PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN BAYI USIA 6-12 BULAN DI DESA MUARA CAWANG

Latifa Zakkiya[1)], Nopri Padma Nudesti[2)], Nurul Fatimah[3)]
[1,2,3]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati
Email: latifazakkiya15@gmail.com

ABSTRAK

Pada dasarnya tumbuh kembang anak yang optimal merupakan dambaan setiap orang tua. Proses tumbuh kembang anak dapat terjadi secara alami. Stimulasi merupakan hal yang penting dalam tumbuh kembang anak. Anak yang mendapat stimulasi yang terarah dan teratur akan lebih cepat berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang atau tidak mendapat stimulasi. Salah satu terapi sentuh pada bayi adalah dengan melakukan pijat bayi. Tujuan penelitian ini adalah diketahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2024. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experimental* dengan *Two Group Posstest Only Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2024 dengan p.value = 0,000. Kesimpulan pijat bayi berpengaruh terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat. Saran perlu meningkatkan pengetahuan orang tua khususnya ibu tentang mekanisme cara melakukan pijat bayi yang benar dari tenaga ahli untuk meningkatkan berat badan bayi dengan mengikuti pelatihan pijat bayi yang diadakan di tempat praktek mandiri bidan atau puskesmas.

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

ABSTRACT

Basically, optimal child growth and development is every parent's dream. The process of child growth and development can occur naturally. Stimulation is important in a child's growth and development. Children who receive targeted and regular stimulation will develop faster than children who receive little or no stimulation. One touch therapy for babies is to do baby massage. The aim of this research is to determine the effect of baby massage on the weight gain of babies aged 6-12 months in Muara Cawang Village, South Lahat District, Lahat Regency in 2024. This type of research uses a quasi-experimental research method with a Two Group Posttest Only Design. The population in this study were all mothers who had babies aged 6-12 months in Muara Cawang Village, South Lahat District, Lahat Regency with a total sample of 30 respondents divided into 2 groups, namely the intervention group and the control group. The research results showed that there was an effect of baby massage on the weight gain of babies aged 6-12 months in Muara Cawang Village, South Lahat District, Lahat Regency in 2024 with p.value = 0.000. Conclusion: Baby massage has an effect on the weight gain of babies aged 6-12 months in Muara Cawang Village, South Lahat District, Lahat Regency. Suggestions need to increase the knowledge of parents, especially mothers, about the correct mechanism for carrying out baby massage from experts to increase the baby's weight by taking part in baby massage training held at the midwife's independent practice or community health center.

Keywords: *Baby Massage, Baby Weight Gain*

PENDAHULUAN

Bayi adalah individu dengan kebutuhannya masing-masing, sehingga waktu tidur, bangun, dan menangis berbeda-beda untuk setiap bayi. Pada masa bayi, perkembangan sel saraf belum sempurna sehingga perkembangan saraf membutuhkan waktu tidur yang lebih lama, sehingga untuk tubuh yang paling besar, bayi memerlukan waktu yang cukup. Masa tumbuh kembang bayi merupakan masa emas

0-12 bulan, dan juga merupakan masa kritis bagi perkembangan seseorang. Dikatakan sebagai masa emas, karena masa bayi sangat singkat sehingga tidak dapat terulang kembali. Masa pertumbuhan dikatakan sebagai pertumbuhan, yaitu kecerdasan anak. Dikatakan sebagai masa kritis, karena bayi pada masa ini sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan nutrisi dan stimulasi yang baik untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangannya (Carolin et al., 2020)

Whorld Health Organization (WHO), menyatakan pada tahun 2022 sekitar 22,3 persen atau satu dari lima anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia mengalami hambatan pertumbuhan dan lebih dari 148,1 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami stunting pada tahun 2022, dan setidaknya 45,0 juta menderita wasting (gizi buruk) dan 13,7 juta diantaranya mengalami gizi sangat buruk. Sementara itu, jumlah anak balita yang terkena kelebihan berat badan di seluruh dunia meningkat dari 33,0 juta pada tahun 2000 menjadi 37,0 juta pada tahun 2022 (WHO, 2023)

Data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, hampir setengah (47%) dari seluruh kematian balita terjadi pada periode bayi baru lahir (28 hari pertama kehidupan). Afrika Sub-Sahara memiliki angka kematian neonatal tertinggi di dunia (27 kematian per 1000 kelahiran hidup) dengan 43% kematian bayi baru lahir global, diikuti oleh Asia tengah dan selatan (23 kematian per 1000 kelahiran hidup), dengan 36% kematian bayi baru lahir global. Penyebab kematian neonatal disebabkan karena kelahiran prematur, komplikasi terkait intrapartum (asfiksia lahir atau ketidakmampuan bernapas saat lahir), infeksi, Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dan cacat lahir (WHO, 2022).

