



PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PERUBAHAN BERAT BADAN PADA USIA 0-3 BULAN DI KECAMATAN MANGARABOMBANG KABUPATEN TAKALAR

Effect of Baby Massage on Weight Changes at The Age of 0-3 Months in Mangarabombang District Takalar Regency

Anita Kartini Herman, Sri Kurnia Sah Puteri

STIKES Tanawali Persada Takalar

Riwayat artikel

Diajukan: 2 Juli 2021

Diterima: 21 Agustus 2021

Penulis Korespondensi:

- **Anita Kartini Herman**
- STIKES Tanawali
Persada Takalar

e-mail:

Anitakartiniherman21@gmail.com

Kata Kunci:

Pijat Bayi , Berat Badan bayi 0-3 bulan

Abstrak

Pendahuluan : Semua orang tua menginginkan anaknya dapat bertambah besar secara optimal, sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan sehat, salah satu indikator perkembangan untuk anak yaitu berat badan anak. Pijatan-pijatan halus pada badan bayi dapat membantu memulihkan tensi dan membuat nyaman. Pijatan juga dapat membantu menstimulasi pertumbuhan sistem tubuhnya. **Tujuan:** Untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap penambahan berat badan bayi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experimental design* yang bertujuan untuk melihat manfaat yang timbul dari adanya perlakuan terhadap kelompok penelitian dan membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol. **Hasil:** Terapi pijat mempunyai pengaruh kepada meningkatnya berat badan bayi yang dilakukan sendiri oleh ibu. Ada pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi usia 3-6 bulan, hal ini dibuktikan dengan analisis uji Wilcoxon dan diperoleh nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$), ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi menyusui bayi usia 3-6 bulan dengan nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$) dan ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi tidur bayi usia 3-6 bulan, hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$). **Kesimpulan:** Pijat bayi mempunyai pengaruh terhadap perubahan berat badan di nilai dari frekuensi menyusui dan frekuensi tidur bayi. Di harapkan para Ibu / Orang tua setiap hari membiarkan bayi tidur lama karena ini akan menyebabkan bayi kekurangan asupan nutrisi / asupan ASI, Ibu / Orang tua bayi perlu memperhatikan pola tidur bayi. Bayi minimal disusui 2 jam sekali untuk mengoptimalkan konsumsi dan pertumbuhannya.

Abstract

Background: Every parent expects their child to grow and develop optimally, so that they can become qualified and resilient human resources, one of the growth indicators in children is the child's weight. Gentle massage on the baby's body can help restore tension and make it comfortable. Massage can also help stimulate the growth of his body system. **Objective:** To analyze the effect of infant massage on infant weight gain. **Method:** This study uses a quasi-experimental design research type which aims to determine the effects that arise as a result of the treatment of the experimental group and compare the results with the control group. **Results:** Massage therapy has an effect on increasing the baby's weight which is carried out by the mother. There was an effect of baby massage on changes in the weight of babies aged 3-6 months, this is evidenced by the Wilcoxon test analysis and obtained p value = 0.000 ($\alpha = 0.05$), there is an effect of baby massage on the frequency of breastfeeding infants aged 3-6 months, with p value = 0.000 ($\alpha = 0.05$) and there is the effect of baby massage on the sleep frequency of babies aged 3-6 months with p value = 0.000 ($\alpha = 0.05$). **Conclusion:** Infant massage has an effect on changes in body weight in the value of the frequency of feeding and the frequency of infant sleep. It is hoped that mothers / parents will let the baby sleep every day because this will cause the baby to lack nutrition / breast milk intake. Mother / parents of the baby need to pay attention to the baby's sleep pattern. Babies are breastfed at least every 2 hours to optimize consumption and growth.

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia memiliki peran yang sangat penting untuk menjadikan Negara setingkat lebih maju. Salah satu pembangunan yang dilakukan adalah pembangunan di bidang kesehatan. Pembangunan ini tidak akan optimal bila tidak didukung oleh sumber daya masyarakat yang lebih memadai, salah satunya adalah generasi penerus yang akan melanjutkan pembangunan yang terdahulu.

