

## **EFEKTIFITAS PIJAT BAYI PADA PENINGKATAN BERAT BADAN NEONATUS**

**Meily Nirnasari**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan HangTuaH Tanjungpinang

Email: Meilynirnasari82@gmail.com

### **ABSTRAK**

Pijat merupakan salah satu bentuk terapi sentuh 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. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Pijat Bayi Pada Peningkatan Berat Badan Neonatus IRNA Cempaka RSUD. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen semu (*quasi experiment*). Desain penelitian ini adalah *Pre and Post Test With Control*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan teknik *total sampling*. sampel dalam penelitian di adalah 30 responden 15 kelompok perlakuan 15 kelompok control pada kelompok perlakuan diberi intervensi selama 3x15 menit sehari selama 10 hari. Pada penelitian ini, analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan *uji Independent Samples T Test* hasil penelitian dengan *Independent Samples T Test* dapat dilihat nilai  $\rho$  Value diperoleh adalah 0,000. Kesimpulannya adalah  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, artinya bahwa ada perbedaan rata-rata (*mean*) peningkatan berat badan bayi antara kelompok eksperimen dengan rata-rata (*mean*) peningkatan berat badan bayi kelompok kontrol.

**Kata kunci:** Pijat Bayi, pada neonates Peningkatan Berat Badan Bayi

### **ABSTRACT**

*Massage is one form of touch therapy that functions as one of the important medical techniques that have been known for a long time (Roesli, 2001). Through a touch of massage on the circulatory muscle tissue can improve muscle tissue or muscle position can be restored and repaired so that it can improve the functions of body organs as well as possible. This study aims to determine the Effectiveness of Infant Massage on Increasing the Neonatal Weight Loss of IRNA Cempaka Hospital. This study uses a quasi-experiment design. The design of this study was Pre and Post Test With Control. The sampling technique in this study used total sampling technique. The sample in the study was 30 respondents 15 treatment groups 15 control groups in the treatment group were given interventions for 3x15 minutes a day for 10 days. In this study, bivariate analysis was performed using the Independent Samples T test. The results of the study with Independent Samples T Test could be seen that the value of  $\rho$  Value obtained was 0,000. The conclusion is  $0,000 < 0,05$ , so  $H_0$  was rejected, meaning that there was a difference in mean (*mean*) increase in infant weight between the experimental groups with an average (*mean*) increase in infant weight control group.*

**Keywords:** *Infant Massage, for neonates Increased Infant Weight*

## **PENDAHULUAN**

Bayi dilahirkan dengan ukuran dan ciri yang berbeda. Rata-rata berat badan bayi yang baru dilahirkan berkisar antara 2,5 – 4,5 kg, biasanya Bayi baru lahir (BBL) mengalami adaptasi dari intrauterine ke ekstrauterine. Bayi cukup bulan akan mengalami kehilangan berat badan 5%–10% selama beberapa hari pertama kehidupannya karena urine, tinja dan cairan diekskresi melalui paru – paru dan karena asupan bayi sedikit (Bobak & Jensen, 2004). Dari kenaikan berat badan bayi secara normal dapat dilihat bahwa perkembangan atau penambahan berat bayi paling cepat disaat umur 1 - 3 bulan, dimana pertambahannya bisa mencapai 700 gram/ 4 minggu. Salah satu cara untuk menambah berat badan tersebut adalah dengan pijat.

Ilmu pijat bayi tradisional sudah lama dikenal dikalangan masyarakat Indonesia dan sampai saat ini di daerah-daerah masih sering dilakukan oleh dukun pijat bayi. Ilmu pijat bayi umumnya mudah dipelajari dengan beberapa kali latihan, orang tua akan mahir melakukannya. Selain itu pijat bayi juga mudah karena hanya menggunakan minyak (baby oil).

Pijat merupakan salah satu bentuk terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu teknik pengobatan penting yang sudah dikenal sejak lama (Roesli, 2001). 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, 2007).

Dikalangan masyarakat Indonesia, ilmu pijat bayi tradisional sudah lama dikenal dan sampai saat ini di daerah-daerah masih sering dilakukan oleh dukun pijat bayi. Ilmu

pijat bayi umumnya mudah dipelajari dengan beberapa kali latihan, orang tua akan mahir melakukannya. Selain itu pijat bayi juga mudah karena hanya menggunakan minyak (baby oil).

Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuhan dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi, Ini sesuai Penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi memperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol kenaikan berat badan sebesar 6,16% sedangkan pada kelompok yang dipijat 9,44%. (Dasuki, 2003). Dewasa ini penelitian di Australia yang diungkapkan oleh Lana Kristiane F. Flores membuktikan bahwa bayi yang dipijat oleh orang tuanya akan mempunyai kecenderungan peningkatan berat badan, hubungan emosional dan sosial yang lebih baik. (Roesli, 2001). Namun Ilmu Kedokteran tentang pijat bayi masih belum banyak diketahui oleh masyarakat.

Sebuah penelitian tentang pijat bayi prematur dilakukan oleh psikologi T. Field dan Scafidi tahun 1986 dan 1990, menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur berat badan 1280 dan 1176 gr, yang dipijat 3 x 15 menit selama 10 hari mengalami berat badan per hari 20% sampai 47% lebih banyak dari yang tidak dipijat. Penelitian pada bayi cukup bulan yang berusia 1 – 3 bulan yang dipijat 15 menit 2 x seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dan terkontrol (Roesli, 2001)

Namun sayangnya masih banyak mitos-mitos dimasyarakat khususnya pada perawatan bayi yang tetap dipercaya, masih banyak ibu-ibu yang tidak mau untuk melakukan pemijatan secara rutin kepada bayinya apalagi diawal-awal kelahirannya.

Hasil survey awal dengan wawancara pada tanggal 16 Agustus 2013 pada perawat di rumah sakit RSUD dan Puskesmas batu X Tanjungpinang belum disosialisasikan tentang pijat bayi khususnya di RSUD Tanjungpinang. Serta data jumlah bayi di RSUD Tanjungpinang pada tahun 2011 – 2012 BB berkisar 3000 – 3500 gram sebanyak 35% dan 38 %, untuk mempertahankan berat badan agar tidak turun atau menetap salah satu cara yang dapat digunakan adalah dengan pijat bayi.

## METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experimental*, dengan pendekatan *pretestposttest design with control group*. Rancangan ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen.

Tabel 1  
Berat Badan Bayi Kelompok Eksperimen Pada Saat *Pretest* di RSUD Tanjungpinang

a) No.	Inisial Responden	Berat Badan
1.	Ny'A'	3200
2.	Ny'M'	3100
3.	Ny'C'	2300
4.	Ny'Z'	2400
5.	Ny'T'	2800
6.	Ny'M'	3200
7.	Ny'R'	3100
8.	Ny'S'	2600
9.	Ny'A'	3500
10.	Ny'T'	2500
11.	Ny'C'	2800
12.	Ny'K'	2300
13.	Ny'V'	2200
14.	Ny'S'	2900
15.	Ny'L'	2700
	Jumlah	41600
	Mean	2773,33

Tabel 1 menampilkan data mengenai (*mean*) berat badan bayi kelompok distribusi berat badan bayi kelompok eksperimen pada saat *pretest* adalah eksperimen saat pelaksanaan *pretest* di 2773,33 gr RSUD Tanjungpinang Tahun 2013. Dari tabel tersebut dapat di lihat bahwa rata-rata

## Hasil

### Analisa Univariat

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan 30 orang sebagai sampel dengan rincian 15 orang sebagai kelompok eksperimen dan 15 orang sebagai kelompok kontrol (Burn & Grove, 2005) Untuk melakukan pengumpulan data, peneliti menggunakan alat pengumpulan data berupa teknik pengumpulan data dengan metode observasi yang dilakukan kepada orang tua ketika dilakukan pemijatan kepada neonatus. Instrumen penelitian dengan menggunakan timbangan berat badan bayi. Sebelum penelitian bayi akan ditimbang setiap hari, kemudian setelah diberikan pemijatan oleh orang tua setiap hari selama 14 hari, bayi di timbang kembali pada hari ke-15. Penimbangan berat badan dilakukan pada sore hari ketika bayi telah selesai dilakukan pemijatan oleh orang tua.