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2022 didapatkan data balita usia 0-23 bulan yang mengalami berat badan kurang sebesar 3,9%, berat badan normal sebesar 81,6%, berat badan lebih sebesar 3% dan balita yang mengalam obesitas sebesar 1,1%. Profinsi dengan jumlah balita usia 0-23 bulan yang mengalami berat badan kurang tertinggi terdapat pada Provinsi Papua Barat sebesar 2,8%, Banten 2% dan Aceh sebesar 1,8% (Kemenkes RI, 2022)

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), prevalensi kematian bayi dan balita pada tahun 2021 sebanyak 27.566 kematian balita, menurun dibandingkan tahun 2020, yaitu sebanyak 28.158 kematian. Dari seluruh kematian balita, 73,1% diantaranya terjadi pada masa neonatal (20.154 kematian). Penyebab kematian neonatal terbanyak pada tahun 2021 adalah kondisi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) sebesar 34,5% dan asfiksia sebesar 27,8% (Kemenkes RI, 2022).

Status gizi balita usia 0-23 bulan di Provinsi Sumatera Selatan berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, jumlah balita usia 0-23 bulan yang mengalami berat badan kurang sebesar 2,1%, berat badan normal sebesar 85,2%, berat badan lebih sebesar 2,1% dan balita yang mengalam obesitas sebesar 0,7% (Dinkes Prov Sumsel, 2022)

Angka kematian neonatal dan bayi yang terjadi di Provinsi Sumatera Selatan berdasarkan data Kemenkes RI tahun 2021 digolongkan berdasarkan usia bayi yaitu bayi usia 0-6 hari sebanyak 359 bayi, 7-28 hari sebanyak 52 bayi, 0-28 hari sebanyak 411 bayi dan untuk kematian bayi sebanyak 510 bayi, sedangkan angka kematian bayi yang disebabkan karena BBLR sebanyak 133 bayi (Dinkes Prov Sumsel, 2022)

Sementara status gizi balita di Kabupaten Lahat tahun 2021 terdapat 758 bayi (2,9%) yang mengalami status gizi kurang, balita pendek sebanyak 1.355 bayi (5,2%) dan balita kurus sebanyak 478 bayi (,6%). Sedangkan angka kematian neonatal dari 33 Puskesmas di Kabupaten Lahat tahun 2021 sebanyak 10 bayi dan angka kematian balita sebanyak 18 orang (Dinkes Prov Sumsel, 2022).

Pada dasarnya tumbuh kembang anak yang optimal merupakan dambaan setiap orang tua. Proses tumbuh kembang anak dapat terjadi secara alami. Istilah pertumbuhan dan perkembangan sebenarnya mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda namun saling berkaitan dan sulit dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan berkaitan dengan perubahan ukuran, jumlah, ukuran atau dimensi pada tingkat seluler, organ atau individu dan dapat diukur dengan berat, panjang. Perkembangan adalah peningkatan kemampuan untuk membangun dan berfungsi dalam pola yang teratur dan dapat diprediksi dalam tubuh yang lebih kompleks, suatu proses pematangan. Selain itu dari segi personal anak dapat diberikan stimulasi atau rangsangan taktil dalam bentuk pijat bayi sebagai upaya meningkatkan berat badan secara maksimal (Diniyati & Aulia, 2021)

Stimulasi merupakan hal yang penting dalam tumbuh kembang anak. Anak yang mendapat stimulasi yang terarah dan teratur akan lebih cepat berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang atau tidak mendapat stimulasi. Sentuhan orang tua kepada anaknya sudah diketahui banyak memberikan manfaat positif bagi anak, tidak hanya bagi perkembangan fisik saja, namun juga

memberikan efek nyata bagi perkembangan psikologis dan tumbuh kembangnya (BKTM Makasar, 2023)