Pertumbuhan dengan masalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang dan keseimbangan metabolic. Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai proses pematangan (Soetjiningsih, 2014)

Menyentuh adalah bahasa pertama bagi ibu dan bayi. Sebagai bentuk komunikasi utama, sentuhan berperan penting dalam terbentuknya hubungan awal orang tua dan anak. Memegang dalam bentuk pijatan lembut mengungkapkan rasa kasih sayang ibu dan mampu memenuhi kebutuhan bayi akan kontak fisik. Setiap perubahan emosional menimbulkan reaksi otot. Dengan mengurangi ketegangan otot, pijat bayi menenangkan emosi dan membantu meringankan beberapa trauma dan kecemasan yang berhubungan dengan masa kelahiran, lingkungan yang baru dan masa penyapihan. Kulit mentransfer informasi terus-menerus ke sistem saraf pusat tentang lingkungan sekitar tubuh, melalui sentuhan kulit yang berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang anak (Peter Walker, 2011).

Bagi orang tua, kegiatan memijat bayi bermanfaat secara fisik untuk membangun kesadaran tubuh dan hubungan dengan bayinya itu terbukti dari perlakuan yang dilakukan oleh seorang ibu yang melakukan tehnik ini dapat membantu mempersingkat hari perawatan bayinya

didalam inkubator. Bayi bisa mencapai berat badan terbaik dan mampu mempercepat pemulihan kondisi tubuhnya. Menurut Fiorentina, terapi pijatan juga dilakukan untuk bayi yang lahir normal maupun yang lahir secara prematur. Caranya yakni, bisa dimulai begitu bayi sudah dalam kondisi stabil setelah dilahirkan. Pijatan ini bisa saja dilakukan oleh orang tua atau oleh suster di rumah bersalin. "*lakukan sekitar 15 menit*" kata Forentina. (Irianto, K. 2014)

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia menyatakan bahwa dukun bayi termasuk dalam pengobatan tradisional keterampilan dan setiap pengobatan tradisional harus mengikuti pendidikan, pelatihan atau kursus untuk peningkatan pengetahuan dan ketrampilan keilmuan, akan tetapi belum banyak dukun bayi yang mengikuti pendidikan, pelatihan atau kursus. Dukun bayi masih menggunakan keahlian yang di dapat dari generasi sebelumnya untuk melakukan pemijatan juga dibantu dengan berbagai mantra khusus yang dipelajarinya dari pendahulu mereka (Setiawati, 2010).

Menurut Badan Pusat Statistik Nasional Tahun 2015 menunjukkan AKB di Ngarra kita sebanyak 4.880.951 bayi dan di Sulawesi Selatan sebanyak 147.997 bayi. Sedangkan angka kelahiran Bayi berdasar data dari dinas Kesehatan Kabupaten Takalar tahun 2015 sebanyak 5.326 bayi dan angka kelahiran berdasarkan data dari PKM Mangarabombang sebesar 939 bayi sedangkan untuk periode Agustus 2016 jumlah bayi sebesar 466 orang

Dari uraian diatas, melihat permasalahan berat badan dan manfaat pijat bayi terhadap berat badan dan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya, penulis tertarik untuk melakukan penelitian guna mempelajari pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi usia 3-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experimental design* atau disebut dengan eksperimental semu yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan terhadap kelompok eksperimen dan membandingkan hasilnya dengan kelompok control. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonequivalent control group design*. Kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol di lakukan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dalam penelitian ini adalah Bayi Usia 3-6 bulan yang akan diberikan pijatan dan kelompok kontrol dalam penelitian ini adalah bayi usia 3-6 bulan yang tidak diberikan pijatan.

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi usia 3-6 bulan di Wilayah kerja Puskesmas Mangarabombang Kecamatan Mangarabombang Kabupaten Takalar pada Tahun 2016 sebanyak 76 orang yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok pertama sebagai kelompok perlakuan sebanyak 38 orang dan kelompok kedua sebagai control juga sebanyak 38 orang. Berdasarkan data sekunder yang diperoleh jumlah bayi usia 3-6 bulan di wilayah Kerja Puskesmas mangarabombang Kecamatan Mangarabombang Kabupaten Takalar.

Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah bayi usia 3-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mangarabombang Kecamatan Mangarabombang Kabupaten Takalar pada tahun 2016 yaitu sebanyak 76 orang yaitu 38 orang kelompok control dan 38 orang kelompok perlakuan. Menurut Lemeshow (1997) jumlah sampel pada tiap kelompok dapat diketahui.

Pengumpulan dan Analisa Data

Data dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan program *SPSS* untuk menguji hipotesis. Sebelum dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dengan *Saphiro-Wilk*. Data penelitian kemudian dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank* untuk menganalisis perbedaan skor pengetahuan ibu sebelum dan setelah

diberikan intervensi pada masing-masing kelompok.

