

EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP BERAT BADAN BAYI USIA 0-3 BULAN DI SMC RS TELOGOREJO

*Maratul Mutmainah**, *Sri Hartini M.A***), *Achmad Solechan ****)

**) Alumni Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang*

****) Dosen STIKES TELOGOREJO Semarang*

*****) Dosen Sistem Informasi STMIK ProVisi Semarang*

ABSTRAK

Bayi merupakan makhluk yang sangat peka dan halus, memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi meliputi kebutuhan fisik, biologis serta emosi. Kebutuhan tersebut salah satunya dapat dipenuhi melalui stimulasi yang tidak hanya memberi efek rilek tetapi juga dapat merangsang pertumbuhan dengan meningkatkan berat badan bayi. Stimulasi tersebut dilakukan dengan benar sesuai langkah-langkah panduan pijat bayi, hal ini bertujuan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 0-3 bulan di SMC RS Telogorejo. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment* dengan metode *One Group Pretest Posttest*, sampel sejumlah 20 bayi usia 0-3 bulan dengan teknik *Accidental Sampling*. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Paired T Test* dengan tingkat signifikan *p value=0.000*, yang artinya bahwa ada perbedaan berat badan bayi sebelum dipijat dengan sesudah dipijat. Pada karakteristik semua bayi (100%) adalah 0 bulan, dengan berat badan minimal 2700 gram dan berat maximal 3300 gram, dan setelah dilakukan pijat bayi mengalami kenaikan sebesar 5-25%. Sehingga dapat dikatakan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan bayi usia 0-3 bulan. Rekomendasi hasil penelitian ini adalah agar bayi dilakukan pijat bayi sedini mungkin untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Kata kunci: pijat bayi, usia 0-3 bulan, berat badan

ABSTRACT

Babies are very sensitive and soft creatures who have needs. These needs must be fulfilled including physical, biological and emotional needs. One of the needs can be fulfilled through stimulation. This stimulation does not only make the baby relaxed but also stimulate the growth by increasing the baby's weight. The stimulation is conducted well in line with the steps of massage guidance. It is addressed to reach the optimal growth. This research is intended to know the effectiveness of baby massage towards the baby's weight in the age of 0 – 3 months in Telogorejo Hospital. The design research used is Quasi Experiments and One Group Posttest method, the number of samples is 20 babies aged of 0 – 3 months using Accidental Sampling Technique. This research uses statistical test Paired T Test with the significant level p value = 0.000, meaning that there is a difference the weight of the babies between before have been massaged and after that. All baby characteristics (100%) is 0 month, minimal weight 2700 grams and maximal weight 3300 grams, and after being massaged, they put on some weight about 5 – 25%. Therefore it can be said that baby massage is effective in increasing baby weight age 0 – 3 months. The recommendation of this research is the baby who will be massaged do it as early as possible to support the optimal growth and development.

Keywords : baby massage, age of 0 – 3 months, weight

PENDAHULUAN

Masa *neonatal* merupakan periode tersingkat dari semua periode perkembangan. Masa ini menurut Amirudin (2007) juga merupakan pendahuluan dari perkembangan selanjutnya dan merupakan masa berbahaya karena sulitnya penyesuaian diri pada lingkungan baru. Penyesuaian diri dengan lingkungan luar setelah terjadi kelahiran dapat mengakibatkan berkurangnya berat badan dan kematian bayi (Yuniisnara, 2013, hlm.1)

Bayi merupakan manusia yang baru lahir sampai umur 1 tahun, namun tidak ada batasan yang pasti. Bayi adalah anak berusia 0 - 12 bulan (Husaini, 2002). Bayi adalah seorang makhluk hidup yang belum lama lahir (Mughtar, 2002). Bayi merupakan makhluk yang sangat peka dan halus, menurut (Choirunisa, 2009, hlm 59). Bayi adalah usia 0 bulan hingga 1 tahun, dengan pembagian masa *neonatal* usia 0 – 28 hari, masa *neonatal* dini usia 0 – 7 hari, masa *neonatal* lanjut usia 8 – 28 hari (Soetjiningsih, 2014, hlm. 92).