Pijat bayi sudah digunakan sejak dahulu sebagai teknik pengobatan sederhana dengan sentuhan yang memberikan kenyamanan bagi tubuh. Sebagai terapi sentuh, pijat bayi secara rutin memberi rasa rileks sekaligus sebagai cara yang luar biasa untuk berkomunikasi dan mempercepat ikatan emosi antara ibu atau anggota keluarga lain dan bayi. Pijat bayi ini telah dilakukan di Indonesia sejak dahulu kala, turun temurun tanpa diketahui bagaimana pijatan atau sentuhan berdampak positif bagi tubuh manusia. Bagian sentuhan adalah kulit, yaitu bagian yang teluas dari tubuh manusia, bayi dapat merasakan fungsi ini sejak dari kandungan. Ujung saraf pada permukaan kulit akan langsung bereaksi terhadap sentuhan yang diberikan. Beberapa kasus dengan bayi lahir prematur juga sangat efektif untuk dilakukan sentuhan lembut (Diniyati & Aulia, 2021)

Pemberian pijat bayi yang tepat dapat meningkatkan aktivitas *nervus vagus* dan hormon gastrin serta insulin, sehingga dapat memaksimalkan penyerapan nutrisi, pengosongan lambung lebih cepat, dan meningkatkan nafsu makan pada anak. Bayi yang dirangsang dengan pemberian pijatan maka otot akan berkontraksi dan memecah ATP (*adenosine triphosphate*) menjadi ADP (*adenosine diphosphate*) dalam jumlah besar. Kontraksi otot akan menghabiskan sejumlah energi, mengurangi cadangan energi yang tersimpan, sehingga merangsang pusat rasa lapar di hipotalamus, sehingga otomatis berat badan bayi akan meningkat secara optimal (Lestari et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan (Hartati et al., 2020) menyatakan bahwa ada peningkatan berat badan yang signifikan setelah diberikan stimulasi pijat bayi dengan rutin. Sebelum diberikan intervensi stimulasi pijat bayi, hampir semua anak tidak mencapai berat badan yang sesuai dengan umur. Setelah diberikan intervensi stimulasi pijat bayi, terjadi kenaikan berat badan yang optimal pada bayi, sehingga berat badan bayi yang telah diberikan intervensi menjadi sesuai dengan umur.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat pada tanggal 22 Desember 2023, didapatkan data jumlah bayi usia 6-12 bulan yang ada di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat pada bulan Desember 2023 sebanyak 20 bayi. Hasil wawancara dengan 8 orang ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan didapatkan informasi sebanyak 4 orang yang memberikan ASI Eksklusif sejak bayi lahir sampai usia 6 bulan, 2 orang memberikan susu formula sejak bayi lahir dan 2 orang lainnya telah memberikan makanan tambahan kepada bayinya sejak bayi usia 4 bulan. Dari hasil penimbangan yang dilakukan diketahui sebanyak 3 bayi dengan berat badan kurang, 4 bayi dengan berat badan normal dan 2 bayi dengan berat badan lebih. Dari 8 responden sebanyak 3 orang menyatakan bayinya pernah dilakukan pemijatan dibantu oleh orang tuanya pada saat sebelum mandi pagi dan sore hari. Sedangkan 5 orang lainnya tidak pernah melakukan pemijatan kepada bayinya dengan alasan takut jika nanti dapat melukai bayi. Dari penelusuran yang peneliti lakukan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat sudah terdapat tempat Bidan Praktek Mandiri (BPM) yang menyediakan fasilitas pijat bayi sebanyak 2 BPM.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2024.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat. Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasi experimental* dengan *Two Group Posstest Only Design.* Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat dari bulan April-Mei 2024 dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling.* Adapun jenis data yang digunakan yaitu data primer dan sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dengan cara observasi berat badan bayi yang dilakukan pijat bayi dengan berat badan bayi yang tidak dilakukan pijat bayi. Sedangkan data sekunder didapat dari data tumbuh kembang bayi di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Adapun tahapan analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *Independent T-Test.*

HASIL

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin Bayi

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Bayi Di desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2024

Jenis Kelamin Bayi	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%
Laki-laki	6	40	8	53,3
Perempuan	9	60	7	46,7
Jumlah	15	100	15	100