Metode dan Analisa Data

Data hasil penelitian yang telah diolah kemudian dianalisis secara :

Analisis univariat yaitu menganalisis variabel yang ada secara diskriptif untuk mengetahui distribusi data akan disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan persentase masing-masing variabel.

Analisis Bivariat dilakukan untuk melihat hubungan dua variabel yang meliputi variabel independen (pijat bayi) dengan variabel dependen (peningkatan berat badan) dengan menggunakan uji Wilcoxon. Penelitian ini merupakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan rancangan yang digunakan adalah Nonequivalent Control Group Design, yaitu suatu pengukuran yang dilakukan pada saat sebelum dan sesudah intervensi penelitian tetapi pada desain ini kelompok eksperimen ataupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Dalam rancangan ini responden diberikan intervensi dengan pijatan kemudian diukur berat badannya dengan indikator peningkatan berat badan sesudah dilakukan pijatan (Sugiyono, 2014).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan Di Kecamatan Mangarabombang, Kabupaten Takalar. Di Kecamatan Mangarabombang terdapat dua Puskesmas yaitu Puskesmas Pattopakang dan Puskesmas Mangarabombang. Puskesmas Pattopakang Berada di daerah perbatasan antara Kabupaten Takalar dan Kabupaten Jeneponto, sedangkan Puskesmas Mangarabombang berada ditengah kota Kecamatan. Setelah uji Univariat selanjutnya dilakukan uji bivariate. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap Perubahan Berat Badan Bayi usia 3-6 bulan di nilai dari frekuensi menyusu dan frekuensi tidur bayi dilakukan analisis uji t test.

1. Umur Bayi

Hasil penelitian dari 30 Bayi berdasarkan Umur bayi pada kelompok perlakuan umur bayi terbanyak yaitu umur 4 bulan sebanyak 13 responden (34,2 %), kemudian umur 5 bulan sebanyak 12 responden (31,6 %), umur 3 bulan sebanyak 8 responden (21,1 %) dan umur 6 bulan sebanyak 5 responden (13,1 %),

sedangkan pada kelompok kontrol umur bayi terbanyak yaitu umur 4 bulan sebanyak 13 responden (34,2 %), kemudian umur 5 bulan sebanyak 11 responden (28,9 %), umur 3 bulan sebanyak 10 responden (24,4 %) dan umur 6 bulan sebanyak 4 responden (10,5 %).

2. Jenis Kelamin

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin adalah pada kelompok perlakuan jumlah laki-laki dan perempuan sama banyak yaitu jumlah responden laki-laki sebanyak 19 bayi (50 %) dan jumlah perempuan sama sebanyak 19 bayi (50 %), sedangkan untuk kelompok kontrol jumlah laki-laki dan perempuan berbeda sedikit yaitu laki-laki sebanyak 18 responden (47,3%) dan perempuan sebanyak 20 responden (52,7%)

3. BBL

Karakteristik responden pada kelompok perlakuan berdasarkan Berat Badan Lahir 3000gr berjumlah 13 bayi (34,2%) dan untuk Berat Badan Lahir > 3000 gr berjumlah 25 bayi (65,8 %) sedangkan untuk kelompok kontrol Berat Badan Lahir 3000gr berjumlah 11 bayi (28,9%) dan yang Berat Badan Lahir > 3000 berjumlah 27 bayi (71,1%). Untuk karakteristik responden berdasarkan berat badan pre dan post pemijatan yaitu, berat badan 4000 gr-5000 gr pada kelompok kasus yang pre sebanyak 3 bayi (7,8 %) dan post pemijatan menjadi 0 (0%), sedangkan kelompok kontrol dari 14 bayi (36,9%) pre pemijatan menjadi 12 bayi (31,8%) Post pemijatan, berat badan 5100 gr-6000 gr pada kelompok kasus yang pre sebanyak 19 bayi (50 %) dan post pemijatan menjadi 5 (13,2%), sedangkan kelompok kontrol dari 22 bayi (57,9%) pre pemijatan menjadi 20 bayi (52,6%) Post pemijatan, berat badan >6100 gr pada kelompok kasus yang pre sebanyak 16 bayi (42,2 %) dan post pemijatan menjadi 33 (86,8%), sedangkan kelompok kontrol dari 2 bayi (5,2%) pre pemijatan menjadi 6 bayi (15,8%) Post pemijatan.

