



## Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi pada Bayi Umur 1-6 Bulan (di Wilayah Kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang)

Puput Nur Rahayu<sup>1\*</sup>, Umu Qonitun<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban, Indonesia

Alamat: Jl. Raya Bogorejo, Kuthi, Sumurgung, Kec. Tuban, Kabupaten Tuban, Jawa Timur 62319  
Korespondensi email: [puputnurrahayu10@gmail.com](mailto:puputnurrahayu10@gmail.com)

**Abstract:** Weight gain is one of the indicators of baby health that can be used as a benchmark for baby growth. One of the causes of weight problems is the baby's decreased appetite. There are still many babies whose weight gain is not optimal. This study aims to determine the effect of infant massage stimulation on infant weight gain in infants aged 1-6 months in the working area of the Plandaan Health Center, Jombang Regency. The research design used in this study is quantitative "quasi-experimental" using the "non-equivalent control group" research method. The population in this study of all babies aged 1-6 months who are in the working area of the Plandaan Health Center as many as 122 babies were selected by random sampling technique according to the criteria to get 32 babies aged 1-6 months, the variables in this study are infant massage stimulation and baby weight, the measuring tool in this study is a baby scale. The results of the study that there was a greater increase in weight in the intervention group than in the control group. The results of the Wilcoxon Mann-Whitney test with a significance level of  $\alpha = < 0.05$  and the calculation was carried out with SPSS software version 26 for windows obtained Asymp value results. Sig. (2-tailed) = 0.010 which means that the smaller the  $p$ -value, the more significant the results of the study, so  $p = 0.010 < 0.05$  then  $H_1$  is accepted. So that there is an effect of infant massage stimulation on infant weight gain in infants aged 1-6 months in the working area of the Plandaan Health Center, Jombang Regency. The conclusion of this study is that there is an effect of infant massage stimulation on weight gain in babies aged 1-6 months. This research is expected to be used as a source of information for midwifery education that there are "evidence based" results about one of the obstetric interventions that can be used to increase the baby's weight through the provision of massage techniques.

**Keywords:** Stimulation of Baby Massage, Weight Increase, Infants aged 1-6 months

**Abstrak:** Pertambahan berat badan merupakan salah satu indikator kesehatan bayi yang dapat dijadikan tolak ukur pertumbuhan bayi. Salah satu penyebab masalah berat badan adalah menurunnya nafsu makan bayi. Masih banyak bayi yang pertambahan berat badannya tidak optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap pertambahan berat badan bayi pada bayi usia 1-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif "quasi eksperimen" menggunakan metode penelitian "non-equivalent control group". Populasi dalam penelitian ini seluruh bayi usia 1-6 bulan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Plandaan sebanyak 122 bayi yang dipilih dengan teknik random sampling sesuai kriteria sehingga didapat 32 bayi usia 1-6 bulan, maka Variabel dalam penelitian ini adalah stimulasi pijat bayi dan berat badan bayi, alat ukur dalam penelitian ini adalah timbangan bayi. Hasil penelitian terdapat peningkatan berat badan yang lebih besar pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil uji Wilcoxon Mann-Whitney dengan taraf signifikansi  $\alpha = < 0,05$  dan perhitungannya dilakukan dengan software SPSS versi 26 for windows diperoleh hasil nilai Asymp. tanda tangan. (2-tailed) = 0,010 yang berarti semakin kecil nilai  $p$  maka hasil penelitian semakin signifikan, sehingga  $p = 0,010 < 0,05$  maka  $H_1$  diterima. Sehingga terdapat pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap pertambahan berat badan bayi pada bayi usia 1-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap pertambahan berat badan pada bayi usia 1-6 bulan. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi pendidikan kebidanan bahwa terdapat hasil "evidence based" tentang salah satu intervensi obstetrik yang dapat digunakan untuk meningkatkan berat badan bayi melalui pemberian teknik pijat.