Sumber: Data Primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel 1 didapatkan distribusi frekuensi karakteristik jenis kelamin bayi pada kelompok intervensi sebagian berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden (60%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 responden (53,3%).

b. Karakteristik Berdasarkan Usia Bayi

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Bayi Di desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2024

Usia Bayi	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%
6-9 bulan	13	86,7	14	93,3
10-12 bulan	2	13,3	1	6,7
Jumlah	15	100	15	100

Sumber: Data Primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel 2 didapatkan distribusi frekuensi karakteristik usia bayi pada kelompok intervensi sebagian besar berusia antara 6-9 bulan sebanyak 86,7%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar berusia antara 6-9 bulan sebanyak 14 responden (93,3%).

c. Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Bayi Pada Kelompok Kontrol (Tidak Dilakukan Pijat Bayi)

Tabel 3
Rerata Berat Badan Bayi Sebelum dan Setelah Dilakukan Pemijatan Pada Kelompok Kontrol (Tidak Dilakukan Pijat Bayi)

Variabel	Mean (gram)	SD	Rerata Kenaikan Berat Badan (gram)
Berat badan bayi pretest	6953,33	570,54	386,667
Berat badan bayi post test	7340	566,69	

Sumber: Data Primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui rata-rata berat badan bayi pretest pada kelompok kontrol (tidak dilakukan pijat bayi) sebesar 6953,33 dengan standar deviasi sebesar 570,54, sedangkan rata-rata berat badan bayi posttest sebesar 7340 dengan standar deviasi sebesar 566,69 dan rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok kontrol sebesar 386,667.

d. Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Bayi Pada Kelompok Intervensi (Dilakukan Pijat Bayi)

Tabel 4
Rerata Berat Badan Bayi Sebelum dan Setelah Dilakukan Pemijatan Pada Kelompok Intervensi (Dilakukan Pijat Bayi)

Variabel	Mean (gram)	SD	Rerata Kenaikan Berat Badan (gram)
Berat badan bayi responden pretest	7580	986,48	613,333
Berat badan bayi responden posttest	8193,33	945,26	

Sumber: Data Primer Tahun 2024

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui rata-rata berat badan bayi pretest pada kelompok intervensi (dilakukan pemijatan) sebesar 7580 dengan standar deviasi sebesar 986,48, sedangkan rata-rata berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan sebesar 8193,33 dengan standar deviasi sebesar 945,26 dan rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok intervensi sebesar 613,333.

2. Uji Normalitas

Tabel 5
Uji Normalitas Berat Badan Bayi Pretest dan Posttest Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Berat Badan Bayi	*Shapiro Wilk*	
	Dilakukan Pijat Bayi	Tidak Dilakukan Pijat Bayi
Pretest	0,781	0,677
Post test	0,351	0,796

Sumber: Data Primer Tahun 2024

Pada tabel 4.5 diatas diketahui bahwa nilai signifikasi berat badan bayi pretest dan post-test pada kelompok intervensi (yang dilakukan pijat bayi) dan pada kelompok kontrol (yang tidak dilakukan pijat bayi) > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa semua data yang akan diuji berdistribusi normal sehingga dapat dilanjutkan dengan melakukan uji *Independent t-test.*

3. Analisis Bivariat

Analisa ini dilakukan terhadap berat badan bayi pada kelompok intervensi (dilakukan pijat bayi) dan kelompok kontrol (tidak dilakukan pijat bayi) menggunakan uji statistik *Independent T-Test* dengan taraf signifikan α = 0,05 dimana ketentuannya adalah jika nilai *p value* > α (005) berarti tidak ada pengaruh dan jika *p value* ≤ α (005) berarti ada pengaruh.

Tabel 6
Uji Beda Rerata Selisih Berat Badan Bayi Pretest dan Posttest Pada Kelompok Intervensi dan Pada Kelompok Kontrol

	Levene's Test for Equality of Variances		*t-test for Equality of Means*		
	F	Sig	T	Df	Sig (2 tailed)
Kenaikan *Equal variances assumed*	1,912	0,178	4,190	28	0,000
Kenaikan *Equal variances not assumed*			4,190	24,820	0,000

Dari tabel 4.6 diatas didapatkan nilai p.value = 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2024.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat pada tanggal 17 April – 17 Mei 2024. Sampel dalam penelitian ini adalah bayi usia 6-12 bulan dikelompokkan kedalam 2 kelompok yaitu kelompok kasus yaitu bayi yang dilakukan pemijatan selama 1 bulan sebanyak 15 responden dan kelompok kontrol yaitu bayi yang tidak dilakukan pemijatan sebanyak 15 responden.

