

## PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PERTUMBUHAN BAYI

### *The Effect of Baby Massage on Baby Growth*

Wiwi Sartika<sup>1\*</sup>, Sara Herlina<sup>1</sup>, Siti Qomariah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>D III Kebidanan/Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrab  
Pekanbaru

Email: [wiwi.sartika@univrab.ac.id](mailto:wiwi.sartika@univrab.ac.id)

### ABSTRACT

*Infancy is a stage where growth and development are very fast, from the baby's birth until he is 1 year old. The baby's developmental age is divided into 2, namely, neonates from birth to 28 days old and babies from 29 days to 12 months. This study aims to see the effect of infant massage on growth in infants. This research method uses a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test research approach. The sampling technique used purposive sampling. There were 26 samples in the study between the ages of 0-12 months. Data analysis was used univariately and bivariate using the Wilcoxon pre-test -post-test. obtained a p-value of 0.025 ( $p < 0.05$ ) which means that  $H_a$  is accepted and  $H_o$  is rejected. it can be concluded that there is an influence between Baby Massage on growth in infants in the Simpang Baru Health Center work area. It is recommended for mothers who have babies to be able to massage the baby as often as possible because the mother's touch can increase the baby's growth.*

**Keywords:** *Massage, Infant, Growth*

### ABSTRAK

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. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan pada bayi. Metode Penelitian ini menggunakan desain *pre eksperimental* dengan pendekatan penelitian *one group pre-test and post-test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian antara umur 0-12 bulan sebanyak 26 sampel. Analisa data yang digunakan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon pre-test- post-test*. diperoleh nilai *p-value* 0,025 ( $p < 0,05$ ) yang artinya  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara Pijat Bayi terhadap pertumbuhan pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Baru. Di rekomendasikan kepada ibu yang memiliki bayi untuk dapat dilakukan pemijatan pada bayi sesering mungkin karena dengan sentuhan ibu dapat meningkatkan pertumbuhan bayi.

**Kata kunci:** Pijat, Bayi, Pertumbuhan

### PENDAHULUAN

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.<sup>1</sup>

Pada masa bayi juga merupakan tahapan pertumbuhan serta perkembangan yang sangat cepat, dimulai dari bayi itu lahir sampai berusia 1 tahun.<sup>2</sup>

Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 tentang Standar Profesi Bidan menyebutkan bidan berwenang memantau tumbuh kembang bayi melalui deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang. Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini dilakukan masyarakat adalah dengan pijat.<sup>3</sup>

Menurut Antoekowijaya, periode 1.000 hari pertama kehidupan adalah masa yang amat penting karena pada masa ini otak mengalami tumbuh kembang dengan pesat. Agar dapat tumbuh dan berkembang optimal, semua kebutuhan dasar harus dipenuhi, antara lain asupan nutrisi, kasih sayang, imunisasi dan stimulasi. Stimulasi ini adalah pijat bayi yang sangat besar sekali manfaatnya diantaranya dapat meningkatkan berat badan bayi. Stimulasi yang diberikan haruslah disesuaikan dengan usianya, dimana tekanan pijatan bayi usia 0-1 bulan berbeda dengan usia 1-3 bulan, demikian juga untuk bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun.<sup>4</sup>

Pijat bayi sudah beberapa waktu ini digemari karena bisa membuat bayi lebih sehat dan tidak rewel. Pijat bayi juga bisa membuat otot bayi lebih kuat, imunitasnya meningkat, menaikkan berat badan bayi, mengurangi rasa sakit, dan membuat tidur bayi lebih lelap. Pijat bayi bisa merangsang otot motorik, memperbaiki kekebalan tubuhnya serta menambah jumlah produksi darah putih yang membuat menjadi lebih sehat. Dengan memberikan pijatan pada tubuh si bayi nantinya membuat tubuh bayi mengalami penurunan hormon cortisol, yaitu hormon penyebab stres. Hasilnya bayi menjadi lebih riang dan tidak suka menangis. Jika bayi mengalami masalah berat badan, memijatnya secara teratur juga memberikan

manfaat untuk mempengaruhi rangsangan saraf dan kulit dan memproduksi hormon-hormon berpengaruh dalam menaikkan berat badan.<sup>2</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Trisamsi, menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dimana peningkatan berat badan yang terjadi adalah sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan. Pada proses pertumbuhan dan perkembangan anak, orang tua dan keluarga memiliki peran yang sangat penting bukan hanya untuk memenuhi nutrisi yang cukup, memberikan perhatian dan kasih sayang, melainkan juga memberikan stimulus untuk membantu proses penyempurnaan jaringan saraf anak.<sup>5</sup>

Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugrohowati, Raras, mengatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi usia 0-12 bulan di Desa Margodadi Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.<sup>6</sup>

Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi pertumbuhan bayi sebelum dan sesudah di pijat. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan bayi usia 0-12 bulan Pertumbuhan bayi. Dari hasil observasi tersebut peneliti ingin melakukan upaya peningkatan pertumbuhan pada bayi dengan pijat bayi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian preeksperimental dengan pendekatan penelitian *one group pre-test and post-test* untuk mengetahui pengaruh dari Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan bayi sebelum diberi perlakuan (pre) dan setelah diberi perlakuan (post). Pada tahap pelaksanaan setiap bayi dinilai pertumbuhannya kemudian diberikan pijat. Setelah 4 kali perlakuan dalam

waktu 3 minggu dinilai kembali pertumbuhan bayi.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampelnya dengan kriteria tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi yang berumur 0-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Baru pada bulan Desember 2022-Februari 2023 yaitu sebanyak 26 populasi.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian bayi yang berumur 0-12 bulan sebanyak 26 sampel. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Puskesmas Simpang Baru. Dalam penelitian ini, data yang diperlukan adalah data primer, yaitu data yang diperoleh dengan cara kunjungan ke lokasi penelitian untuk melakukan wawancara langsung kepada responden dengan instrumen kuesioner untuk menilai Pertumbuhan bayi Data diolah dengan menggunakan bantuan komputer dengan SPSS versi 23. Tahap pertama dilakukan analisis univariat untuk melihat frekuensi dan persentase, selanjutnya analisis bivariat untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dengan menggunakan *Wilcoxon pre-test- post-test*.<sup>7</sup>

## HASIL

### Analisa Univariat

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Menyusu**

Kategori Pertumbuhan	Sebelum Diberi Intervensi		Setelah Diberi Intervensi	
	f	%	f	%
	Normal	19	73,1	24
Tidak Normal	7	26,9	2	7,7
Total	26	100	26	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pertumbuhan bayi sebelum dilakukan pijat Pertumbuhan normal 19orang (73,1%), tidak normal 7orang (26,9%), Setelah dilakukan Pijat Pertumbuhan

normal 24 orang (92,3%), Pertumbuhan tidak normal 2 orang (7,7).

### Analisa Bivariat

**Tabel 2. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan Bayi**

	Mean	Std. Deviation	P- Value
Menyusu Sebelum di Pijat	1,27	0,452	0,025
Menyusu Sesudah di pijat	1,08	0,272	

Tabel 2 menunjukkan hasil pengujian hipotesis menggunakan SPSS (Statistical Product and Service Solution) versi 23 dengan Uji Wilcoxon antara variabel dependen dan variabel independen yaitu Pijat bayi terhadap Pertumbuhan bayi dengan taraf signifikan ( $\alpha$ ) sebesar 0,05 diperoleh nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,025 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara Pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Baru.

## PEMBAHASAN

Dari hasil uji statistik pijat bayi terhadap peningkatan BB didapatkan nilai P value (0,025) dengan demikian dapat dikatakan bahwa tindakan pijat bayi pada kelompok intervensi terjadi peningkatan berat badan yang signifikan dibandingkan pada kelompok control.

Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian Umi kalsum, yang menyatakan bahwa bayi yang dipijat atau di massage rutin akan terjadi peningkatan berat badan sebanyak 4,11% dibandingkan dengan bayi yang tidak dilakukan pemijatan.<sup>8</sup> Dan menurut teori Ardiana. D, mengatakan bahwa bayi yang mendapat rangsangan melalui sentuhan atau pijat bayi akan mengalami

tonus nervus vagus (saraf otak ke10) pijatan tersebut dapat merangsang peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin yang bisa meningkatkan BB.<sup>9</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Desi Hidayanti, dengan judul Pengaruh Pijat Bayi Terdapat Pertumbuhan Bayi Baru Lahir Di Puskesmas Kota Tengah yaitu ada perbedaan bermakna pertumbuhan bayi pada kelompok yang dipijat dan tidak dipijat.<sup>10</sup> Penambahan berat badan pada kelompok yang dipijat selama 4 minggu oleh ibunya, lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang tidak dipijat ( $p=0,0004$ ).<sup>10</sup>

Bayi yang dilakukan pemijatan rutin akan lebih cepat peningkatan berat badannya, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Dewi yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi lebih banyak dibanding tidak dipijat.<sup>11</sup>

Hormon pertumbuhan yang bisa memengaruhi pertumbuhan tulang pada bayi dapat dirangsang melalui terapi pijat bayi yang diberikan menyebabkan disekresikannya serotonin. Sebagaimana yang dijelaskan dalam buku pedoman pijat bayi Roesli, bahwa pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu neurochemical beta-endorphin. Sehingga bila terjadi pengurangan sensasi taktil juga akan mengurangi pembentukan hormon pertumbuhan, karena menurunnya jumlah dan kepekaan dari aktivitas ODC (Ornithine Decarboxylase) jaringan.<sup>2</sup>

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bayi yang sering dilakukan pemijatan akan meningkatkan tonus saraf vagus, yang meningkatkan pengeluaran hormon penyerapan makanan dan peningkatan kadar enzim gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik dan maksimal. Itulah yang menyebabkan mengapa bayi yang dilakukan pemijatan secara rutin akan

lebih cepat terjadi peningkatan berat badannya dibanding yang tidak dipijat.<sup>12</sup>

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa bivariat diperoleh nilai  $p$ -value sebesar 0,025 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pijat bayi terhadap pertumbuhan Bayi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Baru.

## DAFTAR RUJUKAN

1. A. Fauziah and H. N. Wijayanti, "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Kualitas Tidur Bayi Di Puskesmas Jetis Yogyakarta," *PLACENTUM J. Ilm. Kesehat. dan Apl.* 2018;6(2):14. doi: 10.20961/placentum.v6i2.22834.
2. D. Adriana, *Tumbuh kembang & terapi bermain pada anak*. Jakarta: Salemba Medika, 2013.
3. D. Hidayanti, "Pengaruh Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan Bayi Baru Lahir di Puskesmas Kota Bandung," *J. Kebidanan*. 2018; 4 (4) : 197–209. [Online]. Available: <http://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/1352>
4. Kementerian Kesehatan RI, *No TitleKeputusan Menteri Kesehatan Ri Tentang Standar Profesi Bidan*. 2020.
5. Dewi N, Soetjningsih S, Prawirohartono E. Effect of Massage Stimulation on Weight Gain in Full Term Infants. *Paediatrica Indonesia (The Indonesian Journal of Pediatrics and Perinatal Medicine)*. 2011; 51(4):202-206.
6. Nugrohowati R, Nurhidayati E. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Usia 0 - 12 Bulan Di Desa Margodadi Kecamatan Syegan Kabupaten Sleman. 2015. Thesis. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
7. R. K. Sugiharti, Suwondo A, Runjati. Pengaruh Frekuensi Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan Di Desa Karang Sari Dan Purbadan. *J. Ilm. Kebidanan*. 2014;5(1):

- 41–52.
8. Sugiyono, *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
  9. Trisasmi, O. Hasanah, and I. Woferst, Rismadefi, “Pengaruh Terapi pijat terhadap berat badan bayi,” *Jom Psik*, vol. 1, no. 2, p. 9, 2014, [Online]. Available:  
<https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/4142>
  10. U. Kalsum. Peningkatan Berat Badan Bayi melalui Pemijatan. *J. Keperawatan Indones*.2014; 17(1):25–29. doi: 10.7454/jki.v17i1.371.
  11. U. Roesli, “Pedoman pijat bayi prematur & bayi usia 0-3 bulan.” Niaga Swadaya, Jakarta, 2013.
  12. WHO. *Health-related Millennium Development Goals*. 2013;123(10). [Online]. Available:  
<https://shodhganga.inflibnet.ac.in/jspui/handle/10603/7385>