**Kata Kunci:** Stimulasi Pijat Bayi, Pertambahan Berat Badan, Bayi usia 1-6 bulan

## **1. PENDAHULUAN**

Masa bayi merupakan masa emas serta masa kritis perkembangan. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan (Golden Period) karena pada masa janin sampai anak usia dua tahun akan terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain (Zahra, Indrayani, and Widowati 2022). Hal ini yang membedakan anak dengan dewasa. Anak menunjukkan ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat dan tidak akan terjadi pada kelompok usia lain (Zahra, Indrayani, and Widowati 2022). Hal ini yang membedakan anak dengan dewasa. Anak akan menunjukkan beberapa ciri pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai dengan usianya.

Tumbuh dan kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan merupakan perubahan fisik serta peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang terjadi berbeda-beda setiap individu, sedangkan perkembangan merupakan bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan. (Sulastri, end muawanah 2022)

Peningkatan berat badan merupakan salah satu indikator kesehatan bayi yang dapat dijadikan sebagai tolak ukur pertumbuhan bayi. Salah satu penyebab permasalahan berat badan adalah nafsu makan bayi yang turun. Masih banyak ditemukan bayi yang kenaikan berat badannya belum optimal. Kenaikan berat badan bayi pada tahun pertama kehidupan apabila bayi mendapat gizi yang baik yaitu dari bayi lahir sampai 6 bulan pertama pertambahan berat badan dalam setiap minggu berkisar antara 140-200 gram. Berat badan bayi akan menjadi 2 kali lipat dari 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 tahun pertama (Nurseha and Lintang 2022).

(WHO) mengemukakan angka kejadian berat badan bayi di dunia masih di bawah standar yaitu lebih dari 5% dengan prevalensi underweight di Asia Tenggara 26,9%. Sedangkan prevalensi underweight di dunia secara global sebesar 14% (WHO, 2017). Berdasarkan hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun (2022) didapatkan 334.848 bayi dan balita. Diketahui bahwa angka prevalensi wasting/ kurus di Indonesia naik 0.6 poin dari 7.1% menjadi 7.7% pada tahun lalu. Kemudian, prevalensi underweight atau gizi kurang sebesar 17.1% pada 2022 atau naik 0.1 poin dari tahun sebelumnya. Sedangkan

Provinsi Jawa Timur angka prevalensi wasting 7.2 dan underweight 15.8. Berdasarkan kabupaten atau kota di Provinsi Jawa Timur prevalensi wasting di Kabupaten Jombang sebesar 8.8% dan prevalensi underweight sebesar 17.1%. Fenomena yang terjadi di masyarakat masih banyak ditemukan bayi atau pun anak yang kenaikan berat badannya belum optimal mencapai berat badan ideal sesuai usia anak. Untuk mencapai proses tumbuh kembang yang optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor Internal di antaranya yaitu usia, jenis kelamin dan keturunan. Dan faktor eksternal misalnya lingkungan, status sosial ekonomi, dan nutrisi (Fitriyanti, Arsyad, and Sumiaty 2019). Menurut Marlina dan Lestari (2019), berat badan adalah salah satu indikator antropometrik untuk menilai tumbuh pada bayi atau anak.

Upaya yang bisa dilakukan dalam mengoptimalkan berat badan pada bayi di samping pemberian nutrisi yang diberikan oleh ibu dan salah satu cara lain perlu adanya rangsangan stimulus atau yang biasa dikenal dengan pijat bayi. Pijat merupakan salah satu metode pengobatan yang ada sejak dulu. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dapat melemaskan sendi yang terlalu kaku serta dapat menyatukan organ tubuh dengan berupa sentuhan. Pijat bayi juga dapat menurunkan angka morbiditas, pemijatan pada bayi bermanfaat untuk meningkatkan berat badan bayi, meningkatkan tumbuh kembang, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan produksi ASI, memperbaiki sirkulasi darah dan pernapasan serta meningkatkan kualitas tidur. Pijat bayi juga dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi (Nurseha & Lintang, 2022).