Sejak dilahirkan bayi sudah memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi orang tua, yaitu kebutuhan fisik, biologis, serta kebutuhan emosi. Ketiga kebutuhan mendasar tersebut dapat dipenuhi dengan cara pemijatan. Pemijatan itu berguna untuk merangsang semua kerja sistem sensorik dan motorik sehingga bayi bisa tumbuh dan berkembang secara optimal (Vivian, 2010, hlm. 44). Pemijatan akan meningkatkan enzim dan hormon pertumbuhan pada sel dan jaringan sehingga mampu mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi (Sasanahusada, 2013, ¶ 3).

Pijat bayi bermanfaat meningkatkan hubungan batin orangtua dan bayinya, meningkatkan produksi air susu ibu, mengembangkan komunikasi, memahami isyarat bayi dan meningkatkan percaya diri, menurut Trilaksono, (2013). *Pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat glucocorticoid (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stress). Penurunan kadar hormon stress ini akan meningkatkan daya tahan*

tubuh, terutama IgG dan IgM (Roesli, 2006, hlm.11).

Pijat menurut Vivian (2010), biasa disebut dengan *stimulus touch*. Pijat juga merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam lainnya. Bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pijat bayi sebagai seni perawatan kesehatan pada bayi dengan terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu sehingga manfaat pengobatan dan kesehatan tercapai, menurut Natalia (2011). Pijat bayi mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai ke pusat, tekanan pada *reseptor* saraf di kulit menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler yang akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus di saluran cerna (Rosalina, 2004, hlm.16)

Pijatan pada bayi tidak hanya memberi efek rilek, tapi juga merupakan salah satu cara memberi stimulan pada seluruh perkembangan indera bayi, meningkatkan berat badan dan merangsang pertumbuhan menurut Prasetyono (2013). Terapi sentuh khususnya pijat terbukti dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan, yang dapat diukur secara ilmiah. Pengukuran secara ilmiah ini dapat diukur dari kadar *cortisol* ludah, kadar *cortisol* plasma secara *radioimmunoassy*, kadar hormon stress (*catecholamine*) air seni, dan pemeriksaan EEG (*Electro Encephalogram / gambaran gelombang otak*) (Roesli, 2006, hlm.5).

Pemijatan yang dilakukan dengan benar dan teratur akan sangat besar manfaatnya bagi tumbuh kembang bayi. Dari berbagai penelitian termasuk penelitian yang dilakukan Rosalina dkk (1999) di sebuah rumah sakit swasta di Bandung, yang dilakukan terhadap bayi cukup bulan, secara acak dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok pemijatan dan kelompok kontrol. Pemijatan dimulai sejak bayi usia 4 minggu yang dilakukan oleh ibunya setiap hari 1-2 kali perhari. Ternyata didapatkan hasil yang memperlihatkan perbedaan pertumbuhan berat badan yang sangat bermakna (Rosalina, 2004, hlm.7)

Stimulan pijat bayi mulai diperkenalkan oleh Dr. Tiffany Field dari *Touch Research Institute*, Miami, Florida, AS, dalam kongres Internasional di Hong Kong. Sejak itu dan dengan menimbang besarnya manfaat pijat bayi di beberapa rumah sakit di Amerika Serikat, China, Filipina, dan Hong Kong, pijat bayi sudah dimasukkan ke dalam sistem pelayanan kesehatan bayi (Romadlon, 2014). Dr. Tiffany Field, dkk, 1986 juga membuktikan dalam penelitiannya bahwa pijat bayi menunjukkan adanya peningkatan hormon katekolamin (*epinefrin dan norepinefrin*) yang akan memacu pertumbuhan pada bayi. Pemacu *syaraf vagus* ini juga akan memacu hormon absorpsi/ penyerapan makanan seperti *insulin* dan *gastrin*, dimana kedua hormon tersebut akan meningkatkan absorpsi makanan dan bayi akan merasa cepat lapar dengan demikian akan meningkatkan berat badan secara bermakna (Rosalina, 2004, hlm.17).