4. Analisis perbedaan berat badan, frekuensi menyusui, dan Frekuensi tidur pre – post pijat

Rata-rata dan standar deviasi untuk Umur, Berat Badan Lahir dan Jenis Kelamin baik pada kelompok kasus maupun pada kelompok kontrol dengan distribusi untuk Umur pada kelompok Kasus Mean (rata-ratanya) adalah 4,37 dengan Standar Deviasi \pm 0,970, sedangkan pada kelompok Kontrol adalah Mean 4,24 dan Standar Deviasi \pm 0,971 , dengan P Value 0,556. Berat Badan Lahir pada kelompok kasus Mempunyai Mean 3247,37 dengan Sttandar Deviasi \pm 214,018 sedangkan pada kelompok kontrol Meannya adalah 3198,47 dengan SD \pm 214,018, dan P Value 0,213 dan untuk Jenis Kelamin Jumlah Laki-laki dan perempuan pada klp kasus sama yaitu 19 bayi dengan persentasei 50% sedangkan untuk kelompok kontrol jumlah laki-laki 18 bayi dan jumlah perempuan 20 bayi dengan P Value untuk jenis kelamin 0,818.dari hasil tabel diatas menggambarkan bahwa untuk pendistribusian data pada tabel diatas memperlihatkan data yang homogen pada uji independent test dan uji chi squire dengan persyaratan apabila P Value lebih besar dari nilai α =0,05. Hasil penelitian diperoleh data perubahan pijat bayi pre dan post test pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok Intervensi pre dan post terjadi perubahan yang signifikan, sedangkan pada kelompok kontrol terjadi perubahan tapi tidak signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

5. Analisis Perbedaan Berat Badan, Frekuensi Menyusu, dan Frekuensi Tidur.

Berdasarkan analisis terjadi perubahan yang sangat siqnifikan antara pijat bayi terhadap perubahan berat badan,frekeunsi menyusui dan frekuensi tidur antara kelompok intervensi dan kelompok kontroll dimana didapatkan hasil nilai P = 0,000 dan kurang dari nilai α (0,05).

PEMBAHASAN

Setelah pemberian pijat bayi sebanyak 8 kali selam 4 minggu didapatkan perbedaan hasil berat badan antara pre dan post yang signifikan demikian pula dengan frekuensi menyusui dan frekuensi tidur bayi perhari. Kemudian setelah dilakukan uji data dengan menggunakan uji Wilcoxon maka didapatkan untuk berat badan

$p=0,000$ ($p<0,05$), untuk frekuensi menyusui $p=0,000$ ($p<0,05$), dan untuk frekuensi tidur bayi $p=0,000$ ($p<0,05$), maka didapatkan hasil bahwa hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara pemberian pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi, terdapat pengaruh antara pijat bayi dengan frekuensi menyusui bayi dan terdapat pengaruh antara pemberian pijat bayi dengan frekuensi tidur bayi.

Pada kelompok kontrol juga terlihat beberapa kenaikan baik itu pada perubahan berat badan ataupun pada frekuensi menyusui dan frekuensi tidur karena pada dasarnya bayi yang normal akan mengalami perubahan setiap bulannya terutama pada perubahan berat badannya. Walaupun banyak yang berubah terlihat pada hasil penelitian banyak juga yang berat badannya, frekuensi menyusui dan frekuensi tidurnya tidak mengalami peningkatan atau tetap bahkan ada 1 orang yang menurun.

Pada saat melakukan penelitian sebelum bayi berusia 3 bulan peningkatan berat badannya tidak signifikan, disebabkan karena pola dan kualitas tidur bayi belum teratur dan baik, serta frekuensi menyusui bayi yang tidak secara optimal. Pola tidur bayi yang tidak teratur dan asupan nutrisi yang kurang bisa menjadi penghambat penambahan berat badan. Pada usia ini bayi belum mampu mengenal siang dan malam. Banyak orang tua/ibu membiarkan bayinya tidur berjam-jam pada siang tanpa memperhatikan asupan nutrisi/ASI karena alasan pada malam hari tidur bayi sedikit. Artinya semakin sering bayi tidur maka asupan nutrisinya sedikit, kita ketahui bahwa satu-satunya nutrisi/sumber makanan bayi adalah dari ASI. Apabila tidak tercukupi maka akan berpengaruh pada perubahan berat badan.