Pijat bayi sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya adalah peningkatan kualitas tidurnya, yaitu bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan, akibat dari adanya perubahan gelombang otak. Bayi juga akan lebih kuat sistem kekebalan tubuhnya. Selain itu bayi yang dilakukan pemijatan akan memberikan efek lapar pada bayi sehingga frekuensi menyusu bayi akan lebih sering. Hal itu disebabkan karena peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke 10). Tonus ini menyebabkan cabang dari saraf vagus tersebut memudahkan pengeluaran hormon penyerapan makanan dan meningkatkan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Oleh sebab itu, penyerapan terhadap sari makanan akan lebih baik sehingga bayi yang dipijat akan mengalami kenaikan berat badan yang lebih pesat (Klinik et al. 2022)

(Carolin, Syamsiah, and Khasri 2020). Roesli mengutip penelitian Field dan Scafidi yaitu pada bayi prematur yang dilakukan pemijatan 3x10 menit selama 10 hari, kenaikan berat badannya tiap hari 20%-47% dan pada bayi cukup bulan usia 1-6 bulan dipijat 15

menit, dua kali seminggu selama enam minggu, kenaikan berat badannya lebih baik dari pada yang tidak dipijat.

Dari latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam dan lanjut mengenai pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 1-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Plandaan kabupaten Jombang. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa ada kenaikan berat badan bayi pada kelompok intervensi sebanyak 793 gram dan pada kelompok kontrol sebanyak 400 gram. pemijatan dilakukan 2x seminggu dengan durasi 15 menit yang dilakukan selama 30 hari. Hasil penelitian yang dilakukan

## **2. METODE PENELITIAN**

Metode dalam penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* menggunakan desain *Post Test Only Control Group Design* dilaksanakan pada bulan Juli - Agustus 2023 di wilayah kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang. Sampel diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan bukan termasuk kriteria eksklusi kemudian menentukan sampel dengan menggunakan teknik sampling *Random Sampling*.

Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan bayi, lembar observasi, dan SOP. Sampel terbagi menjadi dua kelompok diantaranya kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kemudian dilakukan penimbangan berat badan awal dengan menggunakan timbangan bayi yang sudah terstandarisasi dan sudah digunakan untuk menimbang berat badan bayi secara berulang yang sebelumnya sudah ditetapkan (skala 0) untuk mendapatkan hasil yang sama, selanjutnya kelompok intervensi diberikan terapi pijat bayi sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan terapi pijat bayi. Perlakuan berlangsung selama 10 hari dihitung dari saat pemberian terapi pijat bayi pertama kali, dipijat selama 15 menit. Langkah akhir adalah melakukan penimbangan berat badan akhir dengan menggunakan timbangan bayi yang sudah terstandarisasi dan sudah digunakan untuk menimbang berat badan bayi secara berulang yang sebelumnya sudah ditetapkan (skala 0) untuk mendapatkan hasil yang sama, kemudian dilihat dan dibandingkan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol melalui uji statistik untuk melihat ada tidaknya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

Hasil pengumpulan data akan dilakukan pengolahan data berupa *editing, coding, scoring, dan tabulating* kemudian peneliti menggunakan uji *Uji Wilcoxon Mann Withney test*.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitian meliputi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia anak, pendidikan orangtua & pekerjaan orangtua ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

#### a. Data Umum

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Umum Responden Penelitian

No	Data Umum	f	%
1.	Jenis Kelamin		
	Perempuan	15	46,9
	Laki-laki	17	53,1
2.	Usia Bayi		
	1 bulan	4	12,5
	2 bulan	5	15,6
	3 bulan	5	15,6
	4 bulan	5	15,5
	5 bulan	6	18,8
	6 bulan	7	21,9

Berdasarkan data penelitian dapat dilihat karakteristik responden pada jenis kelamin bayi didapatkan bahwa sebagian besar jenis kelamin responden adalah laki-laki yaitu 17 responden atau sebesar 53,1%. Pada karakteristik responden pada usia bayi didapatkan bahwa sebagian kecil usia bayi/responden adalah 6 bulan sejumlah 7 responden atau sebesar 21,9%.