Berat badan merupakan ukuran *antropometri* yang terpenting dan harus diukur pada setiap kesempatan memeriksa kesehatan anak pada semua kelompok umur. Berat badan merupakan hasil peningkatan/ penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh, antara lain tulang, otot, lemak, cairan tubuh dan lain-lain. Pada saat ini berat badan dipakai sebagai *indikator* yang terbaik untuk mengetahui keadaan gizi dan tumbuh kembang anak karena berat badan sensitif terhadap perubahan walaupun sedikit (Soetjningsih, 2013, hlm.132).

Prevalensi bayi berat lahir rendah (BBLR) diperkirakan 15% dari seluruh kelahiran di dunia dengan batasan 3,3%-38% dan lebih sering terjadi di negara-negara berkembang. Secara statistik menunjukkan 90% kejadian BBLR didapatkan di negara berkembang dan angka kematiannya 35 kali lebih tinggi dibanding bayi dengan berat lahir lebih dari 2500 gram. BBLR termasuk faktor utama dalam peningkatan *mortalitas, morbiditas* dan *disabilitas neonatus*, bayi dan anak serta memberikan dampak jangka panjang terhadap kehidupannya dimasa depan (Pantiawati, 2010, hlm.3).

Angka kejadian di Indonesia sangat bervariasi antara satu daerah dengan daerah lain, yaitu berkisar antara 9%-30%, hasil studi di 7

daerah *multicenter* diperoleh angka BBLR dengan rentang 2,1%-17,2%. Secara nasional berdasarkan analisa lanjut SDKI, angka BBLR sekitar 7,5%. Angka ini lebih besar dari target BBLR yang ditetapkan pada sasaran program perbaikan gizi menuju Indonesia Sehat 2010 yaitu maksimal 7% (Pantiawati, 2010, hlm.3).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Eka Nuryannisa, 2013, di Kabupaten Nganjuk menunjukkan bahwa rerata peningkatan berat badan bayi sebelum dilakukan pijat yaitu 790 gram. Dari 10 responden, 5 responden mengalami peningkatan berat badan lebih dari 1000 gram, dan 1 orang mengalami penurunan berat badan 100 gram. Rerata peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan yaitu 980 gram. Dibandingkan bulan sebelumnya, dari 10 responden, 4 responden mengalami penurunan berat badan, 4 responden mengalami peningkatan lebih, dan 2 responden mengalami peningkatan berat badan yang tetap. Hasil uji *statistic paired t-test*, didapatkan $p\ value=0,430 > \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak sehingga tidak ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Trisamsi, 2014, menunjukkan bahwa karakteristik umur responden *mayoritas* berada pada usia 1 bulan dengan jumlah 16 bayi (47,1 %) dan *mayoritas* berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 bayi (55,9%). Median berat badan bayi pada kelompok eksperimen setelah diberi terapi pijat sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol sebesar 4500 berdasarkan uji *mann-whitney* didapatkan $p\ value$ sebesar 0,01 ($p < 0,05$) sehingga pemberian terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi. Berdasarkan uji *wilcoxon* pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat didapatkan $p\ value$ 0,000 ($p < 0,05$) yang bermakna adanya peningkatan berat badan, peningkatan berat badan yang terjadi yaitu sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan.

Melihat besarnya manfaat pijat pada bayi, dan sepengetahuan peneliti di SMC RS Telogorejo belum pernah dilakukan penelitian, sebagian besar bayi yang masuk ke ruang intensif adalah bayi yang berat badannya rendah, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana efektivitasnya terhadap kenaikan berat badan bayi, sehingga nantinya

dapat memotivasi para orangtua untuk dapat melakukan pijat pada bayi. Tujuan peneelitan ini adalah untuk mengetahui bagaimana Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Berat BadanBayi Usia 0-3 bulan di SMC RS Telogorejo”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasi experiment*. Desain penelitian merupakan bentuk rancangan yang digunakan dalam melakukan prosedur penelitian (Hidayat, 2008, hlm. 25). Penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest – Post Test*, di mana rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan setelah adanya eksperimen (program) (Notoatmodjo, 2012, hlm.57).

Populasi adalah keseluruhan subyek yang akan diteliti (Setiawan dan Saryono, 2011, hlm. 132). Populasi dalam penelitian ini adalah populasi bayi usia 0-3 bulan yang dilakukan pijat bayi pada bulan Desember 2014 sampai Januari 2015 sebanyak 20 bayi di SMC RS Telogorejo.