Pada kelompok intervensi bayi dilakukan pemijatan oleh orang tua sebanyak 2 kali sehari yaitu pada pagi dan sore hari saat bayi hendak dimandikan selama 1 bulan. Pada saat hari pertama dilakukan pemijatan sekitar 15 menit, respon wajah bayi terlihat tertawa dan sering kali menangis secara tiba-tiba. Bila bayi menangis keras, maka pemijatan dihentikan. Pada minggu kedua bayi sudah tampak rileks dan tersenyum saat dilakukan pemijatan dan berat badan bayi ada peningkatan walaupun hanya 100-200 gram. Pada minggu ketiga bayi tampak lebih tenang dan sesekali tersenyum dan peningkatan berat badan tidak jauh berbeda dengan minggu sebelumnya dan ada juga bayi yang pada minggu ketiga tidak mengalami peningkatan berat badan. Pada minggu keempat bayi tampak senang jika akan dilakukan

pemijatan, bayi juga tampak lebih aktif dalam bergerak. Dari hari pertama hingga minggu keempat terjadi peningkatan berat badan bayi antara 400-900 gram dengan rata-rata peningkatan berat badan sebesar 613,3 gram. Sedangkan pada bayi yang tidak dilakukan pemijatan dalam satu bulan terjadi peningkatan berat badan antara 200-600 gram dengan rata-rata peningkatan berat badan sebesar 386,6 gram

1. Jenis Kelamin Bayi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi karakteristik jenis kelamin bayi pada kelompok intervensi sebagian berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden (60%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 responden (53,3%).

Menurut Zannah (2020), menyatakan bahwa bayi laki-laki cenderung hiperaktif dibandingkan dengan bayi perempuan, akibatnya bayi laki-laki akan lebih banyak membutuhkan asupan nutrisi dibandingkan bayi perempuan. Sehingga bayi laki-laki cenderung cepat mengalami kenaikan berat badan dikarenakan asupan nutrisi yang diberikan lebih.

2. Usia Bayi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui distribusi frekuensi karakteristik usia bayi pada kelompok intervensi sebagian besar berusia antara 6-9 bulan sebanyak 86,7%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar berusia antara 6-9 bulan sebanyak 14 responden (93,3%).

Menurut Zannah (2020), menjelaskan bahwa kecepatan pertumbuhan yang pesat terjadi pada masa prenatal, tahun pertama kehidupan dan masa remaja. Umur yang paling rawan terserang penyakit adalah masa bayi sehingga pada bayi akan mudah sekali sakit dan mudah terjadi kurang gizi sehingga berat badanya sulit mengalami kenaikan.

3. Perubahan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Pretest dan Posttest Pada Kelompok Kontrol (Tidak Dilakukan Pijat Bayi)

Berdasarkan hasil penelitain diketahui rata-rata berat badan bayi pretest sebesar 6953,33 dengan standar deviasi sebesar 570,54, sedangkan rata-rata berat badan bayi posttest sebesar 7340 dengan standar deviasi sebesar 566,69 dan rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok kontrol sebesar 386,667.

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa bayi yang tidak dilakukan pijat bayi mengalami kenaikan berat badan yang tidak terlalu signifikan. Hal ini sesuai dengan teori Adriana (2013), yang menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab kenaikan berat badan pada bayi yang tidak dipijat adalah karena faktor umur. Karena penelitian ini berlangsung selama 1 bulan, maka setelah penelitian umur bayi pasti meningkat satu bulan. Dengan bertambahnya usia maka secara alami terjadi penambahan berat badan.

Hal serupa dinyatakan Larizza (2021) mengatakan bahwa saat bayi berusia 0-6 bulan, penambahan berat badan umumnya sangat pesat. Kemudian memasuki usia 6 bulan, banyak bayi yang kenaikan berat badannya sangat kecil, atau bahkan tidak meningkat. Bayi yang berusia di atas 6 bulan biasanya akan lebih aktif. Ia sudah mulai belajar duduk dan merangkak. Aktivitas ini membutuhkan energi yang tidak sedikit. Sehingga, bila asupan makan bayi hanya sedikit, maka energi yang ia peroleh dari makanan lebih banyak digunakan untuk beraktivitas daripada untuk tumbuh kembang.

Hal yang sama diungkapkan (Rinda & Mauludiyah, 2023), menyatakan bahwa berat badan yang meningkat dengan stabil menandakan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai ketika tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang adekuat, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik. Dengan zat gizi yang adekuat dapat membuat proses pertumbuhan yang seimbang untuk pengangkutan oksigen dan nutrisi agar sel-sel dapat tumbuh untuk menjalankan fungsinya dengan optimal. Kenaikan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan apabila anak mendapat gizi yang baik yaitu dari bayi lahir sampai 6 bulan pertama pertambahan berat badan setiap minggu 140- 200 gram. Berat badan bayi menjadi 2 kali lipat berat badan lahir pada akhir 6 bulan pertama. Sedangkan pada umur 6-12 bulan pertambahan berat badan setiap minggu berkisar antara 85-400 gram. Berat badan akan meningkat sebesar 3 kali berat badan lahir pada akhir tahun pertama.

Menurut peneliti kurangnya berat badan pada bayi dan balita merupakan hal yang perlu diwaspadai, karena dapat menyebabkan risiko buruk. Berat badan pada bayi dan balita menurun dapat dikarenakan nutrisi yang kurang. Banyak cara dan stimulus yang dapat dilakukan Ibu untuk membantu meningkatkan nafsu makan anak sehingga berat badan anak meningkat, seperti membuat tampilan yang berbeda dari sebelumnya, bantu anak untuk eksplor dirinya sendiri dengan membiarkan anak makan sendiri, berikan vitamin untuk membantu nafsu makan anak, dan stimulus juga dapat dilakukan dengan memberikan pemijatan yang rutin.

4. Perubahan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Pretest dan Posttest Dilakukan Pijat Bayi Pada Kelompok Intervensi (Dilakukan Pijat Bayi)

Berdasarkan hasil penelitain diketahui rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pemijatan sebesar 7580 dengan standar deviasi sebesar 986,48, sedangkan rata-rata berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan sebesar 8193,33 dengan standar deviasi sebesar 945,26 dan rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok intervensi sebesar 613,333.

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa bayi yang dilakukan pijat bayi 2 kali sehari selama 1 bulan mengalami rerata kenaikan berat badan yang signifikan. Hal ini sejalan dengan pernyataan (Subarto et al., 2019) yang menyatakan bahwa beberapa manfaat pijat bayi adalah diantaranya meningkatkan nafsu makan, melipatgandakan keuntungan ASI ekslusif, meningkatkan berat badan, meningkatkan daya tahan tubuh, membuat bayi tidur lebih nyenyak, dan membina keterikatan antara orang tua dan anak.

Hal serupa diungkapkan (Roesli, 2018), menyatakan bahwa terapi sentuh dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat. Terapi sentuh, terutama pijat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah antara lain melalui pengukuran kadar cortisol ludah, kadar cortisol plasma secara radioimmunoassay, kadar hormon stres (*catecholamine*) air seni, dan pemeriksaan EEG (electro encephalogram, gambaran gelombang otak).

Hal ini didukung oleh pernyataan (Rinda & Mauludiyah, 2023), yang menyatakan bawha terapi pijat bayi meningkatkan berat badan bayi melalui beberapa mekanisme. Mekanisme tersebut berupa peningkatan aktivitas nervus vagus yang menstimulasi motilitas gastrik sehingga merangsang produksi hormonhormon yang meningkatkan penyerapan nutrisi yakni gastrin dan insulin. Motilitas gastrik, gastrin, dan insulin memaksimalkan penyerapan nutrisi sehingga berat badan bayi mengalami peningkatan. Mekanisme lain yaitu disekresikannya hormon pertumbuhan IGF-1 yang kemudian meningkatkan mitosis sel dan mempengaruhi berat badan bayi.

Lebih lanjut menurut (Rinda & Mauludiyah, 2023), menyatakan bahwa rangsangan pada nervus vagus (saraf parasimpatis) akan merangsang lambung untuk mengeluarkan hormon gastrin. Hormon gastrin akan merangsang pengeluaran insulin, asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pankreas, mukus, peningkatan aliran empedu hati dan merangsang motilitas lambung. Hormon gastrin juga mempermudah relaksasi reseptif lambung (relaksasi sementara) sehingga lambung dapat menambah volumenya dengan sangat mudah tanpa peningkatan tekanan.

Menurut peneliti pijat bayi merupakan salah satu stimulus yang efektif untuk meningkatkan berat badan bayi maupun balita, terutama di masa MPASI, stimulus pijat bayi juga dapat dilakukan oleh orang tua sehingga memudahkan orang tua tidak perlu datang ke *baby spa* tetapi sebelum orang tua melakukan sendiri lebih baik mempelajari teknik yang benar dan tepat kepada terapis atau bidan yang memiliki legalitas pijat bayi. Karena jika ada kesalahan teknik saat pemijatan dapat menyebabkan dampak yang buruk dan yang perlu diperhatian ada bagian tubuh bayi yang harus dihindari saat dilakukan pemijatan seperti, tulang belakang dan pusar. Selain itu saat melakukan pemijatan harus sesuai dengan arah ototnya.

5. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik *independent t-test* didapatkan nilai p.value = 0,000 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2024.

Hal ini sesuai dengan pernyataan (Subarto et al., 2019), yang menyatakan bahwa dengan pijat bayi akan meningkatkan aktifitas nervus vagus dan akan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gaselin. Insulin memegang peranan pada metabolisme, Peningkatan insulin dan gastrin dapat merangsang fungsi pencernaan sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi baik. Penyerapan makanan yang lebih baik ini akan menyebabkan bayi cepat merasa lapar karena itu lebih sering menyusu. Akibatnya terjadi peningkatan berat badan.

Penelitian ini didukung oleh Bunga Tiara Carolin (2020) yang menunjukkan ada efek pijat bayi pada peningkatan berat badan bayi. Pemenuhan kebutuhan dasar bayi dan balita sangat mempengaruhi perkembangan mereka. Dikenal sebagai “triple A”, kebutuhan utama ini terdiri dari kebutuhan gizi (asuh), kebutuhan kasih sayang dan emosi (asih), dan kebutuhan akan stimulasi dini (asah). Orang tua dapat memberikan stimulasi tumbuh kembang yang baik kepada anaknya mulai dari bayi. Orang tua juga dapat memberikan rangsangan atau stimulasi yang baik kepada anak untuk membantunya

mencapai potensi terbaiknya. Pijat bayi adalah salah satu metode stimulasi yang telah digunakan masyarakat selama ini. Salah satu metode pengobatan tertua di dunia adalah pijat. Selain di salon dan spa, terapi pijat juga digunakan di berbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan. Teknik pijat telah banyak digunakan saat ini untuk meningkatkan kesehatan dan berat badan bayi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Subarto et al., 2019) yang berjudul Pijat Bayi dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan pada Bayi. Hasil penelitian menunjukan bahwa ada efek pijat bayi dengan peningkatan berat badan bayi. diperoleh *p value* (0,029) < 0,05. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatan pengetahuan pada ibu tentang pentingnya pijat bayi untuk meningkatkan berat badan bayi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Saldilawaty, 2023) yang berjudul Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan. Hasil penelitian didapatkan Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pijat bayi usia 6-12 bulan terhadap kelompok intervensi sebesar p<0.001. Perbedaan bermakna rata-rata berat badan bayi pada kelompok intervensi sebesar 566.6 gram dan kelompok kontrol sebesar 313.3 gram (p <0.000). Ada pengaruh terapi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan dan ada perbedaan pada kedua kelompok.

Menurut peneliti memberikan kesimpulan bahwa pemberian pijat bayi dapat membantu meningkatkan berat badan secara signifikan apabila dilakukan secara rutin dan tepat. Frekuensi pemijatan juga dapat mempengaruhi, selain itu pijat bayi banyak manfaat lainnya selain meningkatkan berat badan sehingga dapat dijadikan solusi apabila bayi mengalami masalah kesehatan. Pijat bayi juga dapat dilakukan oleh orang tua dengan syarat orang tua sudah mempelajari teknik pijat bayi yang benar baik dari dokter, bidan, maupun terapis. Pijat bayi yang sangat nyaman dapat dilakukan pagi hari atau malam hari sebelum bayi tidur, sehingga bayi dapat merasa lebih lelap.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah ditelah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata berat badan bayi pretest pada kelompok kontrol (tidak dilakukan pijat bayi) sebesar 6953,33 sedangkan rata-rata berat badan bayi posttest sebesar 7340 dan rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok kontrol sebesar 386,667
2. Rata-rata berat badan bayi pretest pada kelompok intervensi (dilakukan pemijatan) sebesar 7580 sedangkan rata-rata berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan sebesar 8193,33 dan rerata kenaikan berat badan bayi pada kelompok intervensi sebesar 613,333
3. Ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat tahun 2024 dengan p.value = 0,000.

Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

   Diharapkan dapat menambah literatur di perpustaan STIKES Bakti Utama Pati khususnya teori-teori yang berhubungan dengan pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan yang dapat berguna untuk perkembangan ilmu kebidanan dan menambah kajian ilmu tentang tumbuh kembang anak.
2. Bagi Ibu Balita

   Perlu meningkatkan pengetahuan orang tua khususnya ibu tentang mekanisme cara melakukan pijat bayi yang benar dari tenaga ahli untuk meningkatkan berat badan bayi dengan mengikuti pelatihan pijat bayi yang diadakan di tempat praktek mandiri bidan atau puskesmas.
3. Bagi Petugas Kesehatan

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi bagi tenaga kesehatan di Desa Muara Cawang Kecamatan Lahat Selatan Kabupaten Lahat untuk meningkatkan berat badan bayi, sehingga dapat dijadikan pedoman dalam memberikan asuhan pada bayi, memberikan pendidikan kesehatan pada ibu bayi untuk perawatan kesehatan bayi dan mencegah permasalahan kesehatan bayi yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi melalui teknik pijat bayi yang tepat dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

BKTM Makasar. (2023). *Pelayanan Pijat Bayi. Balai Kesehatan Tradisional Makasar*. https://www.bktm-makassar.org/service/pijat_bayi~balita.html

Carolin, B. T., Suprihatin, S., & Agustin, C. (2020). Pijat Bayi dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, *10*(02), 28–33. https://doi.org/10.33221/jiki.v10i02.478

Diniyati, L. S., & Aulia, A. A. (2021). Stimulasi Nafsu Makan Balita Dengan Pijat Bayi Di Kampung Cijulang. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, *2*, 21–25. https://doi.org/10.31000/sinamu.v2i0.3245

Dinkes Prov sumsel. (2022). Membangun Sumsel Yang Sehat Sumsel Yang Maju Untuk Semua. *Profil Kesehatan Provinsi Sumsel 2021*, 259. www.dinkes.sumselprov.go.id.

Dinkes Prov Sumsel. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. *Profil Kesehatan Provinsi Sumsel 2021*, 259. www.dinkes.sumselprov.go.id.

Hartati, S., Hidayah Akademi Kebidanan Sempena Negeri, N., Tim, S., & Marpoyan Damai, K. (2020). Effects of Baby Massage on Weight Gain in Babies. *Journal of Midwifery and Nursing*, *2*(2), 255–258. http://iocscience.org/ejournal/index.php/JMN/article/view/716

Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.

Lestari, K. P., Nurbadlina, F. R., Wagiyo, & Jauhar, M. (2021). The effectiveness of baby massage in increasing infant's body weight. *Journal of Public Health Research*, *10*(s1), 1–5. https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2332

Rinda, R. H., & Mauludiyah, Z. (2023). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarsengon Kabupaten Jember*.

Roesli, U. (2018). *Pedoman Pijat Bayi*. Trubus Agriwidya.

Saldilawaty. (2023). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 6- 12 Bulan Di PAUD Terpadu Abata Kota Banjarmasin*. *4*, 1–14. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/

Subarto, C. B., Isnaeni, Y., & Utami, F. S. (2019). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Bayi Usia 6–12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gondomanan Yogyakarta*.

WHO. (2022). Newborn Mortality. *Who*, *January*, 1–5. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/levels-and-trends-in-child-mortality-report-2021

WHO. (2023). Child Malnutrition. *Https://Data.Unicef.Org/Topic/Nutrition/Malnutrition/#:~:Text=Between%202000%20and%202022%2C%20stunting,Lived%20in%20sub%2DSaharan%20Africa.*, *May*, 1–22.