Dengan adanya rangsangan pemijatan pada bayi usia 3-6 bulan akan member rasa nyaman bagi bayi. Sentuhan yang diberikan pada bayi juga merupakan ungkapan rasa kasih sayang yang manusiawi. Setiap bayi pasti akan menikmati sebuah pijatan lembut.

Secara teoritis, bayi memang memiliki berat badan yang bervariasi berdasarkan usianya. Peningkatan berat badan bayi pun sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Karena itu, setiap bayi akan memiliki berat badan bervariasi tergantung dari faktor-faktor tersebut. Dalam periode tertentu terdapat adanya masa percepatan atau masa

perlambatan, serta laju tumbuh kembang yang bervariasi diantara organ-organ (Persi 2012).

Rata-rata peningkatan berat badan yang terjadi di penelitian ini adalah 440 gram untuk semua responden yang berusia 3-6 bulan. Ini berarti kenaikan berat badan yang dialami responden melebihi kenaikan berat badan normal yang terjadi pada bayi yang tidak diberikan pijat bayi. Menurut Depkes RI tahun 2011, peningkatan rata-rata berat badan bayi tanpa pemijatan selama 10 hari tanpa pemijatan adalah 133-136 gram pada bayi usia 3-4 bulan, 133 gram pada bayi usia 133 gram, dan 116-133 gram pada bayi usia 5-6 bulan. Dengan begitu didapatkan ada perbedaan kisaran 200-300 gram antara kenaikan berat badan bayi yang dipijat dengan yang tidak dipijat. Salah satu penyebab lain yang didapatkan pada saat melakukan penelitian adalah faktor kebiasaan orang tua bayi yang membiarkan bayinya tidur tanpa memperhatikan pola tidur bayi. Bayi baru lahir belum bisa membedakan antara siang dan malam kebiasaan bayi yang lama tidur pada siang hari akan berpengaruh pada tidur di malam hari. Pada saat melakukan observasi frekuensi tidur bayi tidak teratur, pada siang hari lebih banyak tidur dan malam hari lebih sering terjaga. Proses menyusui pada siang hari lebih sedikit dibandingkan dengan malam hari. Pada malam hari lebih sering menyusui bayi karena bayi lebih sering bangun.

Semakin seringnya bayi terbangun maka akan lebih sering disusui karena saat observasi setiap kali bayi bangun hal pertama yang dilakukan oleh ibu adalah menyusui, karena ibu menganggap bahwa ketika bayi bangun itu menandakan bayi lapar, namun kenyataannya bayi terbangun bukan karena faktor lapar tapi karena faktor bayi BAK atau BAB. Dari hasil observasi yang dilakukan bahwa frekuensi tidur bayi yang kurang dari normalnya bukan menandakan bahwa bayi tersebut kurang asupan tetapi disebabkan oleh ketidaknyamanan bayi.

Bayi yang baru lahir biasanya akan tidur lebih lama, rata-rata mereka tidur selama 16 jam setiap harinya dengan rentang waktu 3-4 jam per sesi. Bayi yang baru lahir belum bisa membedakan siang dan malam, mereka mengikuti ritme semasa mereka dalam kandungan. Banyak ibu-ibu yang baru melahirkan mungkin akan sedikit berat untuk mengikuti ritme tidur si kecil, tapi hal ini tidak perlu di khawatirkan, pola tidur tersebut akan berubah seiring pertumbuhan bayi.

Pola tidur berkembang sesuai dengan usia. Bayi baru lahir akan tidur hampir sepanjang waktu, tetapi setelah usia 3-6 bulan bayi tidur sekitar 14-15 jam per hari. Anak usia 2 tahun memerlukan tidur 12 jam termasuk tidur siang, usia 4 tahun selama 10-12 jam, dan usia remaja sekitar 9 jam per hari.

Menurut Bahiyatun, (2009) Bayi baru lahir yang sehat menghabiskan 60 % waktunya untuk tidur, sebagian besar tidur mereka adalah tidur yang hanya sebentar lalu terjaga.

Penelitian ini hampir senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Jin Jing, et al (2007) yang menyatakan pemberian pijatan dan latihan gerak dapat meningkatkan perkembangan fisik dan kecerdasan bayi mulai dari bayi lahir hingga dengan bayi usia 6 bulan dengan $p=0,010$ untuk indeks berat badan.