#### b. Data Khusus

Pada bagian ini disajikan mengenai hasil *pre-test* dan *post-test* perkembangan anak.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Berat Badan Bayi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

No	Data Umum	f	%
1.	Kelompok Intervensi		
	BB Tetap	3	9,4
	BB Turun	1	3,1
	BB Naik	12	37,5
2.	Kelompok Kontrol		
	BB Tetap	8	25,0
	BB Turun	4	12,5
	BB Naik	4	12,5

Berdasarkan tabel 2 pada kelompok intervensi yang di berikan stimulasi pijat bayi menunjukkan bahwa hampir setengahnya mengalami berat badan naik yaitu terdapat 12 responden atau sebesar 37,5%. Dan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa sebagian kecil mengalami berat badan tetap yaitu terdapat 8 responden atau sebesar 25,0%.

**Tabel 3.** Analisis Pengaruh Digital Parenting Terhadap Perkembangan AnakUsia Pra Sekolah

No	Berat Badan Bayi	Klp intrvensi		Klp kontrol		Asymp Sig
		f	%	F	%	
1.	Tetap	3	18,8	8	25,0	0,001
2.	Turun	1	6,3	4	12,5	
3.	Naik	12	37,5	4	12,5	
Jumlah		16	50	16	50	

Berdasarkan tabel 3 disebutkan bahwa pada kelompok intervensi yang diberikan stimulasi pijat bayi menunjukkan bahwa hampir setengahnya mengalami berat badan naik yaitu terdapat 12responden atau sebesar 37,5%. Dan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa sebagian kecil mengalami berat badan tetap yaitu terdapat 8 responden atau sebesar 25,0%.

Analisa Bivariat dalam penelitian ini adalah menggunakan *Uji Wilcoxon Mann Withney Test* dengan syarat signifikasi sebesar  $<0,05$ . Analisis ini dilakukan dengan menggunakan aplikasi Software *SPSS 26* dan didapatkan hasil Signifikasi 0,001. Hal ini didapatkan bahwa hasil signifikasi yang diperoleh  $< \alpha$  sehingga H1 peneliti diterima dan H0 ditolak sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi pada bayi usia 1-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan data dan analisis data peneliti yang diperoleh dari penelitian di wilayah kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang, Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi pada Bayi Usia 1-6 Bulan di wilayah kerja Puskesmas Plandaan Kabupaten Jombang

Penelitian ini di harapkan dapat dijadikan Sebagai sumber informasi bagi pendidikan kebidanan dan orang tua bahwa ada hasil “evidencebased” tentang salah satu intervensi kebidanan yang dapat digunakan untuk meningkatkan berat badan bayi melalui pemberian teknik pemijatan.

#### **REFERENSI**

Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. Tabel 53.

- Ivra, S. S., dkk. 2014. Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jom Psik Vol. 1 No. 2 Oktober 2014. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau.*
- Lestari, K. P., Nurbadlina, F. R., Wagiyono, & Jauhar, M. 2021. The Effectiveness Of Baby Massage In Increasing Infant's Body Weight. *Journal Of Public Health Research.* 10(S1), 1–5.
- M. D. 2014. Hubungan Antara Pola Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Dan Status Gizi Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health).* 4(2), 118–124.
- Septiana, R., Djannah, S. N., dan Djamil,
- Sulastri, D. A., Hartotok, H., dan Muawanah, S. 2022. Hubungan Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Riu Mom Kids Baby Spa Sukoharjo Kabupaten Pati
- Zahra, Elena Dianita, Triana Indrayani, and Retno Widowati. 2022. “Analisis Pijat Bayi Terhadap Penambahan Berat Badan Bayi Di Klinik a Pasar Rebo Jakarta Timur.” *Jurnal Kesehatan Karya Husada* 10(2): 131–36.