Sampel adalah bagian dari populasi yang diteliti dan mempunyai kriteria *inklusi* dan kriteria *eksklusi* (Setiawan dan Saryono, 2011, hlm. 133). Sampel dalam penelitian ini adalah bayi yang dilahirkan dan bayi yang dirawat di SMC RS Telogorejo.

Teknik sampling merupakan suatu proses seleksi sampel yang digunakan dalam penelitian dari populasi yang ada, sehingga jumlah sampel akan mewakili keseluruhan populasi yang ada (Hidayat, 2008, hlm. 32). Sampling yang diambil dari penelitian ini adalah bayi usia 0-3 bulan di SMC RS Telogorejo dengan *accidental sampling*, di mana pengambilan sampel dengan cara mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia disuatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Notoatmodjo, 2012, hlm.125).

Dalam penelitian ini pengambilan data berat badan bayi menggunakan timbangan bayi standart, dimana alat tersebut dalam keadaan

baru yang dapat dijamin keakuratannya.Data yang diperoleh kemudian dilakukan analisis untuk mendapatkan efektivitas pemberian pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi. Analisis univariat digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi responden dengan cara membuat tabel distribusi frekuensi (Setiawan & Saryono, 2010, hlm. 178).

Analisa univariat dalam penelitian ini meliputi: karakteristik responden berdasarkan usia, berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi dan berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi. Analisis bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2010, hlm. 183). Analisa bivariat digunakan untuk menguji hipotesis. Pada penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk menguji efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi.Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan data, dan menggunakan *Uji t dependent* apabila data normal dan *wilcoxon* apabila data tidak normal. Sedangkan untuk mengetahui adakah hubungan pijat bayi terhadap berat badan menggunakan uji statistika *Chi Square* dengan taraf signifikansi sebesar 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

1. Usia Responden

Tabel 1

Distribusi frekuensi responden berdasarkan usiadi SMC RS Telogorejo

(n=20)		
Usia (bulan)	F	(%)
0	20	100.0
Total	20	100.0

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa semua responden (100%) berusia 0 bulan.

2. Berat Badan Bayi Sebelum Di Pijat

Tabel 2

Berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayidi SMC RS Telogorejo

(n = 20)

Mean	Max	Min	Std deviasi
2975	3300	2700	175.094

Berdasar tabel 2 diatas diketahui bahwa berat badan sebelum dilakukan pijat bayi rata-rata 2.975 gram dengan berat badan minimum 2.700 gram, berat badan maximum 3300 gram dan standar deviasi 175.094.

3. Berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi

Tabel 3
Berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayidi SMC RS Telogorejo
(n = 20)

Mean	Max	Min	Std deviasi
3175	3400	2850	161.815

Berdasar tabel 3 diatas diketahui bahwa berat badan setelah dilakukan pijat bayi rata-rata 3.175 gram dengan berat badan minimum 2.850 gram, berat badan maximum 3400 gram dan standar deviasi 161.815.

4. Hasil uji normalitas data berat badan sebelum dan setelah diberikan pijat bayi

Tabel 4
Hasil uji normalitas data sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi
(n = 20)

<i>Shapiro-wilk</i>			
		Sebelum	Sesudah
Berat badan bayi		0.454	0.121

Berdasarkan hasil uji normalitas pada table 4 di atas menunjukkan bahwa kedua data berdistribusi normal dibuktikan dengan hasil nilai *p value* sebelum = 0.454 dan nilai *p value* sesudah = 0.121, karena nilai *p value* > 0.05 maka data berdistribusi normal.

5. Hasil uji paired t test berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat pada bayi

Tabel 5
Hasil uji paired t test sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi
(n=20)

Berat badan	N	Mean	Sig. (2 tailed)
Sebelum	20	2975.00	
Sesudah	20	3175.00	0.000

Berdasarkan hasil uji paired t test pada table 5 diatas dapat dilihat *p value* = 0.000, karena *p value* < nilai $\alpha = 0.05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi atau dapat dikatakan pijat bayi efektif untuk meningkatkan berat badan bayi. Dapat dilihat juga pada perbandingan nilai rerata, pada nilai rerata berat badan sebelum dilakukan pijat bayi adalah 2975 gram, dan mengalami peningkatan pada nilai rerata sesudah dilakukan pijat bayi yaitu 3175 gram. Berdasarkan hasil *p value* dan perbandingan rerata antara berat badan sebelum dan sesudah, maka dapat disimpulkan bahwa pijat bayi terbukti efektif meningkatkan berat badan bayi. Dengan uji *chi square* didapatkan *p value* = 0.898, yang artinya ada hubungan yang sangat kuat antara pijat bayi dengan berat badan bayi usia 0-3 bulan.

PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat
 - a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia
Hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan karakteristik responden bayi usia 0-3 bulan, namun hasil penelitian yang didapatkan adalah semua bayi baru lahir yaitu usia 0 bulan (100%).

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyanto (2008) dengan eksperimen tentang pengaruh pemijatan terhadap berat badan neonatus dini pada hari ke nol atau baru lahir sampai hari ke tujuh sebanyak 10 neonatus dini di wilayah Rumah Bersalin Sehat Nargoyoso Karanganyar. Penelitian lain adalah penelitian oleh Sunarsih (2010) dengan subyek penelitian adalah bayi 0-3 berusia sebulan sebanyak 30 bayi. Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan Sismi (2014) dengan populasi bayi usia 1-3 bulan. Penelitian pendukung lain adalah yang dilakukan Prasetyorini (2014) dengan populasi bayi usia 0-3 bulan sebanyak 234 bayi terdiri dari 107 bayi yang dipijat dan 127 bayi yang tidak dipijat.

Menurut WHO, usia bayi pada beberapa bulan pertama kehidupannya yaitu usia 0 sampai dengan 6 bulan merupakan tahap usia yang sangat penting bagi bayi untuk mencapai tingkat pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal. Menurut Antoekowijaya (2014) 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, dimanatekanan pijatan bayi usia 0-1 bulan berbeda dengan usia 1-3 bulan, demikian juga untuk bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun.

Kebutuhan yang tidak terpenuhi dalam periode 1000 hari pertama kehidupan ini akan menimbulkan dampak yang bersifat permanen. Dampak tersebut tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan mental, kecerdasan dan perilakunya. Menurut Dr. dr Hartono Gunardi SpA(K), oleh para ahli kesehatan disebut *window opportunity* dan diformulasikan sebagai konsep 1000 hari pertama oleh Kementerian Kesehatan RI. Analisis peneliti, dari hasil penelitian didapatkan usia bayi adalah homogen yaitu 0 bulan, didukung jurnal penelitian oleh Erindra pada neonatus dini, oleh Tri Sunarsih dan Prasetyorini pada bayi usia 0-3 bulan dan oleh Tri Sasmi pada bayi usia 1-3 bulan, didukung dengan teori yang ada bahwa pijat bayi dapat dilakukan sedini mungkin untuk memperoleh manfaat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal.

- b. Berat badan sebelum dilakukan pijat bayi
Hasil penelitian didapatkan *mean* berat badan bayi sebelum diberikan terapi pijat adalah 2,975 gram, sedangkan

median berat badannya adalah 3.000 gram dengan berat badan bayi terendah 2.700 gram, berat badan bayi tertinggi 3.300 gram, dan standar deviasi 175.094. Dimana dari 20 responden, 20 % dengan berat badan 2.800 gram, 15 % berat badan 2.900 gram, 3.000 gram dan 3.100 gram, 10 % berat badan 2.700 gram, dan 3.200 gram, 5% berat badan 3.050 gram, 3.150 gram dan 3.300 gram.

Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyanto (2008) pada neonatus dini, didapatkan berat badan bayi sebelumnya minimum 2600 gram dan berat badan maximum 3300 gram pada kelompok perlakuan. Penelitian Sunarsih didapatkan berat badan bayi rata-rata pada kelompok eksperimen sebelum pijat adalah 4560 gram dan berat rata-rata kelompok kontrol bayi pada awal penelitian ini adalah 4556 gram. Penelitian oleh Sasmi (2014) distribusi *median* berat badan bayi usia 1-3 bulan sebelum diberikan terapi pijat pada kelompok eksperimen sebesar 4900 gram dengan minimum-maksimum 3400-5800 gram.

Menurut Soetjningsih (2009) bayi yang lahir cukup bulan akan mengalami kehilangan berat badan sekitar 5-10% pada 7 hari pertama, dan berat badan waktu lahir akan kembali pada hari ke 7-10. Demikian pula dikemukakan oleh Maryunani (2010) bahwa berat badan bayi pada minggu pertama kelahirannya akan mengalami penurunan berat badannya sekitar 10% dari berat pada saat dilahirkan. Dalam Perry Potter (2010), berat badan neonatus normal antara 2.700 gram sampai 4000 gram kemudian akan mengalami kehilangan 10% dari berat badan lahir pada beberapa hari pertama melalui respirasi, urine, defekasi, dan masukan cairan yang sedikit. Pada minggu kedua, berat badan neonatus akan kembali naik.

Analisis peneliti, dari hasil penelitian, jurnal terkait dan dikuatkan dengan teori, adalah bahwa sebelum diteliti peneliti mendapatkan usia bayi 0 hari

dengan berat badannya adalah berat badan lahir yaitu antara 2700-3300 gram, sementara dari jurnal yang mendukung bayi usia 0-3 bulan dengan berat badan antara 2600 gram – 3800 gram.

Hal ini didukung dengan teori bahwa usia 0-10 hari tanpa diberikan stimulasi berat badannya baru sama dengan berat pada waktu lahir, dan ini adalah normal.

- c. Berat badan setelah dilakukan pijat bayi Hasil penelitian saya didapatkan semua bayi usia 0 bulan, dengan *mean* berat badan bayi setelah dilakukan pijat meningkat menjadi 3,175 gram dan *median* berat badan bayi setelah dilakukan pijat menjadi 3.200 gram, dengan berat badan bayi terendah yaitu 2.850 gram, berat badan bayi tertinggi 3.400 gram, dan standar deviasi 161.815.

Ditunjang dengan jurnal hasil penelitian yang dilakukan oleh Cahyanto (2008) dengan menggunakan desain penelitian *Quasi eksperimen randomized control group pre test and post test*, dan teknik *accidental sampling* kemudian dilakukan pengumpulan data dengan observasi perubahan berat badan pada kelompok perlakuan diperoleh 90% responden mengalami kenaikan berat badan sebesar 6,5% dari berat badan lahir dan 10% tidak mengalami perubahan. Adapun rata-rata kenaikan berat badan adalah 190 gram atau rata-rata mengalami perubahan berat badan sebesar 6,5 % dari berat badan, data perubahan berat badan neonatus dini dari hari pertama sampai hari ke tujuh dengan standart deviasi 87,55.

Hasil penelitian oleh Sunarsih dengan menggunakan desain penelitian pre-eksperimental, dengan teknik *purposive sampling*. Pada awal & akhir penelitian diukur berat masing-masing kelompok. Hasil penelitian berat badan bayi setelah pijat 5350 gram (meningkat 17,32%). Sementara berat rata-rata kelompok kontrol adalah 5170 gram (meningkat 13.48%).

Penelitian oleh Sasmi menggunakan metode *Quasy Ekspeiment* dengan *pre test* dan *post test control group design*. Populasinya adalah seluruh bayi yang berusia 1-3 bulan pada bulan April sampai Juli 2014 dengan kelompok eksperimen 17 bayi dan kelompok kontrol 17 bayi dengan teknik *Non Probability Sampling* yaitu jenis teknik *Purposive Sampling*. Hasilnya didapatkan distribusi *median* berat badan bayi sesudah diberikan terapi pijat pada kelompok eksperimen lebih tinggi (5600) dengan minimum-maksimum 4200-6400 dari pada *median* berat badan bayi pada kelompok kontrol (4500) dengan minimum-maksimum 3900-5500 gram.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Touch Research Institute di Miami, Amerika Serikat, juga menguatkan hal tersebut dengan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa bayi yang dipijat sejak lahir akan meningkat berat badannya sebesar 47%. Pijat mempengaruhi system saraf dari tepi sampai pusat. Tekanan pada *reseptor* saraf kulit akan menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler sehingga akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus disaluran cerna. Menurut Rosalina (2010) pijat juga memberi dampak pemacuan saraf *vagus* yang berhubungan dengan system perut besar dan merangsang pengeluaran hormon penyerapan sehingga makanan dalam hal ini ASI lebih cepat terserap dan bayi akan merasa cepat lapar sehingga akan lebih banyak masukan nutrisi dan akhirnya akan menambah berat badan.

Analisis peneliti, dari hasil penelitian setelah dilakukan pijat bayi didapatkan berat badan mengalami kenaikan sebesar 5%-25%, dan hasil dari jurnal pada neonatus dini sampai usia 7 hari didapatkan 90% mengalami kenaikan rata sebesar 6,5% dan yang 10% tidak mengalami perubahan, sedangkan dari teori yang ada bahwa bayi yang dipijat sejak lahir akan meningkat berat

badannya 47%. Hal ini dikarenakan pada penelitian terdahulu menggunakan waktu hanya 7 hari, dan dari teori bisa sampai 47 % itu karena usia bayi heterogen.

Dengan pijat bayi dapat meningkatkan *Beta Endorphin* mempengaruhi mekanisme pertumbuhan, selain itu juga meningkatkan tonus nervus vagus yang mempengaruhi mekanisme penyerapan ASI sehingga bayi akan cepat lapar dan lebih sering menyusu pada ibunya, yang dampaknya juga produksi ASI akan meningkat.

2. Analisa Bivariat

Dengan uji normalitas didapatkan hasil data berdistribusi normal $p \text{ value} > 0.05$ dibuktikan dengan hasil $p \text{ value}$ sebelum = 0.454 dan $p \text{ value}$ sesudah = 0.121. Berdasarkan hasil uji paired t test didapatkan $p \text{ value}=0.000$, karena nilai $p \text{ value} < \text{nilai } \alpha = 0.05$. Perbandingan nilai rerata berat badan sebelum dilakukan pijat bayi adalah 2975 gram, dan mengalami peningkatan pada nilai rerata sesudah dilakukan pijat bayi yaitu 3175 gram. Berdasarkan hasil $p \text{ value}$ dan perbandingan rerata antara berat badan sebelum dan sesudah, kesimpulannya bahwa pijat bayi terbukti efektif meningkatkan berat badan bayi.

Penelitian oleh Cahyanto dengan menggunakan uji statistik T test didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pijat bayi pada neonatus dini dengan $p \text{ value} < 0.0001$. Didukung dengan hasil penelitian Sunarsih uji dengan paired sample t-test yang tingkat akurasi 95% didapatkan hasil bahwa ada perbedaan berat badan pada kedua kelompok yang diuji. Penelitian oleh Sasmi dengan uji *Mann-Whitney* didapatkan $p \text{ value}$ sebesar 0,01 ($p < 0,05$) sehingga pemberian terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi. Berdasarkan uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat didapatkan $p \text{ value}$ sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang bermakna adanya peningkatan berat badan. Demikian juga dengan penelitian oleh Prasetyorini dengan uji t berpasangan $p \text{ value}=0.000$ sehingga $p < 0.05$, artinya ada perbedaan

penambahan berat badan bayi usia 0-3 bulan yang dilakukan pijat dengan yang tidak dilakukan pijat.

Pijat bayi menurut Marineherta (2009), adalah terapi sentuhan yang dilakukan pada bayi yang dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan, mempertahankan perasaan aman pada bayi, memperlambat tali kasih orang tua dengan anak. Pijat bayi yang merupakan stimulus dari luar juga berperan bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan emosional anak. Menurut Purnamasari (2010) bahwa sentuhan dan pelukan adalah salah satu kebutuhan dasar bayi, juga menurut Maharani (2009) bahwa pijat bayi merupakan pengungkapan kasih sayang antara orang tua dan anak lewat sentuhan pada kulit yang berdampak sangat luar biasa.

Analisis peneliti, dari hasil penelitian menggunakan uji *paired t test* didapatkan $p \text{ value}$ sebesar 0.000 sedangkan hasil dari jurnal terkait dengan uji *paired t test* didapatkan $p \text{ value}$ sebesar 0.0001, jurnal lain dengan uji *Mann-Whitney* didapatkan $p \text{ value}$ 0.01 juga menggunakan uji *Wilcoxon* $p \text{ value}$ 0.000, dari teori dikatakan bahwa apabila $p \text{ value} < \text{nilai } \alpha = 0.05$ maka H_1 diterima dan H_0 ditolak yang artinya pijat bayi efektif meningkatkan berat badan bayi usia 0-3 bulan.

SARAN

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini dalam pelayanan keperawatan di rumah sakit maupun di tempat pelayanan kesehatan lain dapat dijadikan sebagai kebijaksanaan memberikan perawatan dalam melakukan tindakan terhadap bayi dan juga sebagai sumber informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan anak dan maternitas.

2. Bagi institusi pendidikan

Adanya penelitian ini disarankan bagi institusi pendidikan sebagai masukan ilmiah dan referensi diskusi tambahan untuk meningkatkan ilmu pengetahuan tentang pemberian pijat bayi untuk

meningkatkan berat badan bayi, khususnya usia 0-3 bulan

3. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan informasi tambahan dalam melaksanakan penelitian tentang pijat bayi dengan variabel yang berbeda, misalnya pijat dapat meningkatkan kekuatan otot bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Hayati, Ning. & Novita, Lia. (2013). *Penuntun Praktik Asuhan Neonatus, Bayi & Balita*. Jakarta:Penerbit EGC
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2008). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah, Edisi 2*. Jakarta:Penerbit Salemba Medika
- . (2006). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta:Penerbit Salemba Medika
- . (2006). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Jakarta:Penerbit Salemba Medika
- Karen J. Marcdante, Robert M. kliegman., Hal B. Jenson & Richard E. Behrman (2014). *Nelson Ilmu Kesehatan Anak Esensial*. Penerbit Elsevier Inc.
- Kelly, Paula. (2010). *Buku Saku Asuhan Neonatus & Bayi*. Jakarta:Penerbit EGC
- Maryunani, anik. (2010). *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta:Penerbit Trans Info Media
- Maryanti, D., Sujianti., & Budiarti, T. (2011). *Buku Ajar Neonatus, Bayi & Balita*. Jakarta:Penerbit EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:Penerbit Rineka Cipta
- Nursalam., Susilaningrum, R., & Utami, S. (2008). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak (Untuk Perawat dan Bidan)*. Jakarta:Penerbit Salemba Medika
- Nuryanisa, Eka(2012)*pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di desa bagor wetan kecamatan sukumoro kabupaten nganjuk. jurnal aiptinakes mei 2013 – Keperawatan dan Kesehatan*.diperoleh 20 agustus 2014
- Pantiawati, Ika. (2010). *Bayi dengan BBLR*. Yogyakarta:Penerbit Mulia Medika
- Potter, & perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika
- Prasetyorini (2013) *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 0-3 Bulan Di Surabaya*. adln.lib.unair.ac.id/ diperoleh tanggal 15 mei 2015
- Rosalina, Ina. (2007). *Fisiologi Pijat Bayi*. Bandung:Penerbit Tri Karsa Mulia
- Roesli, Utami. (2009). *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta:Penerbit Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Rochmah, K.M., Vastra, Elita., Dahliana & Sumastri, Heni. (2011). *Asuhan Neonatus, Bayi & Balita: Panduan Belajar*. Jakarta:Penerbit EGC
- Rukiyah, A.Y., & Yulianti, L. (2010). *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Jakarta:Penerbit Trans Info Media
- Setiawan, Ari & Saryono (2011). *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta:Penerbit Mulia Medika
- Soetjningsih, Ranuh (2013) *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Penerbit EGC
- Sunarsih, Tri (2010)*Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi umur 0-3 bulan di bps saraswati sleman yogyakarta. e-journal.respati.ac.id/ diperoleh tanggal 29 nopember 2014*
- Sasmi, Tri (2014) *Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 1-3 bula di Pekan Baru. www.academia.edu diperoleh tanggal 15 Maret 2015*

Vivian, Nanny, L. D. (2010). *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Jakarta:Penerbit Salemba Medika

Yuniisnara. (2013). *HubunganAntara Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi Dengan Praktek Pijat Bayi*. <http://digilib.unimus.ac.id/>diperoleh tanggal 1 Agustus 2014