Hasil dari penelitian lainnya terkait dengan efektifitas pijat bayi terhadap berat badan pada bayi usia 6 bulan ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Merineherta (2009) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3-6 bulan, yaitu terdapat 64 perbedaan yang signifikan pada bayi yang dilakukan pemijatan jauh lebih baik dari bayi yang tidak dilakukan pemijatan dengan nilai $p<0,05$. Penelitian lain yang dilakukan oleh Lilik Mardiana dan Diah E M.(2014) selama 2 minggu dengan 6 kali perlakuan, mengambil kesimpulan sebagai berikut: Kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan sesudah dilakukan pemijatan lebih tinggi (rerata 13,77 jam/hari) daripada sebelum pemijatan (rerata 12,42 jam/hari) dengan rerata peningkatan sebesar 1,29 jam/hari. Sehingga dari data tersebut dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten Lamongan. Penelitian yang dilakukan Yuliana, Suharto, dan Handayani (2013) kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormon stress pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat.

Secara teori dapat dijelaskan bahwa sebagian besar sistem saraf adalah sistem otonom, salah satu diantaranya adalah persarafan pada saluran cerna. Suplai saraf

parasimpatis dihantarkan dari abdomen melalui saraf vagus. Saraf vagus adalah saraf ke-10 yang mengatur fungsi organ tubuh termasuk dibagian dada dan perut. Rangsangan pada saraf vagus (saraf parasimpatis) akan merangsang lambung untuk mengeluarkan hormon gastrin. Hormon gastrin akan merangsang pengeluaran insulin, asam khidroklorida, 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. Pengeluaran insulin akan mempermudah untuk memetabolisme glukosa. Sekresi asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pankreas, peningkatan aliran empedu hati akan mempermudah pencernaan makanan. Saat makanan sampai pada duodenum maka akan merangsang pengeluaran cholecystokinin, hal ini akan merangsang motilitas usus. Sehingga dengan adanya peningkatan motilitas lambung dan usus akan mempermudah pencampuran, pendorongan makanan dan penyerapan nutrisi menjadi lebih baik (Yazid Subakti, 2012).

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terapi pijat berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi yang dilakukan sendiri oleh ibu. Manfaat lain setelah dilakukan pemijatan membuat bayi nyaman (relaksasi) dan mengantuk (cepat tertidur). Faktor dari perangsangan nervus vagus dan kualitas tidur bayi yang menjadi lebih baik menjadi faktor utama yang mendukung pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari pembahasan penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi usia 3-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Mangarabombang Kabupaten Takalar, maka disimpulkan : Ada pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi usia 3-6 bulan, hal ini dibuktikan dengan analisis uji Wilcoxon dan diperoleh nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$). Ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi menyusu bayi usia 3-6 bulan, hal ini dibuktikan dengan analisis uji Wilcoxon dan diperoleh nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$). Ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi tidur bayi usia 3-6 bulan, hal ini

dibuktikan dengan analisis uji Wilcoxon dan diperoleh nilai $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$)

SARAN

Berdasarkan kesimpulan, maka saran yang ingin penulis sampaikan adalah sebagai berikut :

Pijat bayi mempunyai pengaruh terhadap perubahan berat badan di nilai frekuensi menyusu dan frekuensi tidur bayi :

1. Di harapkan para Ibu / Orang tua setiap hari membiarkan bayi tidur lama karena ini akan menyebabkan bayi kekurangan asupan nutrisi / asupan ASI , Ibu / Orang tua bayi perlu memperhatikan pola tidur bayi. Bayi minimal disusui 2 jam sekali untuk mengoptimalkan kunsumsi dan pertumbuhannya.
2. Agar para Ibu / Orang tua setiap hari memberikan pijatan lembut kepada bayi untuk merangsang pertumbuhan bayi.

Diharapkan Orang tua / Ibu bayi agar setiap bulan membawa bayinya ke posyandu untuk dilakukan pemantauan tumbuh kembang bayi

DAFTAR PUSTAKA

Adriani, Merryani, 2012. *Pengantar Gizi masyarakat*. Kencana Prenada Media Grup. Jakarta

Alimun, Aziz, 2010. *Ilmu Kesehatan Anak*. Salemba Medika. Jakarta

Dewi.2011. *Asuhan Neonatus Bayi & Anak Balita*. Salemba :Jakarta

Ebrahim, GJ. 2015. *Perawatan Anak Jilid 2*. Yayasan Assentia. Yogyakarta

Eveline dan Djameluddin, Nanang. 2010. *Panduan Pintar Merawat Bayi dan Balita*. PT.Wahyu Medika : Jakarta

Hidayat. 2010. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-3 Bulan Di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta*

Irianto. 2014.*Ilmu Kesehatan Anak*.Alfabeta: Bandung

Irmawati, 2015. *Bayi dan Balita Sehat*. Kompas Gramedia : Jakarta

Irva, Tri sasmi dkk, 2014. *Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat badan*

Bayi,Ournal Of The Indonesian Nutrition Association.

