi>.
9. Suparyanto, (2011). *Pijat Bayi*. Diperoleh dari: <http://dr-suparyanto.blogspot.com/2011/09/pijat-bayi.html> [Diakses pada tanggal 15 Juli 2016].
10. Sujarwo. (2014). *Salah Pijat Bayi Bisa Sebabkan Perdarahan Otak*. Diperoleh dari: <http://health.compas.com> [diakses pada November 2014].
11. Hardhana, Boga., dkk (ed). (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018, Bab V Kesehatan Keluarga*. Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, hlm. 131-160.
12. Kurniawan, Rudi., dkk (ed). (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, Bab V Kesehatan Keluarga*. Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, hlm. 120-145.
13. Yuliana, Dwi Setyarini. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Seberang Padang Tahun 2016*. Diploma Thesis, Universitas Andalas.
14. AkBid Griya Husada. (2013). *Modul Ketrampilan Klinik Pijat Bayi*. Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya.
15. Indonesian Holistic Care Association (IHCA). (2021). *Materi Training Loving Baby Massage and Developing Baby SPA*. Jakarta: IHCA Istitute.
16. DepKes RI. (2020). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI dan JICA (Japan International Cooperation Agency).
17. Sulistyawati, A. (2015). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
18. Nalahudin, M. (2021). *Mata Kuliah Metodologi Penelitian*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Pertiwi Indonesia Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Sarjana Kebidanan. Jakarta.
19. Syaokani Aulia, (2015) *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi agar Tumbuh Kembang Maksimal*. Yogyakarta, Araska.
20. Hutasuhut, Afipah S. (2018). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Pasir Kota Tanjung Balai Tahun 2018*. Skripsi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Ri Jurusan Kebidanan Medan Prodi D-IV Kebidanan Medan.
21. Yunianti, dkk. (2018). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Pada Bayi Umur 1-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Lalowaru Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2018*. Skripsi, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Poltekes Kemenkes Kendari Prodi D-IV Kebidanan Ken