Tabel 2

Distribusi Berat Badan Bayi Kelompok Kontrol Pada Saat *Pretest* di RSUD Tanjungpinang

No.	Inisial Responden	Berat Badan
1.	Ny'A'	3700
2.	Ny'M'	3500
3.	Ny'C'	2500
4.	Ny'Z'	2700
5.	Ny'T'	3100
6.	Ny'M'	3500
7.	Ny'R'	3500
8.	Ny'S'	3200
9.	Ny'A'	3400
10.	Ny'T'	3600
11.	Ny'C'	3200
12.	Ny'K'	3400
13.	Ny'V'	3600
14.	Ny'S'	3200
15.	Ny'L'	3400
	Jumlah	49500
	Mean	3300

Tabel 2 menampilkan data mengenai tersebut dapat di lihat bahwa rata-rata distribusi berat badan bayi kelompok (*mean*) berat badan bayi kelompok kontrol saat pelaksanaan *pretest* di RSUD pada saat *pretest* adalah 3300 gr. Tanjungpinang Tahun 2013. Dari tabel Analisa Bivariat

Tabel 3

Perbedaan Rata-Rata (*Mean*) Berat Badan Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Saat *Posttest* di RSUD Tanjungpinang

No.	Berat Badan (Gram)	
	Eksperimen	Kontrol
1.	200	0
2.	150	500
3.	300	0
4.	150	0
5.	250	-50
6.	100	0
7.	150	-300
8.	100	-50
9.	50	0
10.	250	-200
11.	50	-100
12.	300	-100
13.	300	-100
14.	100	0
15.	150	0
Jumlah		
h	2600	-400
Mean	173,3333	-26,6667
Hasil Analisis Statistik	<i>Independent Samples T Test:</i>	
	Sig. = 0,589	
	t = 4,044	
	df = 28	
	p value atau Sig. (2-tailed) = 0,000	

Dari hasil analisis statistik didapatkan t hitung sebesar 4,044, sedangkan t tabel dicari pada  $\alpha = 5\% : 2 = 2,5\%$  (uji 2 sisi) dengan derajat kebebasan (df) = 28 maka diperoleh t tabel sebesar 2,048 dan *p value* atau Sig. (2-tailed) yang diperoleh sebesar 0,000. Oleh karena dari hasil uji statistik *Independent Samples T Test* didapatkan -t hitung (-4,044) lebih kecil dari -t tabel (2,048) atau t hitung (4,044) lebih besar dari t tabel (2,048) dan *p value* (nilai signifikansi) yang diperoleh lebih kecil dari taraf signifikansi 5% (0,000 lebih kecil dari 0,05) maka  $H_0$  ditolak, artinya bahwa ada perbedaan rata-rata (*mean*) peningkatan berat badan bayi antara kelompok eksperimen dengan rata-rata (*mean*) peningkatan berat badan bayi kelompok kontrol.

## Pembahasan Hasil Penelitian

### Berat Badan Neonatus

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 15 responden sebagai kelompok eksperimen didapatkan bahwa nilai rata-rata Berat Badan Neonatus sebelum pemberian intervensi pada hari I dan II . Rata-rata berat Badan 2773,33 grm,pada kelompok eksperimen diberikan terapi Pijat bayi selama 15 menit dalam sehari 3 kali selama 10 hari. Berdasarkan hasil penelitian, terjadi peningkatan BB Badan Neonatus yaitu 150 Gram sampai dengan 300 gram dengan nilai rata-rata 173,3333 gram . Sedangkan pada kelompok kontrol tanpa pemberian intervensi rata-rata terjadi penurunan – 200 gram sampai dengan 300 Gram dengan nilai rata-rata -26,6667. Menurut Utami (2008), pijat bayi memiliki efek biokimia dan fisik yang positif bagi bayi Meningkatkan kenaikan berat badan. Karna stimulasi *tactil/kinesthetic* terutama pijat bayi kepada bayi.

Penelitian yang dilakukan oleh penelitian yang dilakukan oleh Field, Schanberg, Scafidi, Bauer, Vega-Lahr, Garcia, dkk (1986) mengenai *Tactile/Kinesthetic Stimulation Effects on Preterm Neonates*. Penelitian ini dilakukan dengan sampel 40 bayi prematur (20 kelompok kontrol dan 20 kelompok yang diberi perlakuan) yang dirawat di ruang NICU (*Neonatal Intensive Care Unit*) dengan kriteria: usia gestasional kurang dari 36 minggu, berat badan kurang dari 1.500 gram, tidak memiliki gagal jantung, anomali kongenital, gangguan gastrointestinal dan penggunaan obatobatan maternal, serta berat badan selama masuk ruangan perawatan transisi antara 1.100 gram sampai 1.650 gram. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan stimulasi pijat kepada bayi prematur yang diberi perlakuan selama 3x15 menit sehari selama 10 hari. Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah:

1. Meningkatnya berat badan bayi sebesar 47% per hari lebih banyak.

2. Bayi dapat pulang dari rumah sakit 6 hari lebih cepat.
3. Penghematan biaya rata-rata sebesar \$3.000 per bayi.
4. Kelompok intervensi menunjukkan kematangan dari habituasi, orientasi, motorik dan rentang dari tahap perilaku.
5. Bayi tampak lebih aktif dan siaga serta tidur lebih lelap.

Penelitian lain yang menunjukkan pengaruh terapi sentuh/pijat pada bayi terhadap peningkatan berat badan adalah penelitian yang dilakukan Scafidi, dkk (1990). Scafidi, dkk melakukan penelitian kepada bayi yang memiliki usia gestasi 30 minggu dengan berat badan kisaran 1.100 sampai dengan 1300 gram mengalami kenaikan sebesar 21%. Moyer-Mileur, dkk (1995) juga melakukan penelitian mengenai efek terapi sentuh/pijat dalam meningkatkan berat badan. Moyer-Mileur, dkk mengambil kelompok yang diberi intervensi dengan usia gestasi 28 minggu dan kelompok kontrol dengan usia 29 minggu, masa perawatan 7-10 hari didapatkan hasil bahwa kelompok intervensi mengalami kenaikan berat badan sebesar 33% (Hernandez-Reif, Field, Diego, & Beutler, 2001).

Penelitian ini didukung oleh pernyataan Utami (2008), pijat bayi memiliki efek biokimia dan fisik yang positif bagi bayi. Efek biokimia yang positif dari pijat, Menurunkan kadar hormon stress (*catecholamine*). Meningkatkan kadar serotonin, Meningkatkan pertumbuhan yaitu berat badan.

### **Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Neonatus**

Hasil uji *Independent Sample T Test* untuk Berat Badan sebelum pemberian terapi pijat bayi menunjukkan *p value* (nilai signifikansi) yang diperoleh lebih besar dari taraf signifikansi 5% (0,553 lebih besar

dari 0,05) maka  $H_0$  gagal ditolak, artinya bahwa tidak ada perbedaan antara signifikan rata-rata (*mean*) berat badan Neonatus pada kelompok kontrol sebelum pijat bayi (*pretest*) dengan rata-rata (*mean*) berat badan setelah pijat bayi (*posttest*).

Sedangkan hasil uji *Independent Sample T Test* untuk Berat badan sesudah pemberian terapi *p value* (nilai signifikansi) yang diperoleh lebih kecil dari taraf signifikansi 5% (0,000 lebih kecil dari 0,05) maka  $H_0$  ditolak, artinya bahwa ada perbedaan ratarata (*mean*) peningkatan berat badan bayi antara kelompok eksperimen dengan ratarata (*mean*) peningkatan berat badan bayi pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh MoyerMileur, dkk (1995) melakukan penelitian mengenai efek terapi sentuh/pijat dalam meningkatkan berat badan. Hasil penelitian kelompok intervensi mengalami kenaikan berat badan sebesar 33% (Hernandez-Reif, Field, Diego, & Beutler, 2001).

Untuk mengetahui keefektifan terapi pijat bayi dalam Peningkatan BB badan neonatus pada kelompok eksperimen dapat diketahui melalui uji *Paired Sample T Test (Dependent T Test)* yang menunjukkan nilai *p value* (nilai signifikansi) yang diperoleh lebih kecil dari taraf signifikansi 5% (0,000 lebih kecil dari 0,05) maka  $H_0$  ditolak, artinya bahwa ada perbedaan antara rata-rata (*mean*) berat badan bayi pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan pemijatan (*pretest*) dengan rata-rata (*mean*) berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan (*posttest*).

Sedangkan uji *Paired Sample T Test (Dependent T Test)* pada kelompok kontrol didapatkan nilai *p value* (nilai signifikansi) yang diperoleh lebih besar dari taraf

signifikansi 5% (0,553 lebih besar dari 0,05) maka  $H_0$  gagal ditolak, artinya bahwa tidak ada perbedaan antara rata-rata (*mean*) berat badan kelompok kontrol sebelum pijat bayi (*pretest*) dengan rata-rata (*mean*) berat badan setelah pijat bayi (*posttest*).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi Pijat bayi efektif dalam peningkatan BB neonatus. Menurut Menurut Utami (2008), menceritakan bahwa di Pemijatan yang dilakukan kepada bayi akan meningkatkan gerakan peristaltik sehingga proses pencernaan tidak terganggu sehingga akan Meningkatkan kenaikan berat badan

Selain itu pernyataan ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan penelitian yang dilakukan oleh Field, Schanberg, Scafidi, Bauer, Vega-Lahr, Garcia, dkk (1986) mengenai *Tactile/Kinesthetic Stimulation Effects on Preterm Neonates*. Penelitian ini dilakukan dengan sampel 40 bayi prematur (20 kelompok kontrol dan 20 kelompok yang diberi perlakuan) yang dirawat di ruang NICU (*Neonatal Intensive Care Unit*) Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan stimulasi pijat kepada bayi

## DAFTAR PUSTAKA

- Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., & Jensen, M. D. (2004). *Buku ajar keperawatan maternitas*. Jakarta: EGC.
- Burn, N., & Grove, S. K. (2005). *The practice of nursing research: conduct, critique, and utilization*. Missouri: Elsevier Saunders.
- Hidayat, A, A. (2010). *Metode penelitian kebidanan dan teknik analisa data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kell, P. (2010). *Buku saku asuhan neonatus dan bayi*. Jakarta : EGC.
- Maharani, S. (2009). *Pijat dan senam sehat untuk bayi*. Yogyakarta: Kata Hati.

prematurn yang diberi perlakuan selama 3x15 menit sehari selama 10 hari. Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah Meningkatnya berat badan bayi sebesar 47% per hari lebih banyak.

Pijat merupakan Stimulus sentuhan yang akan memperlancar aliran pembuluh darah dan aliran oksigen ke seluruh sel, sehingga sel yang rusak dapat diperbaiki dan tidak menimbulkan rasa sakit kepada anak serta Pemijatan yang dilakukan 30 menit per hari bisa mengurangi depresi dan kecemasan, serta mengurangi tangisan bayi. Dan bayi akan tidur dengan waktu yang lama dan terlelap karena bayi merasa tenang. Ototototnya distimulus dengan pemijatan akan nyaman. Pengeluaran sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu *neurochemical betha-endorphine*, yang akan mengurangi pembentukan hormon pertumbuhan serta nervus vagus yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin sehingga penyerapan makanan akan menjadi lebih baik. Itu sebabnya mengapa berat badan bayi yang dipijat meningkat lebih banyak daripada tidak dipijat.(Utami, 2008).

Notoatmodjo, S. (2005). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam, dkk. (2005). *Asuhan keperawatan bayi dan anak untuk perawat dan bidan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyo. (2009). *Teknik - teknik tepat memijat bayi sendiri panduan lengkap dan uraian kemanfaatannya*. Yogyakarta : Diva Press.

*Efektifitas Pijat Bayi pada Peningkatan Berat Badan Neonatus*

Prawirohardjo, S. (2007). *Buku acuan nasional pelayanan kesehatan maternal dan neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.

Purnamasari, D. (2011). *Panduan pijat praktis balita anda agar cerdas dan sehat*. Yogyakarta: Pustaka Salomon.

Putri, A. (2009). *Pijat dan senam untuk bayi dan balita panduan praktis memijat bayi dan balita*. Yogyakarta:

Brilliant Offset.

Roesli, M. (2010). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia

Sobur, Alex, 2009. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia

Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif*. Bandung: Alfa Beta

Peter, S, I. (2002). *Pijat refleksi untuk anak*. Jakarta: Puspa Swara.