Kania, N.2006. *Stimulasi Tumbuh Kembang Abak Untuk Mencapai Tumbuh Kembang Yang Optimal*. Salemba Medika. Jakarta

Maryunani Anik. 2014. *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, Dan Prasekolah*. In Media : Jakarta.

Maryanti Dwi, Sujianti, Tri Budiarti. 2011. *Neonatus, Bayi dan Balita*. Info Media : Jakarta.

Narena, M. S, dkk. 2012. *Buku Ajar I Tumbuh Kembang Anak dan Remaja Edisi Ketiga IDAI*. Sagong Seto. Jakarta

Ningsih. 2014. *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Salemba Medika:Semarang

Notoadmojo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta

Peter Walker. 2011. *Panduan Pijat Bayi Untuk Merangsang Tumbuh Kembang dan Terapi Kesehatan*. Puspa Swara : Depok

Piriani risa dan Andriyani Rika. 2014. *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas () Askeb III*). Budi Utama : Yogyakarta.

Prasetyono.D.S. 2013. *Buku Pintar Pijat Bayi*. Buku Biru : Yogyakarta.

Profil Binas Keshatan Kabupaten Takalar Tahun 2015

Profil Puskesmas Mangarabombang Tahun 2015

Pujiadi, Solihin. 2010. *Bayiku Sayang*. FKUI: Jakarta

Rakhmawati, Windy. 2011. *Modul Pijat Bayi*. Rineka Cipta. Bandung

Reeder. 2012. *Keperawatan Maternitas, Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga* , Ed. 18. VoL. 2. EGC : Jakarta

Roesli, Utami. 2010. *Pedoman Pijat Bayi*. Edisi revisi. Tubus Agriwidya : Jakarta

Riwidikdo, handoko. 2013. *Statisti Keshatan Dengan Aplikasi SPSS Dalam Prosedur Penelitian*. Rohima Pres : Yogyakarta

Setiawati. 2010. *Cara Pengobatan Tradisional Dengan Pijat*. EGC : Jakarta

- Seotjatmiko, 2015, *Pentingnya Stimulasi Dini Untuk Merangsang Perkembangan Bayi dan Balita Terutama Pada Bayi Resiko Tinggi*. Sari Pediatri. Yogyakarta
- Soetjiningsih. 2014. *Tumbuh Kembang Anak*. Ed. Ke 2. EGC : Jakarta
- Subakti, Yazis dan Anggarani. 2012. *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Wahyu Media : Jakarta
- Sulistiyawati. 2014. *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Salemba Medika : Jakarta
- Suririnih. 2013. *Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan*. Gramedia Pustaka Utama : Jakarta
- Syaukani. 2015. *Pedoman Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat Untuk Bayi*. Araska Publisher : Yogyakarta
- Sumini. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi di Desa Kwangsen Kecamatan Jiwa Kabupaten Madiun*
- Suryadi. *Perbandingan Pola Tidur Bayi Yang Mendapatkan Pijat Bayi dan Baby Spa Pada Bayi Usia 0-3 Bulan di Klinik Srikandi Rumah Bunda Yogyakarta*
- Tiffany Field. 2011. *Science Confirms Instinc*. Miami, Florida AS
- Tukiman. 2014. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Usia 0-12 Bulan di Desa Margodadi Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman*. Fakultas Kesehatan Masyarakat USU.
- Walker. 2011. *Tips Ibu Sehat Anak Sehat*. Rineka Cipta : Jakarta
- Widyani, 2013. *Panduan Perkembangan Anak 0 sampai 1 Tahun*. Puspa Swara. Jakarta
- Widyastuti, Rr Danis dan Retno Wdyani. 2010. *Panduan Perkembangan Bayi 0-1 Tahun*. Niaga Swadaya. Jakarta
- Woferst. 2014. *Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi*. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau.